



筋力鍛え、足腰を強く

介護予防と健康づくりのための「元氣アップ教室」が各地域で開催されています。この教室は全12回にわたり、体力の維持や食生活、口の中の健康について学ぶものです。由利地域の教室では70歳代の皆さん9人が膝、腰の筋肉や関節などをゆっくと動かし、筋力を鍛える運動を実践しました。
(8月25日、善隣館で)

Your Smile

やわらかな、若い風 ⑬

Monthly Happy Communications

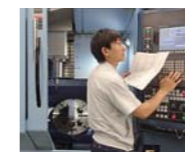
地域で頑張っている皆さんを「ダーツの旅」風に追っています!

菅原 陽一 さん

SUGAWARA Yōichi

陽一さんは精密機械部品製造を手がける(株)マシンマックスに勤務し13年目。大型工作機械を操作し加工作業に当たっています。「地元の企業で働き、貢献することを望んでいました。早く、きれいな仕事を意識しています」。高い技術とノウハウが必要とされる業務で、「新しい発想や困難な加工への挑戦に取り組んでいます」ときっぱり。特技は書道(十段)。趣味はキャンプで年に4~5回は出かけるそうですが、今年はクマの出没が相次ぎ、無期延期になっていると笑います。

同社は来年春の完成を目指して、新しい工場(延べ床面積約1,300平方メートル)を増設予定。陽一さんは「新工場ができれば作業効率が向上すると思うので、より生産率がアップするよう頑張ります」と抱負を語りました。



五軸加工機でプログラムを作成する陽一さん

- ◆ 30歳、小友 ◆ 好きな言葉 聞くは一時の恥、聞かぬは一生の恥
- ◆ 性格 好きなことや興味のあることにとことん打ち込むタイプ。仕事上でも。
- ◆ 市内で好きな場所 花立牧場公園。星空がきれいです。
- ◆ お世話になった方へ 高校の柔道部で顧問をされていた土門土郎先生には、体と精神を鍛えていただき、今の仕事にもつながっていて感謝しています。

新工場増設を機に、生産率のアップを目指します!
(株)マシンマックスで部品加工を担当しています!



ふれあい
サイドストーリー

キャラクターと音楽でまちおこしに挑戦中!

黄桜すいプロジェクトについて詳しくはこちら→ <http://kizakurasui.jp/ksp/>



地元の有志のプロジェクトチーム

道の駅東由利の「ふれっそ」ではTシャツやお菓子などのすいちゃんグッズを販売中!これから種類も増える予定です。



旧東由利町の町花だった黄桜と、澄みわたる湧水をモチーフにしたキャラクター「黄桜すい」が今まちおこしに奮闘中です。きっかけは、東由利地域でヘアサロンを営む鈴木弘和さんがツイッターで発信した「誰かこの町のためにご当地キャラを描いてくれませんか?」の一言。ここからプロのイラストレーターや声優、ラッパーなど様々な人とつながりができ、キャラクターやPRソングの製作、東由利を舞台にしたミュージックビデオづくりなどが

次々に進んでいきました。鈴木さんは「高齢化や人口減少を目の当たりにして、地元のために何かしたいという思いがあった。ツイッターの発信力で予想以上に輪が広がってうれしい」と話します。最近「黄桜すい」効果で県外から東由利に来てくれる人も増え、手応えを感じているとのこと。鈴木さんは、黄桜すいプロジェクトで実績を積み、今後は市内の他の地域のPRにもつなげていきたいと構想を膨らませています。

プロジェクトへの協力 秋田県由利本荘市尾崎17番地
イラストレーター 東城みな / 声優 相楽ゆきこほか

Interactive
Side Story

健康長寿が一番!

9月19日は「敬老の日」。高齢者を敬愛し、長寿を祝う「敬老の日」を前に、地域で元気に過ごしている80歳〜105歳の8人の方々取材しました。皆さんの姿をご覧ください、「私たちももうひと踏ん張り、頑張ろう!」と思ってもらえれば幸いです。一人一人が心身の健康に気を付け、みんなで健やかな長寿社会を築きましょう。



KOMATSU Chuzo san

身の回りのことは、自分でできる

小松 忠藏さん (105歳・東由利館合)

忠藏さんは明治44年4月生まれの105歳です。2年前までは畑に行つて草むしりをしたり、

まき割りをしたりしていたと言ひ、足腰は丈夫そのもの。今は耳が遠くなり、外出は控えています。

忠藏さんは薬も飲まず、病気知らずの健康体です。白内障の手術をしてからは、新聞も眼鏡をかけずに読みます。家族は「テレビは大相撲と『水戸黄門』をよく見えています」と話し、忠藏さんも「見ていれば相撲はわかる。力士の名前は

すぐに忘れてしまうけれどもな。『水戸黄門』も隅から隅までではなくても、おおよそのことはわかる」と屈託なく答えます。

在宅でも、介護とは無縁な忠藏さん。入浴でも何でも、身の回りのことは自分でできます。介助

と例えば週に1回、ヘルパーによる部屋の片付けぐらい。泊まりがけの家族旅行にも参加します。子どもは5人で孫が9人、ひ孫は2人。今年の夏、ひ孫の結婚披露宴に出席した時には、長寿のご利益を期待してみんなから握手を求められたそうです。

健康の秘訣は「毎日の酒っこ」。家族も「日本酒は1日二合強かな。ひ孫の旦那とも一対一で飲み、その時は馬力を上げてしまい、一人では立てなくなるほどでした」と、舌を巻くほどの鉄人ぶりです。



SATO Satoru san

俳句を思い浮かべて、穏やかに

莊司 サトさん (102歳・西目町沼田)

サトさんは大正3年5月生まれの102歳。「女学校の時、スカートをはいたままで竹製のスキーをしました」と若い頃を振り返ります。

二十歳で結婚。夫の仕事の関係から北海道で5人の子どもを育てました。「食べさせるのに一生懸命でした。物のない時代でしたから」と話すサトさん。子ども服やセーターなどを手づくりし、

針仕事は80歳ぐらいまでしていたそうです。

約50年前、旦那さんの退職を機に西目に移り、家族と過ごす毎日。好きな飲み物は乳酸飲料と甘酒です。定期的な通院はしておらず、常用している薬もありません。視力はだいぶ弱くなりましたが、耳はよく聞こえ、ふつうに会話ができます。70歳から俳句づくりを始め、数々の賞を受けます。

した。今も、会心の句が浮かぶと心うれしくなると言います。また、コーラスをしていたことがあり、好きなサトさん。週に1回、デイサービスに行き、歌を歌って楽しんでます。この取材の時も秋田県民歌の独唱を披露してくれました。孫は9人で、ひ孫は6人。長生きのコツを伺ったところ、「ストレスをためないこと。好きなことをしていればいいのでないですか。嫌いなことはしない」と答え、「ハハハ」と笑いました。

弥之助さんは俳句や短歌を詠み、ゲートボールなどにも親しんでいます。
俳号は名前の弓へんにちなみ、矢風。「句作は30年来の学びで、三重県知事賞を受賞した句など、句碑が2基あります」。

ゲートボールは65歳の時に始め、今も続けています。昨年、日本ゲートボール連合の健康功労表彰を受賞。「先の大戦時、初年兵で満州（現在の中国東北部）に赴き、仲間とふざけて国竜江を泳ぎました。それもあって、地元の川で遊んで健康な体になったと自負しています」と語ります。
かかりつけ医の勧めで苦手だった納豆を毎朝食べるようにしたところ、「これならば、簡単にくたばらねど！」と言われたそうで、その言葉を信頼していると言って、口元を緩めます。

「生涯学習という言葉は、死ぬまで私の頭から離れない。テレビも頭のスポーツだと思っています。午前中、40分ほどの散歩が日課の弥之助さんは、風流を味わい、スポーツを楽しむ達人です。

生涯学習とスポーツが生きがい

高橋 弥之助さん

(97歳・鳥海町下笹子)



TAKAHASHI Yanosuke san



TAKAHASHI Masako san

油彩画を愛好、筋力も鍛える
高橋 政子さん

(84歳・前郷)

政子さんは油彩画を愛好し、風景や花を描いています。県生活改良普及員を退職後、陶芸教室などで学び、花瓶や茶碗などを製作。腰を痛めてから陶芸は一時休止し、今は大きなキャンバスに向かって伸び伸びと絵筆を走らせています。

「70歳を過ぎてから始め、最初の頃は見よう見まねでした。今は絵の具を配合し、微妙な色合いも出せます。国立美術館で行われている第一美術展に出品し、入選したこともあります。現在は地域の仲間と集まって描き、展示会をしたりして楽しむ日々。『冗談で『私が一番若い』と自己紹介したり。作品や本を見て大きめのバランスや色使い、影の作り方を学んでいます』。

足の筋力が落ちたと感じ、この夏から2日に1回市内でトレーニング。「アトリエの階段も登れるようになったからでしょうか、肉や豆腐を食べるようになりますね」と効果を話す政子さん。「なるべく人の世話にならず、心豊かに過ごしたいです」とほほ笑みました。

安吉さんはゲートボールや畑仕事をして、健康的な日々を送っています。ゲートボールは「ぼけ予防」、グラウンドゴルフは「足腰の鍛錬」を目的に取り組み、30年ほどになるそうです。

「ゲートボールは打撃のたびに戦略を判断するので頭を使います。午後は7時の畑で自家用の野菜づくりです」。10年ほど前、ヘルニアになって手術。「しゃがむことはできませんが、膝はつけません。そのほかは健康です。昨年は県ゲートボール協会の健康賞をいただきました」。

若い時は深夜2時に起き、片道15分の道のりを馬を使って草刈りをしたとのこと。健康の秘訣を伺うと「よく働き、やっぱり酒コでも何でも飲むものは飲んで、夜はぐっすり眠ることだスな」と朗らかに答えます。

一昨年には市の代表チームのメンバーになり、全県グラウンドゴルフ大会に出場。「私が大会最年長だったようです。優良運動者の安吉さんは、いつも車で練習へと向かいます」。

運動し働き、十分な睡眠が習慣

相庭 安吉さん

(92歳・矢島町元町)



AIBA Yasukichi san



MASAKI Sakae san

野菜づくりに励み、直売所で販売
正木 サカエさん

(83歳・加賀沢)

サカエさんは直売施設を運営する「大内ひまわり会」発足時からのメンバーです。自分の手で栽培したエダマメやインゲン、ジャガイモなどを販売し、冬には梅漬けや干し餅などの加工品も並べます。また、レジ係の当番もこなします。

「お客さんが私の農産物を気に入って買ってくださることに働きたいを感じます。仕事があるから働いていられる」と喜びを語るサカエさん。「売り物ですから、収穫時期が遅れないように注意します。会員の皆さんが孫の代になってきたので、出荷を控えようかとも思うのですが、歩けるうちは歩こうかと思って」。50歳の時に自動車の運転免許を取って以来、常に慎重な運転を心がけています。

