

# 広報 ゆりほんじょう

No. 379  
令和3年 2021  
1月1日

<https://www.city.yurihonjo.lg.jp> 編集・発行◎由利本荘市広報課

新年号の表紙と裏表紙は、皆さんから寄せられた たくさんの「笑顔」の写真！



あけまして  
おめでとーいっせーいっせー  
今年も笑顔あふれる  
素晴らしい一年でありますようにー



「笑顔の写真」に230枚の写真をお寄せいただきました。多くの方の紙面制作へのご協力、ありがとうございます。

市民の皆さんの笑顔でスタートする『広報ゆりほんじょう』、本年もよろしくお願いいたします



No. 379 1月1日発行  
●編集・発行/由利本荘市広報課  
☎(0184) 24-6237 ㊟24-6090

〒015-8501 秋田県由利本荘市尾崎17番地 おことわり  
Eメール: kouho@city.yurihonjo.lg.jp 「笑売繁盛」は休載です。  
この広報紙は30,000部印刷し、印刷費は1部あたり約36.6円です。  
印刷/(有)高野写真印刷 森林環境の保全などに配慮した紙を使用しています。

新年、明けましておめでとうございます。皆さまには、健やかに新年をお迎えのことと、お喜び申し上げます。旧年中は、市政の運営に對しまして格別のご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年是一年を通して、新型コロナウイルスにより私たちの生活や地域経済が大きな影響を受けた年でありました。このため市では、国・県の対策のほか、事業者への支援金の交付などさまざまな独自対策を打ち出し、感染拡大防止や雇用・経済対策に全力で取り組んでおります。こうした中、9月には秋田県出身者で初の菅義偉内閣総理大臣誕生という、うれしいニュースもありました。菅総理大臣には、活力ある地方創生の実現に向け、ご尽力いただけるものと大いに期待しております。

一方、本市においては誕生から15周年を迎えるとともに、市総合計画「新創造ビジョン」の後期計画がスタートした年でもあり、積極的に施策を展開してまいりました。4月には「子どもプラザあおぞら」が、7月には「子育て世代包括支援センターふあみりあ」がオープンし、妊娠から出産育児まで切れ目のない支援の充実を図ってまいりました。10月には鳥海山木のおもちゃ美術館の隣に「あゆの森公園」がオープンし、多くの皆さまに大変好評をいただいております。事業を順調に進めることができましたのは、市民の皆さまのご協力によるものであり深く感謝申し上げます。

今年の干支は、十二支の中で最もゆっくりとした動きの丑年であり、先を急がず着実に物事を進めることが大切な年と言われているとされています。厚くお礼申し上げます。

新年明けましておめでとう、ございます。市民の皆さまにおかれましては、希望に満ちた輝かしい新春をお迎えのことと、心からお喜び申し上げます。また、日頃より本市議会に對し、深いご理解とご協力を賜っておりますこと、厚くお礼申し上げます。

現在は、国内外で猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症は、本市経済にも大きな打撃を与えており、その終息はいまだ見えない状況にあります。この感染症を克服するには、市民一人一人が自らの身を感服から守る事が心かけた生活が重要であります。市議会としましては、市当局と連携して市民の命と生活を守る施策を講じてまいりますので、お互い力を合わせてこの難局を乗り越えようではありませんか。

さて、市政においては、羽後本荘駅・東西自由通路と橋上駅舎が今年の夏頃に完成する予定であります。駅利用者の利便性の向上、歩行者や自転車の安全確保、東西の連携強化による駅前地域の活性化が図られるものと考えます。

また、鳥海ダム建設事業は付け替え道路や転流工などの本格的な工事に着手しており、令和10年度の完成を目指し着々と進展しております。ダムの完成により、豪雨災害の軽減や水道用水の安定的確保のほか、

おります。本市においても、各種施策を着実に前に進め「由利本荘市の明るい未来」を切り開いてまいりたいと考えております。夏には、いよいよ羽後本荘駅の新駅舎と東西自由通路が完成し、橋上駅舎として生まれ変わるとともに、安全で自由に市街地間を往来できるようになります。教育環境の充実を図るため、新山小学校・矢島小学校の建設も本格化するとともに、本荘北中学校の改修が完了する予定となっております。さらに雇用確保や定住促進に向け、TDR(株)と協力し県内初の官民連携のまちづくりを進めてまいります。待望の鳥海ダムについては、令和10年の完成に向け工事が着々と進められております。