大正琴の同好会と生命の貯蓄体操に参加し、気分転換と疲労回復を図るサカエさん。「ひまわり会」の旅行が楽しみで、毎年欠かさず参加していると話し、顔をほころばせました。

キヨエさんは昔ながらの簀を作る、数少ない職人の一人です。自らカヤを刈り取って作業小屋で乾燥させ、6尺(約1・8尺)四方の簀を編みます。「ボケないように、手を動かさなければ」と思っています。このあたりで簀の作り手は3人だけ。そのうち、一番の年寄りです」。

簀づくりは子ども頃から続けているそうで、自宅から500ほど離れたカヤ場が平地なので行き来できているものの、「家にやつと戻ってくるようになりましたから」と話します。

簀づくりはカヤに縄をからげて編む込む、昔ながらの手仕事。以前は1日に1枚は作れたものが、今は2日かかりになったそうです。

元気の源は食欲。「肉料理が好きですね。量は多くないですが、唐揚げでもステーキでもよく食べます」と家族も認めるほどです。

「90歳になりましたが、まだ迎えにこねえものなあ」と話すキヨエさん。今日も熟練の技で、味のある簀を編み続けています。

手仕事で昔ながらの簀を製作する

今野 キヨエさん

(90歳・岩城道川)



KONNO Kiyoe san



INOMATA Kazuo san

地区老人クラブの役員として活動
猪股 一枝さん

(80歳・館)

一枝さんは地区老人クラブ石沢伯養会連絡協議会の会長になって3年目です。土地改良区職員を退職してすぐ、実務経験などから会員に勧誘されたそうです。初めは婦人会の役員と掛け持ちでしたが、婦人会長を辞めると、次は老人クラブの役員が待っていました。

「会員数は201人。全会員ではなくても、大勢の人が活動に参加してくれます。それがいいですよね。福祉展や1円募金、グラウンドゴルフ大会、文化祭、リフォーム展、旅行など行事は盛りだくさん。『結構いろいろあつて忙しいですよ。私は車を運転しますので、移動は都合よくできています』と話します。

体調は良好。「減量したいのですが、夜は缶ビールを少し飲みますので、なかなか落ちません」と笑います。一枝さんは60歳代の人に加わってほしいと願いつつ、「今の60歳は昔と違って若く、個人個人でさまざまな楽しみがありますから」と時代が抱える難しさを語ります。

市が取り組む、主な高齢者支援サービス

①高齢者祝金支給事業

満88歳、満100歳を迎えた方にお祝い金を贈り、長寿を祝福します。
・金額 満88歳は1万円、満100歳は10万円

②敬老会開催事業

お年寄りを敬い、地域ごとに敬老会を開催します。
・対象 4月1日現在で75歳以上の方

③老人クラブへの補助・助成

地域における高齢者の社会参加を促進するため、老人クラブ活動費の補助や助成を行います。

④高齢者入浴施設利用促進事業

4月1日現在で満70歳以上の方、身体障がいの認定を受けている満65歳以上の方に、市内の温泉施設などで利用できる割引券を交付します。
・配付枚数 各年度5枚（1回200円割引券）

⑤はり、きゅう、マッサージ施術費助成事業

4月1日現在で満65歳以上の方に、健康保持、増進のため、指定施術所の施術助成券を交付します。
・配付枚数 各年度3枚（1回千円助成券）

⑥緊急通報装置貸与事業

概ね65歳以上の一人暮らしの方、または高齢者だけの世帯やそれに準じる世帯に属する高齢者のうち、持病などにより、緊急時の対応が必要な方に対し、緊急時の連絡体制を確保するため、緊急通報装置を貸与します。
・所得税課税状況により負担あり

⑦寝具類洗濯サービス事業

65歳以上の単身世帯、高齢者だけの世帯やこれに準じる世帯に属する高齢者・重度身体障がい者であり、自力で寝具類の衛生管理が困難な方を対象に寝具類の洗濯を行います。

・年3回（料金の1割を負担 30～190円/個）
・対象 市民税非課税世帯

⑧軽度生活援助事業

概ね65歳以上の一人暮らしや65歳以上の方だけの世帯などに、介護保険制度に含まれない軽易な日常生活のサービスを提供します。
・月1回、2時間まで。30分あたり50円

⑨軽度生活援助事業（除雪事業）

概ね65歳以上の一人暮らしや65歳以上の方だけの世帯、身体に障がいのある方を対象に、自力で除雪できない、家庭の出入り口の確保のための除雪を無料で行います。

⑩訪問理美容サービス事業

概ね65歳以上の要介護の高齢者などで、理容院や美容院に出向くことが難しい方を理・美容師が出張し、サービスを提供します。
・理容料や美容料は実費負担（出張費は市が負担）
・実施機関 理容・美容組合加盟店

⑪日常生活用具給付等事業

65歳以上の一人暮らしの方に、介護保険で給付されない、容易に使える日常生活用具（電磁調理器）を給付します。
・所得税課税状況により負担あり



⑫外出支援サービス事業

概ね65歳以上で、身体状況（介護度4・5程度）あるいは精神状況により移送用車両でなければ移動が困難な方について居宅と医療機関との間を送迎するサービスを提供します。
・利用料 無料 ・利用回数 月2回まで

⑬高齢者心配ごと相談事業

高齢者や家族のさまざまな心配ごとの相談に応じます。
・実施機関 社会福祉協議会

⑭成年後見制度利用支援事業

精神上の障がいなどにより判断能力が不十分となった方について、家庭裁判所に親族などが申し立てできないなどの理由で、市が申し立てを行う場合に支援します。

⑮認知症高齢者見守り事業

認知症の高齢者を地域で見守るため、「認知症セミナー」「認知症サポーター養成講座」を開催するほか、認知症ケアパス（適切なサービス提供の流れ）の普及を図ります。

⑯食の自立支援事業

概ね65歳以上の方の一人暮らしなどの家庭で、栄養改善が必要な方や自ら調理できない方に、配達員が栄養バランスの取れた食事を届けるとともに、利用者の生活状況などを確認します。
・1食400円（市民税非課税世帯は300円）

⑰生きがい活動支援通所事業

介護保険サービスを受けていない65歳以上の一人暮らしの方などを対象に、通所により日常生活動作訓練・趣味活動などのサービスを提供します。
・利用料など 1日500～600円と加算サービス分（食事、入浴など）

⑱生活管理指導員派遣事業

介護保険サービスの給付対象とならない65歳以上の方のうち、日常生活に支障のある一人暮らしの方などにホームヘルパーを派遣して、家事を手伝います。
・利用回数 週1回
・利用料 基準単価の1割

⑲生活管理指導短期宿泊事業

介護保険サービスの給付対象とならない65歳以上の方などが、養護老人ホームなどに短期入所し、体調の回復や生活習慣の改善などを図ります。
・利用料 1日380円と食材費など

⑳地域ミニデイサービス活動支援交付金

町内会館などを利用し、高齢者が気軽に集う自主的な

活動を支援するための交付金を活用いただけます。
・対象経費 地域協力員謝礼年間総額の3分の2（上限40万円）。初年度に限り、備品購入費と集会施設の修繕費（上限10万円）

（浜ノ町町内会のミニデイサービスで）



㉑家族介護手当支給事業

寝たきりや重度の認知症の高齢者などを6カ月以上家庭で介護している家族に介護手当を支給します。
・支給額 1回3万円（年2回）

㉒家族介護用品支給事業

在宅の要介護4以上に相当する65歳以上の方を介護している家族に、介護用品を支給します。
・支給額 月額5千円（上限）
・支給要件 市民税非課税世帯

㉓指定ごみ袋支給事業

4月1日時点で在宅の要介護4または5の方のいる世帯に指定ごみ袋（可燃ごみ45ℓ用）を支給します。
・枚数 一人につき、年度あたり100枚



詳しい事業内容や要件などについての
お問い合わせは

長寿支援課 ☎24-6322
または各総合支所市民福祉課まで

3人に1人が高齢者、
生活支援体制を強化

に支援することによる「地域で安心して暮らし続けられる体制」、
③介護が必要になっても地域での生活を可能にする「地域の支え合い体制」の整備です。
高齢化とともに、介護認定や認知症高齢者が増えることを見込みつつ、「高齢期に元気になる由利本荘」と呼ばれるよう、市ではさまざまな支援に取り組んでいます。
高齢者のための主なサービス事業（23項目）は上のとおりです。ご不明の点などはお気軽にお問い合わせください。

市では第6期高齢者保健福祉計画（平成27～29年度）を策定し、保健・医療・福祉・介護が連携しながら「高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を営むことができるよう日常生活が支援される体制づくり」を基本理念とし、地域の力を取り入れて高齢者を支援する体制づくりを強化しています。
大きくは、①保健・福祉・介護の支援や予防事業による「生き生きと暮らし続けられる体制」、②生きがいづくりを積極的

本市の総人口80934人のうち、65歳以上の人は26489人。その割合を示す「高齢化率」は32.7%（平成27年9月末日現在の住民基本台帳人口）であり、ほぼ3人に1人が65歳以上ということになります。
市の高齢化率は2年後の平成30年に35%を超え、平成32年には36.8%になると推計されます。また、介護サービスなどが必要とする要支援・要介護認定者数は平成23年から5千人を超えており、このうち要介護2以上の人が約7割を占めます。



（新山町内会のミニデイサービスで）

明るい老後と生きがいづくり、生活支援・介護予防事業などを実施中です！

介護が必要となる原因で、脳血管疾患の次に多いのが「認知症」です。国内の認知症患者数は平成24年時点で462万人、65歳以上の約7人に1人とされ、65歳未満で発症する「若年性認知症」も4万人いると推計されています。

あなたは「認知症は高齢者がかかる病気だから」と思っていませんか。まずは、認知機能の低下がないか、一度チェックしてみましょう。

※このチェックリストは診断を行うものではありません。あくまでも目安です。

◇「認知症」早期発見チェックリスト

あてはまる項目を☑してください

- ①まわりの人から「いつも同じ話を聞く」などと言われる
- ②自分で電話番号を調べて、電話をかけられないことがある
- ③今日が「何月何日」か、わからない時がある
- ④長い時間待ったり、予定に合わせて準備したりできないことがある
- ⑤物を置き忘れたり、なくしたりすることがよくある
- ⑥1人でバスに乗ったり、車を運転してでかけたりできない。誰かの介助(助け)が必要だ
- ⑦決められた分量の薬を決まった時間に飲むことができず、数が合わなくなる
- ⑧預貯金の出し入れや簡単な計算ができず、誰かの介助が必要だ
- ⑨着替えや身だしなみ、入浴などを面倒くさく感じる

※5つ以上に☑が付いたら、地域包括支援センター(長寿支援課内)、またはかかりつけ医に相談してみましょう。

あなたは見逃していませんか？ 50歳代からの「認知機能低下」

もしかして…と思ったら

専用機器やサイトの利用を

認知症の早期発見と予防のため、タッチパネル式のチェック機器を長寿支援課・健康管理課・各総合支所に備えています。併せて、市ホームページの簡易チェックサイトもご利用ください。



タッチで簡単に

「安心ガイドブック」参考に

認知症について知り、接し方や介護に対する理解を深めてもらえるよう、市ホームページに「認知症・安心ガイドブック」を掲載しています。症状の進行状況に合わせた医療・介護サービスなどを紹介していますので、活用ください。

サポーター養成講座開催！

認知症の人や家族を温かく見守る応援者が「認知症サポーター」です。市では町内会や職場、学校で「認知症サポーター養成講座」を開催しています。受講については、お気軽にお問い合わせください。

問 長寿支援課

☎24-16324

または各総合支所市民福祉課

認知症は脳の細胞がゆっくりと壊れていく「アルツハイマー病」や、脳の血管が詰まったり切れたりして脳の働きが悪くなるのが原因で起こります。「何を食べたか思い出せない」というのは普通の「もの忘れ」ですが、認知症は「食事したこと」を忘れてしまいます。この点の正しい理解が必要です。

良い人間関係が治療に
専門的な話になりますが、認知症は「中核症状」と「行動・心理症状」という2つの症状に分けられます。中核症状は脳細胞が壊れることで「記憶できない」「日時や場所がわからなくなる」「お金の計算ができない」などの状態になります。これは認知症になれば誰でも必ず一つは起き、その症状は少しずつ進行します。さらに妄想や徘徊、抵抗などの行動・心理症状が表れる場合もあります。これは性格や心の状態、周囲の環境によるもので、多くは周りの人の助けがあれば、症状を和らげたり環境を改善したりできます。「良い人間関係は治療的に働く」と言われ、これは認知症にも当てはまります。住み慣れた地域で、誰もが安心して暮らせるようにみんなで手を取り合ひましょう。

筋力アップし、生活機能の向上と介護予防を 始めよう、「みんなかだるれ体操」

筋力やバランス力アップに効果的な3つの運動項目を抜粋しました。

(1) 体幹づくり・足上げバランス



両手を合わせ、胸の前で押し合う。(体の軸をまっすぐ、中心を意識する)

かかととつま先を上げて両手を開き、5つ数える。(左右を行い、足をかえる時に体幹づくりを行う)

(2) フラミンゴ



膝を曲げて足を上げ、両手を開いてバランスを取る。2回羽ばたいて、手を下ろす。(左右の足を上げて行う。イスに座った場合は、膝を抱えて足を引き、手を離して羽ばたく)

(3) しこ踏みスクワット



片方の足を肩幅に開き、膝を曲げて手を内側に添える。足を戻して左右4回行う。(体を戻す時は、体の前で手を叩きましょう)

生活機能の低下防止

- ①適度な運動をする(ウォーキング、体操)
- ②お口のケアに取り組む(歯の手入れ、ほおの体操、唾液を出すマッサージ)
- ③ストレスをためない(睡眠や休養をとる)
- ④周りの人と積極的に交流する(閉じこもらない、閉じこもりにさせない)
- ⑤生活を楽しむ(趣味や余暇活動を楽しむ)
- ⑥禁煙を心がける

生活習慣病の予防

- ①食習慣に気を付ける(野菜から食べる、バランス良く食べる、薄味にして甘い物を控えるなど)
- ②特定健診を受診して「メタボリックシンドローム」「内臓脂肪症候群」をチェック
- ③特定保健指導を受けて改善へ



問 健康管理課 ☎22-11834
または各総合支所市民福祉課

「年を取れば、体の機能が低下するのは仕方がない」と思いがちですが、実は、体力が低下する原因は「トシだから」と、家事や外出を避けたりすることから始まると言われています。使わない筋肉は萎縮し、動かす力が弱くなってしまいます。このため、日頃から体を動かし、骨や筋肉、関節などの運動器や心肺機能、平衡感覚を衰えさせないことが大切になります。

日本人の平均寿命は男性80・79歳、女性87・05歳。皆さんは平均寿命と健康寿命(健康的に自立した生活ができる期間)との間に約10年の差があることをご存じでしょうか。男性は70歳からの約9年、女性は74歳からの約13年が、介護などの支えが必要となる、「生活に制限のある期間」になります。要介護を招くおそれの一つに「ロコモ(ロコモティブシンドローム)」があります。これは運動器の機能が低下して歩行や日常生活がうまくできなくなる状態をいい、生活習慣が深く関係しています。現代社会では運動機能の衰えに気づきにくく、太り過ぎや運動不足のため、若い世代にもロコモの人が相当数いると見られています。「ロコモ」を予防し、元気に生き生きと過ごせるよう、自分のため、家族のために運動の習慣化に取り組みしましょう。「みんなかだるれ体操」は気軽に無理なく、筋力や柔軟性、バランス力を鍛えることができ、おすすめです。(上の3項目を含め、14の運動項目があります)

郷土の民謡を後世に受け継ぐ 「第33回本荘追分全国大会」

郷土の民謡「本荘追分」を後世に継承し、唄による地域振興を図ろうと、第33回本荘追分全国大会（市商工会主催）が8月20日、カダーレで開催されました。



大会には全国各地とブラジルから民謡愛好者が集まり、年少・青年・大賞の3部門に計105人が出場。出場者は、情緒豊かな歌詞を独特の節回しで披露し、自慢ののどを競いました。

大賞の部では、佐藤麻衣さん（34歳・山形県新庄市）が優勝。また、第1回本荘追分ブラジル大会で優勝し、海外から初めての出場となった日系3世の久保田紀世さん（31歳・ブラジル）は特別賞を受賞。久保田さんは「民謡を始めてよかった。いろんな方と触れ合うことができて幸せです」と笑顔を見せました。

【主な上位入賞者】
 【大賞の部】▽優勝：佐藤麻衣さん（山形県新庄市）▽準優勝：佐々木真理子さん（北海道札幌市）▽第3位：藤谷優美さん（湯沢市）
 【青年の部】▽最優秀賞：加賀谷修治さん（大仙市）
 【年少の部】▽最優秀賞：澤木美晴さん（男鹿市）

幽玄揺らめく伝統の舞 「第43回鳥海獅子まつり」

「第43回鳥海獅子まつり」が8月16日、鳥海健康広場で行われました。



下直根講中による「翁」

まつりでは、本海獅子舞番楽（国指定重要無形民俗文化財）の8講中と特別出演の岩

手県一関市「布佐神楽保存会」（岩手県指定民俗文化財）が演目を披露しました。親戚の案内でまつりを訪れた塚原圭介さん（28歳・東京都足立区）は「初めて見ましたが見応えがありました。ぜひ若い方に受け継いでほしいと思います」とカメラを構え観賞。かがり火がたかれる中、力強い伝統の舞が観衆を魅了しました。

平和の誓い新たに 「市戦没者追悼式」

市戦没者追悼式が8月26日、カダーレで行われ、参列した遺族など約400人が先の大



慰霊塔に献花する長谷部市長

戦での戦没者を悼み、平和への思いを新たにしました。式では、長谷部市長が「戦

争の悲惨さと平和の尊さを次の世代に語り継ぎ、平和で心豊かに生活できるふるさとを由利本荘を築くために、市民が一丸となって、全力を尽くすことを誓います」と式辞を述べました。続いて、市遺族会の阿部勇会長が「今日の平和と豊かさを当たり前と思わず、悲惨な体験を風化させないよう後世に伝えていきます」と追悼の言葉を述べました。

この後、慰霊塔に来賓や各遺族会の代表などが白菊を献花し、今なお消えない悲しみと平和への強い願いを込め、手を合わせていました。

Event and Sports

市長室から こんにちは

市長の長谷部です。8月の私の行動の一部をお知らせします。この情報は、市ホームページでもご覧いただけます。

8月5日(金)、8日(月)～9日(火)
市と市議会との合同要望(県内、仙台市、東京都)



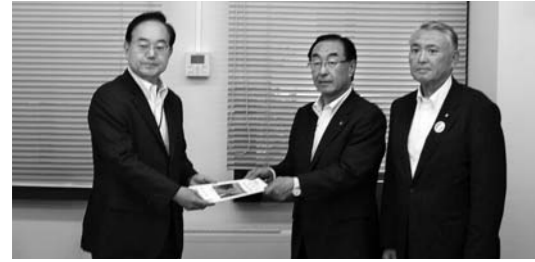
佐竹知事（秋田県庁）



川瀧国土交通省東北地方整備局長（仙台市）



山田国土交通省水管理・国土保全局長（東京都）



茶谷財務省主計局次長（東京都）

日治道の早期整備、鳥海ダム早期建設、子吉川の改修工事、TPP協定参加への対応、地域医療対策、防災関連など27項目の充実強化を求め、市議会（議長、副議長）と合同で関係機関へ要望してまいりました。特に、日治道の県境区間「遊佐象潟道路」の早期建設、生活道路となっている国道・県道の整備促進、水力発電施設を備えた「鳥海ダム」の早期建設など、市民生活に密着した内容を中心に説明し、特段のご配慮をお願いしてまいりました。

五穀豊穡を祈願 「赤田大仏祭り」



200年以上の歴史を持つ全国的にも珍しい神仏混交の祭り「赤田大仏祭り」（県指定無形民俗文化財）が8月21～22日、本荘地域の赤田地区で行われました。

21日は大仏の分身である観音様を神明社に運び一晩安置。翌22日、若衆が観音様をみこしで担ぎ、獅子舞や社切などの奉納芸能の行列をなして長谷寺へ帰りました。みこしが奉納されると、大勢の観衆は五穀豊穡や無病息災を祈り手を合わせていました。

本市の天然山菜をブランド化へ 「由利本荘山菜ビジネス推進協議会」を設立



本市の豊かな自然に育まれた山菜を首都圏などへ売り込むことを目的とした「由利本荘山菜ビジネス推進協議会」の設立総会が8月17日、広域行政センターで開かれました。総会には、山菜の収穫や集出荷、加工に携わる市内の団体の代表などが出席。本市の天然山菜のブランド化を目指して、規格や品質の統一、産地証明の方法などについて協議を重ね、市が掲げる「山菜売り上げ1千万円達成」を目標に取り組みを進めていくことを確認しました。

男子バレーボールスポーツ少年団 本由エアアタックが東北大会出場



東北小学生バレーボール選手権秋田県選考会が7月30日に行われ、本市とにかほ市の小学校5校（新山・鶴舞・尾崎・矢島・平沢小）による合同チーム「本由エアアタックスポーツ少年団」が準優勝し、東北大会出場を決めました。

監督、コーチと選手ら13人は8月18日、佐々田教育長に結果を報告。主将の松田嘉斗君（矢島小6年）は「強いチームと戦えることがうれしいです。県大会決勝で及ばなかった分を東北大会では頑張りたい」と力強く話していました。