また、本市でも異常気象による局地的豪雨での災害が発生しており、引き続き地球温暖化対策に積極的に取り組んでいかなければなりません。省エネやゴミの減量化などをさらに推進するとともに、国が進める施策に協力してまいります。

少子高齢化や新型コロナウイルスなど、課題は多様化しておりますが「明るい笑顔があふれ安心して暮らせるまちづくり」をさらに充実させるため各種事業を展開してまいりますので、市民の皆さまにはこれまで以上のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、新しい年が皆さまにとりまして幸多き年となるとともに、今年こそ東京オリンピック・パラリンピックが盛大に開催されることをお祈り申し上げます。新年のあいさついたします。

本年も、どうぞよろしくお願いいたします。

法体の滝との連携による観光振興にも大きな期待をするものであります。この大事業の陰には、大切な故郷をささげ事業に協力された百宅地域の方々の思いがあることを、忘れてはなりません。市議会を代表し、衷心より感謝と敬意を表する次第であります。一方、市議会においては「市民に開かれた議会」「市民に見える議会」を目指し、議会改革を進めてまいりました。12月定例会よりタブレット端末を導入し、市民への情報提供とペーパーレス化促進に取り組んでおります。議員定数の見直しについては、本年10月の市議会議員選挙より、議員定数を26人から22人へ削減することも決定しております。新型コロナウイルス感染症拡大防止対策により昨年中止した「市民と語る会」は、早期に開催できるよう調整いたします。昨年設置した第三セクターに係る調査特別委員会は、今後の在り方についてまとめ、昨年12月に市長へ提言を行いました。また、再生可能エネルギーについては、風力発電に係る幹事会を設置し、その知見を深める研修を行っております。

このほか、人口減少・福祉・教育などの諸課題解決に向け、さらなる取り組みを進め、私の理念である市民ファーストを念頭に市民に期待される議会運営に努め、市民生活と福祉の向上、市政発展に全力を傾注してまいりますので、引き続きご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が市民の皆さまにとって、ご健勝で幸多き年となりますよう、心からご祈念申し上げます。年頭にあたったのごあいさついたします。

# 謹賀新年

市民ファースト  
期待される市議会に向け

市議会議員長  
三浦 秀雄

新たな由利本荘市への  
進化を目指して

市長  
長谷部 誠



能「敦盛」

舞台上で能の面をつける様子



狂言「柿山伏」

岩城中学校芸術鑑賞教室  
プロ実演の狂言と能に親しみ、学ぶ  
公益社団法人能楽協会が主催する全国能楽教室が11月27日、岩城中学校で行われました。この教室は同協会が全国

の子どもたちにもっと能楽に親しんでほしいと行っているもので、文化庁事業の一環です。  
教室では、同協会の観世喜正さんが650年以上続く能楽の歴史や鑑賞のポイント、所作や衣装、楽器について分かりやすく解説。鑑賞中、生徒たちは能楽の世界観を存分に味わいました。

で年若い平敦盛を討ち取ったことを後悔し出家した武士の前に、敦盛の亡霊が現れて許しを伝える一場面が演じられ、面をつけた舞い手と謡、はやしの3つで作り上げられる芸術を体感しました。

終演後に観世さんは「皆さん集中して見てくれてやりがいがあった。笑いなど昔の人の同じ感覚を共有できることが能楽の素晴らしさ。これからは国際化が進み、自国の文化について語る機会も多くなる。ぜひ伝統芸能への理解を深め、親しみ、次世代へとつなげてほしい」と話しました。

また、3年生の高橋泰成さんは「授業で見た映像とは迫力が段違いで心に残った。話す声と演じる声が全然違う。実際に発声を体験してみても、とても難しいことを実感した。また機会があればぜひ見たいです」と話しました。

# 冬の新型コロナ感染対策

寒冷な場面における  
新型コロナ感染防止のポイント

感染リスクが高まる  
「5つの場面」に注意!