1

市民俗芸能伝承館
愛称は「まいーれ」に



◆489点の応募作品から
愛称を決定しました！
鳥海地域のそば処もや隣
接地に建設を進めている（仮
称）市民俗芸能伝習拠点施設
の名称と愛称が決定しました。
正式名称は「由利本荘市民俗
芸能伝承館」、愛称は「まい
ーれ」です。愛称については、
応募作品（489点）の中か
ら愛称選考委員会を選定され
たものです。「まいーれ」は、
民俗芸能の『舞い』と、おい
でという意味の『参れ』とい
う言葉を掛け合わせたもので、
芸能を披露する本市の方々
と県内外からおいでくださる

方々との交流を深めていただ
く意味もあり、親しみが感じ
られる分かりやすい響きとの
理由で選ばれました。
名付け親賞に決まったのは
次の方です。
名付け親賞 受賞者
佐々木 克也 さん
（57歳・西目地域）



佐々木 克也 さん
（57歳・西目地域）

愛称の公募にあたりまして
は、市民のみならず、さら
には全国各地からも数多くの
応募をいただきました。ありが
うございました。
来月3月の完成を目標に建
設工事を進め、管理運営につ
いても準備を進めています。
民俗芸能の保存伝承と、伝
統文化の全国に向けた情報発
信の拠点施設として、多くの
方々で賑わう施設となるよう
取り組んでいきます。

問い合わせ先
文化課
☎32-1337

2

農業へのチャレンジを応援！
「未来農業のフロンティア育成研修生」募集

◆農業経営に必要な能力を
多角的に学べます
県農業試験場などで、平成
29年4月から2年間、実技や
講義ならびに生産・流通・加
工場での研修などを通して、
農業経営に必要な知識や技術
を習得できます。

- 農業試験場
（作物、野菜、花き）
- 畜産試験場
（酪農、肉用牛）
- 果樹試験場
（りんご、なし、ぶどう）
- 花き種苗センター（花き）

応募資格

次の要件を満たし、市長の承
認を得られる方
①新たに農業を始めようとする
方または現に農業を営む方
で、農業で自立しようとする
意識が高く、研修終了後、確
実に県内で就農できる方

- ②応募時点で45歳未満の方
- 申込期限 10月14日（金）まで、
農業試験場、または各総合支
所産業課に応募書類を提出し
てください。市で面談などを
行うため、早めにお申し込み
ください。
※書類審査、小論文、面接試

験を経て承認されます。なお、
研修期間中は研修奨励金の交
付や青年就業給付金（準備
型）の給付が受けられます。

問い合わせ先
農業振興課
☎24-6234
または各総合支所産業課
県由利地域振興局
農業振興普及課
☎22-7551

3

黄桜の里「軽トラ市」
出店者を募集！



◆軽トラの荷台を使って
気軽に出店できます
「軽トラ市」は、軽トララッ
クの荷台を店舗に見立てた朝
市のこと。ぜひあなたの「お
店」を出してみてください。

日時 10月9日（日） 9時～13
時半

会場 道の駅東由利
募集区画数 10区画
出店料金 2千円
申込期限 9月25日（日）

申し込み・問い合わせ先
黄桜の里ひがしゆり
活性化委員会
（東由利ショッピングプラザ
「ぶれっそ」内）
☎69-3266

4

新事業などに「農業6次産業化支援事業」
補助金をご活用ください

◆農産物の加工、販売に係る
取り組みを支援します
市内で生産される農産物の
付加価値化と農家所得の向上
を図るため、農産物の加工施
設・販売施設・備品整備に伴
う費用の一部を助成します。
補助対象事業者

- ①農林漁家を中心とする団体、
または法人
- ②農林漁家（個人）

補助金の額など

営業項目	区分	補助率	補助金限度額
加工施設 整備	団体・法人	1/2	150万円
	個人	1/3	
販売施設 整備	団体・法人	1/2	100万円
	個人	1/3	
備品整備	団体・法人	1/2	40万円
	個人	1/3	

公募期間
9月15日（水）～10月31日（月）
※各種施設整備には、保健所
との事前調整が必要です。

問い合わせ先
農業振興課
元気集落支援班
☎24-6234
または各総合支所産業課



9月21日（水）～30日（金）は
「秋の全国交通安全運動」

- ◆運動の基本
●子どもと高齢者の交通事故
防止
- ◆運動の重点
●夕暮れ時と夜間の歩行中・
自転車乗車中の交通事故防止

（特に、反射材用品などの
着用の推進・自転車前照灯
の点灯の徹底）
●全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
●横断歩行者の交通事故防
止（特に、横断歩道におけ
る歩行者優先の徹底）
また、9月30日（金）は「交通事
故ゼロを目指す日」です。
ゆずりあい、相手を思いやり、
交通ルールと交通マナーを確
実に守って、「交通事故ゼロ
」そして「交通事故ゼロ」
を目指しましょう。

5

「コミュニティ助成事業」活用
希望団体を募集しています

◆町内会・自治会などが対象
自治総合センターが宝くじ
の助成金で整備した「コミュ
ニティ助成事業」の来年度募
集にあたり、活用を検討され
る自治会・町内会は、事前相談
の上、お申し込みください。
助成対象団体 自治会・町内
会など地域的な共同活動を行
っている団体、またはその連
合体。

特定目的のために組織され
た団体、NPO、その他その
活動が地域に密着している
は言いがたい団体などは、除
かれます。
審査・決定 市を通して申請
した事業は、県、自治総合セ
ンターの審査を経て、助成が
決定されます。ただし、必ず
採択されるとは限りません。

助成の内容（助成金額は10万円単位）

助成事業名	事業概要	助成金額
一般コミュニティ 助成事業	住民が自主的に行うコミュニティ 活動に直接必要な設備など（建築物、 消耗品は対象外）	100～ 250万円
コミュニティ センター 助成事業	コミュニティ活動を積極的に推進 する集会施設の新築工事費・大規模 修繕費（土地の取得、既存施設購入、 既存施設の撤去・処理、外構に要する 経費は対象外）	対象となる 総事業費の 3/5以内 ※上限は 1,500万円
青少年健全育成 助成事業	青少年の健全育成に資するため、主 として親子で参加するソフト事業（ス ポーツ・レクリエーション・文化・学 習・コミュニティ活動などに関する 事業）	30～ 100万円

申込期限 10月19日（水）まで、
地域振興課、または各総合支
所振興課に必要書類を提出し
てください。
※助成対象の事例など、詳し
くは自治総合センターのホー
ムページで確認できます。
※いずれの事業も、市が認め
るコミュニティ組織が実施
する事業が対象となります。

問い合わせ先
地域振興課
☎24-6231

市税・国保納税のお知らせ
～納期内に納めましょう～
納付は便利で確実な
口座振替で
9月30日（金） 国保税（第3期）
市が納付を確認できるまでに、金融機関などに納付されてから
1週間程度かかります。納税証明などでお急ぎの場合は、領
収証書や引き落とし額が記帳された通帳をご持参のうえ市民窓
口センターに申請してください。
問い合わせ先 税務課 ☎24-6303（納税証明など）
収納課 ☎24-6206（口座振替など）
または各総合支所振興課



◇掲載基準 … 「お知らせ」には、主催団体などを所管する市の担当課の承認を得た内容の記事を掲載します。掲載を希望の際は、各担当課へ事前にご相談ください。
 (記事の締め切りは発行日の20日前。前後する場合がありますので、お早めに。)

募集

市の臨時職員を募集します

ハローワークで発行する紹介状と市専用の履歴書を提出してください。詳細はハローワークに備え付けの募集要項でご確認ください。

〔鳥海教育学習課 スクールバス運転士〕

勤務内容 スクールバス運転業務
勤務先 鳥海地域
勤務時間 週5日勤務(1日5時間。週25時間前後)
応募資格 大型自動車運転免許
雇用期間 11月1日〜平成29年3月31日
申し込み・問い合わせ先 10月3日(月)まで、鳥海教育学習課 ☎57-2881

冬期間の市臨時職員を募集

ハローワークで発行する紹介状と市専用の履歴書を提出してください。詳細は、ハローワークに備え付けの募集要項でご確認ください。お問い合わせください。

〔除雪オペレーター〕募集地域・人数

本荘1人、矢島5人、由利4人、東由利1人、鳥海2人	募集期間 10月3日(月)〜17日(月)	申し込み・問い合わせ先 建設管理課 ☎24-6329
鳥海地域	3戸(下野) 2戸(鶴ヶ平)	公共住宅 東由利地域 1戸(吉野) 鳥海地域 1戸(笹子)
岩城地域	2戸(田町)	申し込み・問い合わせ先 入居の条件など詳しくは9月26日(月)まで、建築住宅課 ☎24-6334、または各総合支所建設課
岩城地域	1戸(大川原)	「南由利原コスモスマツリ」野外コンサート出演バンド募集
岩城地域	1戸(潮騒の丘)	日時 10月2日(日) 11時〜(集合10時)
岩城地域	1戸(海浜)	会場 南由利原青少年旅行村「野外ステージ」
岩城地域	1戸(小田)	バンド数 7バンド程度(応募者多数の場合は、演奏のジャンルを考慮のうえ決定)
岩城地域	1戸(栄町)	申し込み・問い合わせ先 9月26日(月)まで、三浦さん(鶴舞会館3階・市社会福祉協議会本所内) ☎23-5519、FA X23-5529
岩城地域	1戸(湯端)	「シルバー会員」登録説明会の参加者を募集
岩城地域	2戸(高城)	日時 9月28日(水) 10時〜
岩城地域	1戸(亀田中央)	会場 市シルバー人材センター
岩城地域	1戸(伊勢堂)	対象 市内に在住する60歳以上の方
岩城地域	1戸(潮騒の丘)	

年会費 3千円
 持ち物 秋田銀行、ゆうちょ銀行、秋田しんせい農協、羽後信用金庫のいずれかの通帳
 申し込み・問い合わせ先 市シルバー人材センター ☎24-5111

秋田県立大学 語学教室(後期)受講生募集

日時 10月4日(火)〜12月6日(火) 全10回
 スペイン語 10月4日(火)〜12月6日(火) 全10回
 韓国語 9月29日(木)〜12月8日(木) 全10回
 (初級2・基本習得者向け) 12時40分〜13時40分
 (初級3・1年以上の学習経験者向け) 13時50分〜14時50分
 (中級) 15時〜16時
 中国語 9月29日(木)〜12月8日(木) 全10回
 (初級2・基本習得者向け) 14時〜15時
 (中級) 15時10分〜16時10分
 会場 県立大学 本荘キャンパス内の講義室
 内容 母国語とする講師が担当します。初級会話のほか、文

「JICAボランティア」2016年度秋募集

募集期間 9月30日(金)〜11月4日(金)
 応募資格 ○青年海外協力隊 20〜39歳の日本国籍を持つ方
 ○シニア海外ボランティア 40〜69歳の日本国籍を持つ方
 「体験会&説明会」
 日時 10月16日(日) 10時〜正午
 会場 にぎわい交流館AU 2階アート工房(秋田市)
 ※詳しくはJICA東北ホームページをご覧ください。お問い合わせください。
 申し込み・問い合わせ先 JICA東北 ☎022-223-4772

化や生活習慣を楽しく学ぶことができます。
 対象 一般
 定員 各教室20〜40人
 ※受講者少数の場合は、中止する場合があります。
 受講料 無料
 申し込み・問い合わせ先 9月15日(木)まで、秋田県立大学本荘キャンパス 総務・企画チーム ☎27-2000(平日の9時〜17時に受け付け)

「特設人権相談所」開設

日時 10月4日(火) 10時〜15時
 会場 矢島福祉会館
 相談内容 人権相談(差別、名

「岩城少年自然の家」オープンデー

日時 9月17日(土)・18日(日) 10時〜16時
 会場 岩城少年自然の家
 参加料 無料(一部材料費あり)
 内容 うさぎに触れ合おう、自然物工作、ザリガニ釣り大会など
 問い合わせ先 秋田県司法書士会 ☎018-824-0187

相談

日常生活での困りごとはありませんか?

「合同行政相談所開設」
 毎日の暮らしの中で、困ったことはありませんか?
 相談に伴う、登記や税金の相談から借金、会社でのトラブルなどの身近な困りごとまで、専門の機関が相談をお受けします。相談は無料で秘密は厳守します。小さなことでもお気軽にご相談ください。
 また、予約制による弁護士、司法書士への無料相談も同時開催します。

詳細は、本紙10月1日号と同時配布されるチラシをご覧ください。
 参加予定機関
 秋田地方方法務局、秋田財務事務所、仙台国税局、秋田労働局、秋田県警察本部などの12機関
 日時 10月14日(金) 13時〜16時
 会場 カダーレギヤラリー
 問い合わせ先 総務省秋田行政評価事務所 ☎018-824-11426、市民相談室 ☎24-6251

「特設人権相談所」開設

日時 10月2日(日) 10時〜15時
 会場 矢島福祉会館
 相談内容 人権相談(差別、名

会場 秋田法務局(ほか、大曲・大館の2会場)
 相談内容 登記、土地の境界、人権、成年後見、国籍、地代、公正証書など
 相談 無料(予約可。予約された方を優先します)
 ※当日は「未来につなぐ相続登記」講演会を開催します
 予約・問い合わせ先 秋田地方法務局 ☎018-862-1428

「特設人権相談所」開設

日時 10月4日(火) 10時〜15時
 会場 矢島福祉会館
 相談内容 人権相談(差別、名

嘗、信用など、困りごと(土地、建物の権利・登記、家族不動産の賃貸借、子どもの人権(いじめ、不登校、体罰)お問い合わせ先 法務局本荘支局 ☎22-1200

司法書士無料法律相談会

日時 10月1日(土) 10時〜15時
 会場 鶴舞会館
 相談内容 登記、相続、遺言、成年後見、借金など司法書士業務全般(予約不要)
 問い合わせ先 秋田県司法書士会 ☎018-824-0187

安心・安全のためにクルマの点検をお願いします。
 ☎東北運輸局秋田運輸支局整備部門 ☎018-863-5811

9月〜10月は国土交通省の『自動車点検整備推進運動』強化月間です

■子育てサロン「なかまっ子」
 ◇日時…10月9日(日) 10時〜正午 ◇会場…鶴舞会館3階 講堂 ◇内容…体を使う遊び ◇対象…親と子、祖父母と孫などのほか、どなたでも ◇参加料…無料
 (申込)☎…10月7日(金)まで、市社会福祉協議会本荘支所 ☎24-3634

■9月のミニチャレンジデー
 ◇日時…9月25日(日)
 【岩城】BMX体験試乗会 10時〜正午 高城体育館駐車場(雨天中止)※19ページ掲載。要申し込み。
 ◇日時…9月28日(水)
 【岩城】パークゴルフ交流会 9時〜正午 岩城パークゴルフ場
 【由利】インターバル速歩教室 15時〜16時 由利B&G体育館
 【大内】8人制バレーボール 9時〜15時 松本体育館
 【東由利】ゲートボール 9時〜16時 げんき館、バレーボール交流会 18時〜21時 東由利体育館
 【西目】軽スポーツ 13時半〜15時 西目B&G体育館
 【鳥海】8人制バレーボール教室 19時〜20時半 鳥海トレーニングセンター
 (問)…スポーツ課 ☎32-1334

■あきた国際フェスティバル2016
 秋田県在住の外国人による文化紹介や国際交流団体による活動紹介、様々な国の踊りなどが披露されるステージ、世界のお菓子がもらえるクイズラリーが行われます。
 ◇日時…10月1日(土) 10時〜16時 ◇会場…イオンモール秋田・セントラルコート
 (問)…秋田県国際交流協会 ☎018-893-5499

■三片(裁判所・検察庁・法務局)見学ツアー
 ◇日時…10月13日(木) 13時半〜16時 ◇会場…秋田地方・家庭裁判所、秋田地方検察庁、秋田地方法務局
 ◇定員…40人(予約制)
 ◇参加料…無料
 (申込)☎…9月26日(月)〜10月7日(金)まで、秋田地方・家庭裁判所事務局総務課庶務係 ☎018-824-3121

■本荘城下探訪会
 ◇日時…9月24日(土) 8時半〜正午 ◇集合場所…カダーレ西口 ◇コース…八幡神社、永泉寺、本荘公園など本荘藩2万石の史跡を巡ります ◇定員…20人
 ◇参加料…200円
 (申込)☎…9月21日(水)まで、観光文化振興課 ☎24-6349

■ふれあい交流会
 ◇日時…10月15日(土) 10時〜11時半 ◇会場…シーガル バイオ研修室 ◇対象…障がいをお持ちの方 ◇内容…ミュージックセラピー ◇参加料…無料
 (申込)☎…10月3日(月)まで、秋田県心身障害者コロナー管理課 松井さん ☎33-2255

■写真展「四季彩々」
 ◇期間…9月1日(木)〜30日(金) 9時〜17時 ◇会場…道の駅にしめ ギャラリー ◇入場料…無料 ◇内容…熊谷忠浩さん撮影の中島台などの写真30展を展示
 (問)…道の駅にしめ ☎33-4260

■「岩城少年自然の家」オープンデー
 ◇日時…9月17日(土)・18日(日) 10時〜16時 ◇会場…岩城少年自然の家 ◇参加料…無料(一部材料費あり) ◇内容…うさぎに触れ合おう、自然物工作、ザリガニ釣り大会など
 (問)…岩城少年自然の家 ☎74-2011

「法の日」週間行事
無料法律相談会

金銭・土地建物・交通事故・相続などの相談に応じます。
日時 10月12日(水) 10時～15時半
会場 アトリオン7階「くらしのサロン」(秋田市)
定員 24人(予約制)
参加料 無料
申し込み・問い合わせ先 9月26日(月)～10月7日(金)まで、秋田地方・家庭裁判所事務局総務課庶務係 ☎018-824-3121

秋田労働局雇用環境・均等室
ハラスメント対応特別相談窓口

職場のハラスメント(マタニティハラスメント、セクシュアルハラスメント、パワーハラスメントなど)に関する相談を受けける「特別相談窓口」を開設しています。
期間 11月30日(水)まで
窓口 秋田労働局雇用環境・均等室、本荘労働基準監督署
総合労働相談コーナーのほか、相談ダイヤル
相談内容 上司や同僚からの妊娠・出産・育児休業・介護休業などに関するハラスメントや、それらを理由とする解雇などの不利益取り扱い、職場におけるセクシャルハラスメント、パワーハラスメントなど
専用相談ダイヤル

その他

☎018-883-4254

避難勧告などの目安になる
基準水位が見直されました

県水防計画の変更により、避難勧告の目安となる基準水位が「避難判断水位」から「氾濫危険水位」に改められ、水位も一部見直しました。
近年ゲリラ豪雨など急激に水位が上昇する状況が増加しています。避難準備情報が発令されたら早めの避難をお願いします。

芋川の基準水位 (単位:m)

観測所	避難判断水位		氾濫危険水位	
	現行	見直し後	現行	見直し後
館前	5.50	6.20	6.40	6.60
松本	4.10	4.30	4.90	4.60

避難判断水位・避難準備情報発令の目安
氾濫危険水位・避難勧告発令の目安

※現況水位は「県防災ポータルサイト」でご覧いただけます。
問い合わせ先 由利地域振興局建設部工務課 ☎22-5439

「農作業事故に注意しましょう」
毎年、全国で約4000件の農作業死亡事故が発生しています。大切な「命」を守るため、ゆとりある作業計画を立て、安全を十分に確認して作業に努めましょう。

【農作業を安全に行うために】

- ①使用機器類の点検・整備は、計画的に早めに行いましょう。
- ②無理のない作業計画を作りましょう。(適時に休息を)
- ③農作業や機械作業に適した服装を心掛けましょう。
- ④ほ場への出入り・あせ越えは、適切な速度で慎重に行いましょう。

⑤機械類の点検・調整時は、必ずエンジンを停止してから行いましょう。


問い合わせ先 農業振興課農政班 ☎24-6353

筆界特定制度をご活用ください

「筆界特定制度」は、土地の筆界(境界)トラブルを解決するため、法務局が現地における筆界の位置を特定する制度です。隣接地との筆界が分からない、筆界について隣地の所有者と意見が一致しないなどお困りの方は、筆界特定制度をご利用ください。詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ先 秋田地方法務局登記部門筆界特定室 ☎018-862-1442

ゆりほんテレビ
期間限定加入金
無料キャンペーン!
期間は
10月1日～31日!




今なら加入金30,860円が無料
月額基本料金1,340円で広がる楽しみ
○地域の身近なニュースを毎日放送!
○加入者同士は通話料が無料になるIP電話がご利用いただけます。
○音声告知放送で地震速報や災害情報の聞き逃しがありません。(録音機能あり)
※再加入の場合や事業所などは対象外。
※宅内の配線工事は実費負担になります。

問い合わせ先
☎CATVセンター
65A-13722

新築住宅は来年3月31日まで加入金無料!