## ① 基本的な感染防止対策の実施

「マスクの着用」「3密の回避」「手洗い・消毒」

### 場面① 飲酒を伴う懇親会など

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



### 場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のほしご酒では、短時間の食事と比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



### 場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



### 場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まる可能性がある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



### 場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



※厚生労働省ホームページ「感染リスクが高まる「5つの場面」」より

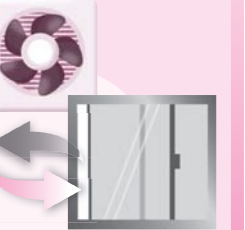
## 感染リスクを下げながら 会食を楽しむ工夫をしましょう

- ◆ 飲食をするなら
  - ① 少人数・短時間で
  - ② なるべく普段一緒にいる人と
  - ③ 適度な酒量で楽しもう
- ◆ 会話をする時はマスクを着用
- ◆ 箸やコップを使い回さない
- ◆ 席は斜めに座る
- ◆ ガイドラインを守る店を選ぶ
- ◆ 体調が悪い人は参加しない

## ② 寒い環境でも換気の実施

室温目安は  
18℃以上

- ◆ 機械換気による常時換気を
- ◆ 機械換気がない場合は、室温が下がらない範囲で窓を常時少し開ける



## ③ 適度な保湿

湿度目安は  
40%以上

- ◆ 換気しながら加湿を
  - ・加湿器使用
  - ・洗濯物の室内干し
- ◆ こまめな拭き掃除を



## 発熱などの症状がある場合は 受診前に電話相談を!

- 発熱や咳などの症状があり医療機関を受診したい場合
  - ➔ まずは、かかりつけ医に電話相談
- かかりつけ医がない、どこを受診したらよいか分からない場合
  - ➔ あきた新型コロナ受診相談センターへご相談ください。

あきた新型コロナ受診相談センター  
☎018-866-7050 (24時間受け付け)  
☎018-895-9176 (8時~17時)  
☎0570-011-567 (8時~17時)

## Yurihonjo City Topics



▲考えたことをグループで話し合う  
進行役のPepper▶



## 大内小学校防災教室 Pepperと共に身近な防災を考える

12月10日、大内小学校で県内初のソフトバンク(株)が主催する防災教室が行われ、同校の4年生から6年生が参加しました。同社が社会貢献活動の一環として全国で行っており、人型ロボットPepperが進行役として活用されています。

このうち5、6年生を対象とした授業では、大雨による防災をテーマに進められ、大雨でどんな危険が起るのか、被害に遭わないためにはどうすればよいかなどについて、まずは自分で考え、グループごとに話し合い、全体で発表しました。児童たちからは、天気予報を確認する、自宅エリアの避難場所を確認しておく、日頃から家族で話し合う、などの意見が出ました。

授業では身近な事例として、平成29年7月の芋川氾濫も取り上げられました。実際に自宅が浸水被害に遭った児童もおり、当時の被害の大きさを改めて確認し「災害はいつ起こるか分からないからこそ、日頃から考えることが大切だ」と感想を言い合いました。

◆「市長の行動」報告（11月分）

※市ホームページ「市長室からこんにちは」もご覧ください

11月2日(月)	五役会議 市商工会 会員大会・優良従業員表彰式・会員交流会
3日(火)	石沢小学校閉校記念式典
4日(水)	秋の叙勲受章者 受章報告
5日(木)	新型コロナウイルス感染症対策に係る市対策本部会議
9日(月)	五役会議 県・市町村協働政策会議総会（秋田市） 知事と市町村長との行政懇談会（秋田市）
10日(火)	各期成同盟会等合同要望活動（仙台市）
11日(水)	市地域公共交通活性化再生協議会
12日(木)	県選出等国会議員と県市長会との懇談会（東京都） 全国市長会 理事・評議員合同会議（東京都）
13日(金)	三県合同要望活動（東京都）
16日(月)	五役会議 市総合教育会議
17日(火)	日本道路建設業協会 道の駅「岩城」 「おおうち」 小型発電機贈呈式 大内地域町内会長会議・懇親会
18日(水)	五役・部長・総合支所長会議 由利高原鉄道(株)取締役会
19日(木)	市財産区連絡協議会 市財産区議員・委員大会
20日(金)	全国過疎地域自立促進連盟総会（東京都） 新過疎法制定実現総決起大会（東京都）
24日(火)	本荘保育園 勤労感謝の日 訪問
25日(水)	五役会議
26日(木)	定例記者会見 連合秋田本荘地域協議会との政策懇談会・懇親会
27日(金)	小笠原彌氏 百歳長寿祝金贈呈式 市商工業振興懇談会・懇親会
30日(月)	市議会定例会本会議（開会） 令和3年度予算に対する市議会各会派提言