「暮らしの便利帳」
10月の発行に向けて
準備を進めています



市では、官民共同事業として、190余りの事業所などからご協力を得て、市民の皆さんの生活に便利で役に立つ一冊「暮らしの便利帳」を現在制作中です。完成後、市内の各ご家庭に配布するほか、今後本市に転入される方々に対して窓口でお渡しすることになります。お手元に届きますまで、今しばらくお待ちください。

☎24-6237

■恋カツ×地域活性化
バーホッピング2016

計3店を回り、さまざまな方と交流できます。
◇日時…11月26日(土) 18時～21時(受付17時15分～)
◇集合場所…市役所正面前入口前
◇対象…20歳以上の未婚の方(同性の場合は2人以上の組で参加可)
◇定員…男女ともに60人
◇参加料…男性5500円、女性2500円
【申込】…9月15日(木)～10月31日(月)まで、「BarHopping」公式サイトからお申し込みください。

【問】…市商工会青年部「BarHopping」実行委員会 ☎23-8686

■初級障がい者スポーツ
指導員養成講習会

◇日程…11月19日(土) 9時～17時・20日(日) 9時～17時半・26日(土) 9時～16時の3日間
◇会場…秋田県心身障害者総合福祉センター(秋田県社会福祉会館内)
◇対象…今年4月1日現在で18歳以上の県内在住者。講習会終了後、指導員として活動できる方
◇定員…30人
◇受講料…無料(別途テキスト代3500円ほかあり)
※申込書は協会ホームページからダウンロードできます。

【申込】☎…9月16日(金)～10月14日(金)まで、秋田県障害者スポーツ協会 ☎018-864-2750

■「ものづくり体験」参加者募集

◇日時…10月12日(水) 10時～12時10分
◇会場…旧結川小学校
◇内容…陶芸、ビーズアクセサリー製作、ジャムづくりなど
◇定員…各10人(先着順)
◇参加料…500～千円程度(材料費)
【申込】☎…10月5日(水)まで、ゆり支援学校 ☎27-2630

■10月1日～7日は
「公証週間」です

遺言書の作成や高齢者の後見に関すること、さらには離婚に関する取り決めや重要な取引に関する契約でお悩みがありましたら、全国に約300カ所ある公証役場をお訪ねください。公証人が直接、公正証書の作成やこれに関する法律相談に乗らせていただきます。公証週間以外も相談は受けでき、いずれも相談は無料です。

【相談窓口】…秋田公証人合同役場(秋田市)

【電話無料相談】
秋田公証人合同役場 ☎018-864-0850(10月1日(土)の9時～16時、それ以外は平日9時～正午、13時～17時)、日本公証人連合会 ☎03-3502-8239(10月1日(土)～7日(金) 9時～正午、13時～17時)

■秋田県行政書士会
行政書士電話無料相談

◇日時…10月1日(土) 10時～16時
◇主な相談内容…行政書士関連業務全般(遺言相続に関する手続き、法人設立、農地転用、各種許認可申請など)、行政手続法に関する相談

【相談窓口】…秋田県行政書士会事務局 ☎018-864-3098

■スキルアップセミナー

◇日時…【ワードチラシ作成講習】10月5日(水)・6日(木)、【エクセル関数ビジネス活用】10月24日(月)・25日(火)
◇時間…いずれも9時～16時
◇会場…大曲技術専門学校
◇対象…現在お勤めしている方
◇受講料…無料(テキスト代別途)
◇定員…10人
【申込】☎…大曲技術専門学校 民間訓練支援室 ☎0187-62-6321

9月1日号の12・13分の記事で「標高差1.1⁵」とあるのは「標高差1100⁵」の誤りです。また、17分掲載「JAまつり」のステージ出演者について、正しくは「新沼謙治さん」でした。また、今号の4分の上段の記事で、「国竜江」は「黒竜江」の誤りです。おわびして訂正いたします。

図書館へ行こう!

U-20 (10代向けの本)

学校が教えないほんとうの政治の話
どうなっているの?だんめん図鑑
「悩み部」の成長と、その緊張。
橋本式国語勉強法
販売員・ファッションアドバイザーになるには
ビーカーくんとそのなかまたち

児童書

宇宙人っているの?
30分できる伝統のおやつ
はじめてのおとつさんはウルトラマン
すこいぞ!甲子園の大記録
お化けの迷路
かっぱ

長沼 毅
伝統おやつ研究所
みやにし たつや
講談社
香川 元太郎
柳田 国男
斎藤 美奈子
断面マン
麻希 一樹
橋本 武
浅野 恵子
うえたに 夫婦

中央図書館 ☎22-4900
由利図書館 ☎53-2121
岩城図書館 ☎73-3673
出羽伝承館 ☎62-0505

市図書館HPもご覧ください。蔵書検索もできます。

おすすめ新着本

〈一般書〉

五能線物語 遠藤 功 著
PHP研究所 / 1512円

〈U-20 (10代向けの本)〉

百年後、ぼくらはどこにいますか? 長江 優子 著
講談社 / 1512円

〈児童書〉

つんつ! 新井 洋行 著
ほるぷ出版 / 918円

ぶかぶかあひるさん、ゆびでつんつと つつしてみよう。ゆれたり、たおれたり つつして起る変化が楽しい遊べる絵本。

明治初期日本の原風景と謎の少年写真家 アルフレッド・モザイ
東京會館とわたし 辻村 深月
昭和なくらし方 小泉 和子
ジハード・ジョンの生涯 ロバート・パークアイク
「がん治療」の正しい受け方 「きょうの健康」番組制作班
99%の会社はいらぬ 堀江 貴文
2週間で体が変わる「もち麦」ダイエット 小林 弘幸
ノンママという生き方 香山 リカ
結婚・事実婚・同棲に迷ったら読む本 黒澤 貞弘
柿づくし 横村 さとる
50代は悩み多きお年頃 谷川 一巳
第三セクター鉄道の世界 ナショナルジオグラフィック
謎を呼ぶ大建築 親なら知っておきたい学歴の経済学 西川 純
うつからの完全復職バイブル 酒井 麻里子
今すぐできるメンタル・イメージングテクニック 藤田 潔
代書屋ミクラ すぐらく巡礼 松崎 有里
神々の魔術 グラハム・ハンコック
日本会議の正体 青木 理
ねないこはわたし せな けいこ

9/24(土)～27(火) **日本スポーツマスターズ 2016秋田大会**
ソフトボール競技

競技志向の高いシニア世代を対象とした全国規模のスポーツの祭典「日本スポーツマスターズ秋田大会」が、9月24日(土)から27日(火)の日程で、本市を含め県内8市町で開催されます。

本市では男女ソフトボール競技が開催され、全国から72チームと韓国女子チームが出場して熱戦が繰り広げられます。本市からも、ソフトボールほんじょう(男子)、本荘愛球会(男子)、ナイスキャッチーズ(女子)の3チームが出場します。

◆競技日程(◎決勝戦)

	24日(土)	25日(日)	26日(月)	27日(火)	会場
男子	○	○	○	◎	矢島多目的運動広場
	○	○	○	○	矢島ソフトボール場
	○	○	○		由利運動公園ソフトボール場
	○	○	○		由利運動公園サッカー場
女子	○	○	◎		由利本荘市ソフトボール場
	○	○			鶴舞球場

秋田県代表(由利本荘市)チーム

- ナイスキャッチーズ(女子)
9月24日(土) 市ソフトボール場(B) 第2試合(11時開始予定)
 - 本荘愛球会(男子)
9月25日(日) 矢島多目的運動広場 第3試合(13時開始予定)
 - ソフトボールほんじょう(男子)
9月25日(日) 由利運動公園ソフトボール場 第3試合(13時開始予定)
- ※トーナメント表は、市ホームページでもご覧いただけます。

問い合わせ先
スポーツ課 ☎32-1334

大手門温水プール遊泳館 臨時休館・振替営業します

9月24日(土)・25日(日)の2日間、遊泳館は日本スポーツマスターズ2016秋田大会「ソフトボール競技」開催(鶴舞球場使用)のため、臨時休館します。

なお、9月21日(水)・28日(水)の2日間を振替営業します。皆様のご理解をお願いします。

臨時休館 9月24日(土)・25日(日)
振替営業 9月21日(水)・28日(水)
問い合わせ先
遊泳館 ☎24-0134
スポーツ課 ☎32-1334

10/1(土)～2(日) **秋のプラネタリウム教室&天体観望会**
～秋の星座とメシエ天体ほか～

○プラネタリウム教室
日時 10月1日(土)・2日(日) 14時～(40～50分程度)
会場 カダーレ3階 自然科学学習室2
定員 50人
内容 秋の星座とメシエ天体ほか
申込期限 9月30日(金)まで。定員に満たない場合は当日参加もできます。
○秋の天体観望会(事前申し込み不要)
日時 10月1日(土) 19時～21時(曇天・雨天など観測ができない場合は中止)
会場 カダーレ天体観望室ほか
内容 秋の星座とメシエ天体
受け付け カダーレ西口駐車場付近で18時半から受け付けします。
※小学生以下は保護者同伴
申し込み・問い合わせ先 理科教育センター ☎22-3166、FAX 22-2557(月・水・金の9時～15時まで、それ以外の時間はカダーレ事務局 ☎22-2500まで)

9/16(金)～18(日) **オーストリア 伝統工芸展**

日時 9月16日(金)～18日(日) 10時～17時(16日13時から、18日15時まで)
会場 カダーレギャラリー
入場料 無料
内容 ドイツからオーストリアに伝わった工芸品「ゲビンデ」「クロスター・アルパイテン」など、約80点を展示します。
問い合わせ先
高橋さん ☎44-8548

9/29(木) **ジャズ・スタンダードを歌おう**

1900年～60年代にアメリカで流行したスタンダードを歌ってみましょう。
日時 9月29日(木) 10時半～正午
会場 カダーレ 練習室2
受講料 300円
問い合わせ先 ジャズ・スタンダードボーカルクラブ 佐藤さん ☎090-2273-2794、☎018-874-9628

変更

本紙9月1日号16頁掲載「移動図書館」の本荘第一病院での開催が9月16日(金) 13時～16時に変更になりました。

9/25(日) **BMX体験試乗会**

BMX(バイシクルモトクロス)の体験試乗会を開催します。前輪・後輪上げ、ハンドルを回転させるパースピンなど、基本的なトリックの講習も行います。
日時 9月25日(日) 10時～正午
会場 高城体育館(旧亀田小学校体育館) 駐車場
定員 5人(先着順)
参加料 無料
※雨天時は中止。ケガなどが不安な方はプロテクター類(ヘルメット、肘・膝当て)をご用意ください。
申し込み・問い合わせ先 9月20日(火)まで、岩城教育学習課 ☎73-2468

9/29(木) **高齢者のための口腔ケア研修会**

高齢者にとって口腔ケアは、さまざまな病気の予防にもつながり、とても大切です。寝たきりなどで、通院困難になっても自宅で適切な歯科診療や口腔ケア指導を受けられる体制づくりを構築するため、訪問歯科診療についての研修会を開催します。
日時 9月29日(木) 15時～17時
会場 アクアパル
対象 口腔ケアに関心のある方であればどなたでも参加できます。
内容 講演「口腔ケアについて」(講師: あいば歯科クリニック院長 相庭慎太郎先生)
講話・実技「高齢者の口腔ケアのポイント」(講師: 県健康福祉部健康推進課 健康づくり推進班 歯科衛生士 熊谷祐子さん)
参加料 無料
申し込み・問い合わせ先 市地域包括支援センター ☎24-6324

10/1(土) **秋田弁の昔っこ象潟の集い**

心あたたまる故郷の昔話を聞きにきてください。
日時 10月1日(土) 13時半～15時半
会場 「にかほつと」フードコート(にかほ市・道の駅象潟「ねむの丘」隣)
入場料 無料
問い合わせ先 あきた民話の会 齋藤さん ☎44-2978

EVENT Information

イベント、行事の案内

9/17(土)～11/13(日) **あきた埋文出張展示**
島海山麓、日本海沿岸部の縄文文化—縄文時代の由利本荘市と遊佐町—

期間 9月17日(土)～11月13日(日) 9時～17時
(月曜休館。月曜日祝日の場合は翌日)
会場 修身館(本荘公園内)
入場料 無料
問い合わせ先 県埋蔵文化財センター ☎0187-69-3331

10/3(月) **本荘中央児童館行事**
「ミニうどんかい」

日時 10月3日(月) 10時～11時半
会場 本荘中央児童館
定員 20組(先着順)
対象 未就園児の親子
参加料 無料
※飲み物は各自ご持参ください。
申し込み・問い合わせ先 本荘中央児童館 ☎22-3489(キャンセルされる場合は早めにご連絡ください)

9/25(日) **「子吉川紀行」連続講演第2回**

読売新聞記者の基調講演のほか、参加者で地域づくりについて考えます。
日時 9月25日(日) 13時～16時50分
会場 矢島福祉会館ホール
参加料 千円
講演・講話 小林義人読売新聞記者、小坂佳子読売新聞秋田支局長、菅原香織秋田公立美術大学助教、大井益二大井家当主、東海林晃矢島見どころ案内人の会会長ほか
問い合わせ先 NPO法人矢島フォーラム 太田さん ☎080-1236-9626、Eメール hankai19@gmail.com

9/17(土) **市スポーツ立市宣言記念 鳥海球場オープン15周年記念試合 社会人野球 TDK VS JR秋田**

日時 9月17日(土) 13時半～
会場 鳥海球場 **入場料** 無料
問い合わせ先 鳥海球場オープン15周年記念事業実行委員会 佐藤さん(鳥海総合支所建設課内) ☎57-2204

10/11(火) **本荘子育て支援センター “あいあい” 「りんご狩り」**

日時 10月11日(火) 9時40分～11時半
※雨天でもバスで出かけ散策します。
集合場所 本荘子育て支援センター “あいあい” 玄関前
内容 西目町瀧保のりんご園で、親子と一緒にりんごのもぎ取り体験、試食、果樹園内の散策を行います
対象 1歳以上の未就園のお子さんをお持ちの親子
定員 親子30組(先着順)
持ち物 帽子、おむつ、着替え、長靴、水筒など必要なもの
参加料 無料
申し込み・問い合わせ先 10月3日(月)まで、本荘子育て支援センター “あいあい” ☎28-5535

10/9(日) **第10回大内模型飛行機記念大会 プラスあきた号佐々木良三杯**

日時 10月9日(日)(受け付け9時～)
・記念大会
時間 10時～ **機種** 制限なし
・あきた号佐々木良三杯
時間 13時～ **機種** あきた号
会場 西目小学校前の田んぼ
関連イベント

○模型飛行機制作教室(要申し込み)
日時 10月8日(土) 10時～15時
会場 岩谷児童館
参加料 無料(昼食各自持参)
定員 20人(先着順)
○由利本荘市の模型飛行機展
期間 9月13日(火)～10月16日(日)(休館日・月曜日と祝日の翌日)
会場 羽羽伝承館
入場料 無料
申し込み・問い合わせ先 大内模型飛行機大会実行委員会 高橋さん ☎090-8424-0220

9/17(土) 18(日) **本荘藩より受け継ぐ 格式10万石の歴史が今に蘇りますー**

本荘大名行列



期日 9月17日(土)・18日(日)
内容 17日18時～ 宵宮・山車披露・屋台(旧上横町歩行者天国)、17日19時半～ 大名行列足慣らし(旧上横町油小路)、18日正午～ 大名行列市内巡行

同時開催・懐かしの大名行列写真展

期間 9月13日(火)～18日(日)
会場 信金プラザ 1階ホール 羽後信用金庫本店
問い合わせ先 大名行列保存会 吉田さん ☎22-5508

9/17(土) **第6回 ストリート音楽祭**

同日18時からの本荘大名行列宵宮と合わせてお楽しみください。
日時・内容 9月17日(土) 16時～17時(本荘高校吹奏楽部)、17時半～18時半(1KBバンド)
会場 旧中横町イベント広場(雨天時・コミュニティー体育館)
問い合わせ先 ストリート音楽実行委員会 ☎22-0717

12/3
(土)

LIFE × MUSIC vol.3
「泉谷しげる LIVE in カダーレ」



日時 12月3日(土) 18時～(開場17時半)
会場 カダーレ大ホール
出演 泉谷しげる
チケット(全席指定) 前売りS席5000円、A席4000円、高校生以下S席2500円、A席2000円(当日各500円増。各税込み)
※学生証の提示をお願いする場合があります。
※未就学児童のご入場はできません。
チケット販売開始 9月16日(金) 10時～
チケット取り扱い
市内プレイガイド ゆりぷらざ(カダーレ内)・コンノ楽器・ミュージックショップサヤ・つちだ楽器・ジブシーワゴン
その他プレイガイド ローソンチケット(Lコード:21723)、チケットぴあ(Pコード:310-398)など
問い合わせ先
カダーレ事務局 ☎22-2500
ホームページ <http://kadare.net/>



11/27
(日) LIFE × MUSIC vol.2
「THE KEY PROJECT feat. 杏子 LIVE in カダーレ」

会場 カダーレ大ホール
日時 11月27日(日) 17時半～(開場17時)
出演 THE KEY PROJECT、スペシャルゲスト: 杏子
チケット(全席自由) 前売り3500円、大学生以下1500円(当日各500円増。各税込み)
チケット販売開始 9月16日(金) 10時～
チケット取り扱い ゆりぷらざ(カダーレ内)、ローソンチケットほか
※未就学児童のご入場はできません。
問い合わせ先
カダーレ事務局 ☎22-2500
ホームページ <http://kadare.net/>

お誕生おめでとう

「お誕生」「おくやみ」欄に掲載を希望される方は、市民課(各総合支所市民福祉課、出張所)の窓口にお申し出ください。
<8月16日～31日受け付け分>

後藤 愛希ちゃん(文耶さん) 藤崎	大友 稜太ちゃん(祐樹さん) 赤沼下	鈴木 夏和ちゃん(幸寿さん) 曲沢
篠田 朔ちゃん(陽介さん) 内黒瀬	小番 乙寧ちゃん(伸さん) 矢島町城内	土井 颯太ちゃん(洋紀さん) 松本
佐藤 詠太ちゃん(義明さん) 東梵天	阿蘇 日葵ちゃん(圭介さん) 矢島町元町	佐藤 蓮ちゃん(貴仁さん) 岩谷町
梅津 杏菜ちゃん(勇人さん) 本田仲町	蒲田 歩叶ちゃん(涼さん) 矢島町七日町	加藤 叶柳ちゃん(康貴さん) 西目町沼田
相澤 旭ちゃん(晶さん) 古雪町	小熊純恋来ちゃん(輝彦さん) 岩城二古	佐藤 友ちゃん(政人さん) 鳥海町上川内
富樫 奏陽ちゃん(紘さん) 薬師堂	佐々木煌大ちゃん(靖隆さん) 五十土	佐々木結乃ちゃん(信太郎さん) 鳥海町上川内
竹林 鉄平ちゃん(龍亮さん) 薬師堂	三浦 莉菜ちゃん(遼さん) 吉沢	佐藤 羽海ちゃん(常晴さん) 鳥海町上川内

どうぞやすらかに

<8月16日～31日受け付け分>

真坂 武さん(大浦・74歳)	佐藤 千ヤさん(矢島町荒沢・88歳)	佐々木カネエさん(岩野目沢・93歳)	畑山 ケエさん(東由利館合・82歳)
加川 千ヨさん(井戸尻・85歳)	小野 ケサさん(岩城勝手・87歳)	遠藤 勝三さん(岩谷麓・73歳)	畠山 榮さん(東由利館合・90歳)
小松 トヨさん(表尾崎町・92歳)	山内 勇さん(岩城魚田大町・88歳)	小笠原フミさん(徳沢・95歳)	木嶋 澄子さん(東由利館合・69歳)
阿部 喜晴さん(石脇・82歳)	田口 治悦さん(岩城二古・79歳)	打矢 つまさん(岩谷町・84歳)	佐藤 京子さん(西目町戸出・93歳)
長谷川 武さん(中町・91歳)	森川 友治さん(東鮎川・82歳)	齊藤キヨミさん(徳沢・95歳)	太田ハルノさん(鳥海町上笹子・92歳)
富樫不二雄さん(畑谷・88歳)	佐藤 卓司さん(山本・77歳)	伊藤オキサさん(長坂・92歳)	眞坂 登一さん(鳥海町下笹子・81歳)
植田スメ子さん(御門・81歳)	佐藤 静江さん(吉沢・92歳)	小助川和子さん(岩谷町・76歳)	佐藤 洋美さん(鳥海町栗沢・52歳)
村上ミヨノさん(小人町・77歳)	斉藤 齊さん(小栗山・61歳)	佐々木カツヨさん(岩谷町・90歳)	黒木 儀一さん(鳥海町栗沢・65歳)
佐藤 忠吉さん(矢島町七日町・86歳)	東海林善雄さん(岩野目沢・84歳)	小野 三郎さん(東由利館合・101歳)	佐藤義一郎さん(鳥海町栗沢・94歳)
	渡部 キエさん(大内三川・93歳)	小松 養治さん(東由利館合・81歳)	村上 善右さん(鳥海町中直根・82歳)

9/25
(日) 第63回
子吉川はぜ釣り大会

日時 9月25日(日) 6時半～11時(小雨決行、悪天候等の場合は中止)
釣り場 子吉川由利橋より河口までの区域
参加料 陸釣り300円、船釣り500円
申し込み先 9月21日(木)まで、市内各釣具店、または市観光協会本荘支部事務局(観光文化振興課内)
問い合わせ先 大会事務局三浦さん ☎090-8786-5045、市観光協会本荘支部(観光文化振興課内) ☎24-6376

9/19
月～22
木 ベビーフェス2016
～しあわせなお産
バースハピネス～

女性とそのパートナーや家族に出産について考えてもらうイベントです。
日時 9月19日(月)～22日(木)
会場 villaフローラ、里の家(秋田市雄和)
内容 映画「玄靴」上映、トークイベント、写真展(期日によって内容は異なります)
チケット料 前売り3000円、当日3500円(小学生以下無料。写真展は入場無料)
※詳しくはFacebookページ「ベビーフェス実行委員会」をご覧ください。
問い合わせ先 ベビーフェス実行委員会 小田嶋さん ☎070-1148-5589

9/15
木 若年従業員の
職場定着のための
管理職セミナー

日時 9月15日(木)、11月18日(金)、平成29年1月20日(金) 9時半～16時40分(同じ内容で3回開催します)
会場 秋田テルサ
参加料 無料
対象者 若年従業員を指導する方
定員 30人
申し込み・問い合わせ先 秋田県ふるさと定住機構フレッシュワークAKIT A 猪田さん ☎018-826-1735 ※申込書(ホームページからダウンロード可)、FAXまたは電話でお申し込みください。

10/24
月 グリーン・ツーリズム
花まるっ大学

農林漁業体験民泊・農林漁家レストランのオーナー・体験受け入れ農家のお話を聞いてみませんか?
【第2回】 10月24日(月) 農園りすとら なんてherberry(三種町)
【第3回】 12月9日(金) 秋田県ゆとり創造生活センター遊学舎(秋田市)
※1回目は8月に開催済みです。
※本市にお住まいの方は無料で参加できますが、ランチなどの実費は負担していただくことがあります。
※実際に受講を申込みされた方に、その都度詳細についてご案内差し上げます。
問い合わせ先 NPO法人 秋田花まるっグリーンツーリズム推進協議会 ☎018-829-5895、観光文化振興課 ☎24-6349

10/16
日 第2回
韓国料理教室

チャプチェとワカメスープを紹介します。ワカメスープは韓国では特別な時に食べます。食べ物を通して、韓国の文化に触れてください。
日時 10月16日(日) 11時～
会場 カダーレ調理室
参加料 1000円(当日徴収)
持ち物 エプロン、三角巾
申し込み・問い合わせ先 10月13日(木)まで、国境なき話し手 古川さん ☎090-4559-4478 Eメール chika.eng.822@docomo.ne.jp

10/23
日 おおうち散策ものがたり
2016

日時 10月23日(日) 10時～15時(受け付け9時半～。小雨決行)
集合場所 由利本荘市商工会大内支所(羽後岩谷駅内)
参加料 1000円(お茶、昼食、特産品お土産、傷害保険など)
コース 赤田大仏、赤田大滝(約5ヶ所)、歴史案内と企業紹介、昼食はぼぼろっこ
定員 30人(先着)
申し込み・問い合わせ先 10月12日(木)まで、商工会大内支所 ☎65-2218

10/8
(土) 9
(日) 第18回 秋田県立大学
本荘キャンパス大学祭「潮風祭」
テーマ「舞」

日時 10月8日(土)・9日(日) 10時～16時
◇10月8日(土) 10時～
なまはげ太鼓、アームレスリング大会、早飲み食い競争、カラオケ大会
◇10月9日(日) 10時～
お笑いライブ、超神ネイガーショー、竿燈
◇両日
ビンゴ大会、スタンプラリー、フリーマーケット、Ms.Mrコンテスト、由利牛フェア、各種コンサートなど
フリーマーケット出店者を募集します!
日時 10月8日(土)・9日(日) 10時～16時
会場 県立大学本荘キャンパス
参加料 無料
区画 1枠2m×2m(1人1枠まで。両日とも先着20枠限り)
申し込み・問い合わせ先 9月30日(金)まで、県立大学本荘キャンパス 大学祭実行委員会 ☎・FAX 23-3179 Eメール chofusai08@akita-pu.ac.jp
同時開催・ミニオープンキャンパス(研究室・学生自主研究公開)
日時 10月9日(日) 11時～15時
内容 進学相談、研究室公開、学科紹介パネル展示など
※内容が一部変更になる場合があります。
問い合わせ先 県立大学本荘キャンパス事務局 学生・アドミッションチーム ☎27-2000

9/24
(土) 「2025年問題」「2040年問題」を考える
～東洋大学全国講師派遣・特別講義～

日時 9月24日(土) 13時半～14時45分
会場 本荘グランドホテル
講師 東洋大学ライフデザイン学部生活支援学科 高野龍昭さん
入場料 無料
申し込み・問い合わせ先 遠藤さん ☎080-1820-8650



夏の終わりにみんなでスイカ割りを楽しみました！(8月26日・西目幼稚園)



10月 各種健(検)診

検診名	実施日	受付時間	会場	申込期間	問合せ・申込先
乳がん検診、子宮がん・婦人科超音波検診、HPV検査	5日(水) 7日(金) 12日(水) 14日(金)	12:30～13:00	本荘保健センター	申込受付中です。定員がありますので、お早めにお申し込みください。	本荘保健センター ☎22-1834

高齢者の総合相談窓口

地域包括支援センター だより

地域包括ケア ～ 最期まで安心して暮らし続ける地域づくり ～

ペンリラーNo.4 “由利本荘医師会” 由利本荘医師会副会長 伊藤医院 伊藤伸一
～ 在宅医療における「ものがたり」の大切さ ～

おうちで治療を継続する在宅医療、そこでは「ものがたり」的な視点が大切です。ものがたりを英語で「ナラティブ」と言います。最近では医療現場でも「ナラティブベースト・メディスン」という言葉を耳にすることも増えてきました。

患者さんの語る「人生」というものがたりに耳を傾け、病気にだけ焦点を当てるのではなく、病と共に生きる患者さんを全人的に捉える視点がそこにはあります。そしてその人の「ものがたり」は多種多様です。だからこそ私たち医療者は、病気の専門家である前に、その人自身やその人の人生に関わることを大事にしていかなければならないのです。

患者さんの語りには強いメッセージがあり、聞く者に大きな気づきと発見を与えてくれます。ナラティブとは物語+語りであり、語り手と聞き手との間で返還と循環がなされます。

今後私たちの行う在宅医療では、この「ものがたり」という視点が重要になってくると考えています。

問い合わせ先：地域包括支援センター ☎24-6324



心身ともに、すこやかに
健康
だより

◇問い合わせ先
健康管理課(本荘保健センター)内☎22-1834
または各地域の市民福祉課

■A・D・L 高齢者体操 無料体験会
無理のない運動で健康寿命を延ばしましょう。参加者を募集しています。
日時 10月7日(金) 10時～11時半
会場 鶴舞会館(2階休憩室)
対象 運動・医療・介護福祉に関心のある方、一般市民(50～70歳代)
定員 15人程度
申し込み 9月20日(火)まで、NPO 法人由利本荘高齢者体操研究会・阿部さん ☎22-3653
※動きやすい服装でご参加ください

■認知症の人と家族のつどい
認知症に関する日頃の悩みなどをコーヒーでも飲みながら気軽にお話して仲間づくりをしませんか。申し込みは不要、どなたでも参加できます。
日時 9月24日(土) 14時～16時
会場 NPO法人由利本荘にかほ市民が健康を守る会事務所(石脇字石脇2番地)
問 公益社団法人認知症の人と家族の会 ☎23-4488
※参加は無料、認知症の方ご本人も参加できます

声 おたより

◆今年の夏は猛暑続きで体もくたくた。お盆を過ぎた頃からやっと過ごしやすくなり、朝晩は肌寒く、一枚多く掛けて休んでいます。これからは運動の季節。体を鍛えて寒さに備えたいものです。
(藤田さん・69歳・本荘地域)

◆広報紙は施設の催事案内や行事の予定がとても詳しく、これからも楽しみにしています。
(工藤さん・65歳・本荘地域)

◆毎回の広報紙、楽しみです。季節も感じ、行事も知り、笑売繁盛もいいですね！ 広報



赤田大仏まつりで(8月22日・長谷寺)

課の編集・発行に脱帽です。
(保科さん・71歳・本荘地域)

◆真田ゆかりの地、市内にも有名なところがあると知り、このたび初めて行ってきました。亀田城佐藤八十八美術館、歴史民俗資料館。めずらしいものや昔懐かしいものもあり

ました。海の景色も良くて、とても楽しい一日でした。
(鎌田さん・77歳・東由利地域)

◆月2回の広報紙配達を心待ちにして、いつも楽しみにしています。
(豊嶋さん・68歳・本荘地域)

◆皆さん、おたよりありがとうございます。お褒めの言葉、激励の言葉、間違いのご指摘、さまざまなお意見・すみずみまで丁寧に読んでいただいていることに感謝するとともに、皆さんからの声をよりよい広報紙づくりにつなげてまいります。



伝統芸能の長い行列が地域を練り歩きました



おたよりお待ちしています

「声 おたより」は市民の皆さんのコーナーです。ふだん感じていることや広報紙への感想、イラストなど、たくさんのお声をお寄せください。ハガキ・フアクシミリ・電子メールで受け付けています。
あて先 広報課(住所・氏名・年齢・連絡先・おたより)を明記してください。
※9月の読者プレゼントは21日まで。希望する方は前号のクイズの答えも記入してください。

人の動き 8月末日現在・住民基本台帳()は前月比

人口	79,959人 (-69)
男	38,165人 (-22)
女	41,794人 (-47)
世帯数	30,582世帯 (+6)

ルールを守るつ

事故・違反・飲酒運転のない街に！			
8月の交通事故発生状況	8月累計	昨年同期	
事故件数	10件	59件	55件
死亡者数	0人	1人	2人
負傷者数	14人	80人	68人

(8月31日現在)

ちょっとひといき...

健康 という字には、「体が丈夫で健やか」「危なげがなく安らか」などの意味があるようです。この字のような人生を過ごしたいです。☺

健康 わやかな成長を願っていた事に成長し、この春から親元を離れました。家の中が広く感じています。(蔵)

生き生きとした市民の皆さんが登壇する広報を目指しています。取材先などで広報課の職員を見かけたらお気軽にお声かけください。(さ)

一番大切なものは？と問われたら、皆さんは何と答えますか。一概に言えませんが、誰にとっても「健康」は上位に位置するものと思えます。今号の巻頭企画の中で何か一つでも感じるものがあれば幸いです。(高橋)

広報 広告募集中

市内に事業所や店舗、教室をお持ちの皆様、広報ゆりほんじょうに広告を掲載して、会社やお店のPR、生徒の募集などをしませんか？ 広報は市のホームページにも掲載されます。ぜひご活用ください。
【掲載期間】1号単位 【色数】2色(うち1色は黒)

※お申し込みは、ご希望の号発行日の40日前までをお願いします。料金など詳しくは広報課までお問い合わせください。

使用済み天ぷら油(廃食用油) 回収・リサイクルします！

お気軽にご相談ください。

株式会社大曲油脂 (担当：仙北)
Tel. 0187-63-4020 大仙市花館字 大戸下川原3-18
http://www.oof.co.jp/ E-mail: info@oof.co.jp