◆市長交際費の報告

◎：代理出席 (円)

(1) 弔 事		支出額
件数	件	
合計	4 件	159,500

(2) 会費等

支出日	支出内容	支出額
11月2日(月)	市商工会会員大会会員交流会会費	5,000
17日(火)	大内地域町内会長会議懇親会会費	2,000
19日(水)	企業訪問時特産品お土産	2,435
26日(木)	連合秋田本荘地域協議会との政策懇談会懇親会会費	5,000
27日(金)	市商工業振興懇談会懇親会会費	4,000
30日(月)	土地改良関係団体役員講習会意見交換会会費(◎九嶋副市長)	3,000
合計		21,435

副市長交際費執行状況

支出日	支出内容	支出額
11月24日(火)	ものづくりアドバイザーボード水素スタディグループ懇親会会費(九嶋副市長出席)	9,000
27日(金)	市商工業振興懇談会懇親会会費(九嶋副市長出席)	4,000
合計		13,000



(写真左から)高橋さん、打矢さん、渡邊さん、東海林さん

全国功労者・30年勤続・東北地区功労者表彰  
市スポーツ推進委員の4人に表彰状

長年にわたって地域のスポーツ振興に貢献したとして、市スポーツ推進委員の4人が全国スポーツ推進委員連合、東北地区スポーツ推進委員協議会からそれぞれ表彰されました。

表彰授賞式は12月8日にアクアパルで行われ、全国スポーツ推進委員連合から功労者として表彰された打矢隆一さん(74歳・石脇)は「大変光栄に思います。これを機に、スポーツ推進委員として原点回帰し、健康で笑顔あふれる地域づくりに貢献したいです」と

◎全国スポーツ推進委員連合表彰  
【功労者表彰】▼市スポーツ推進委員会副委員長兼本荘地域委員長 打矢隆一さん  
【30年勤続スポーツ推進委員表彰】▼市スポーツ推進委員会理事兼西目地域委員長 渡邊純吉さん(63歳・西目出戸)  
▼同東由利地域委員 高橋ゆき子さん(57歳・東由利館合)  
○東北地区スポーツ推進委員協議会表彰  
【功労者表彰】▼市スポーツ推進委員会大内地域委員 東海林幸一さん(64歳・新田)

話しました。  
授賞者は次のとおりです。

プカットが行われました。  
昨年は雪不足から例年よりも営業日が大幅に少なくなりましたが、今年は安定した降雪量が見込まれています。



問 鳥海高原矢鳥スキー場  
56-2182

鳥海高原矢鳥スキー場オープン

ウィンタースポーツ楽しんで



鳥海高原矢鳥スキー場のスキー場開きが12月17日に行われ、市やスキー場関係者など約30人がシーズン中の安全と盛況を祈願しました。

九嶋副市長が「安全対策はもちろん、消毒や換気などの感染症対策も徹底し、来場者が安全に楽しめるよう万全を期す。市民の皆さんには健康増進のためにも、ぜひスキー場を活用してほしい」とあいさつした後、ゲレンデでテー



クリスマスには「ツシユドノエル親子でケーキ作りに挑戦」  
中央公民館主催の家庭教育講座「クリスマスケーキをつくろう」が12月6日、カダールで開催されました。市内でコーヒー専門店を営む齋藤良子さんから4人を講師に迎え、参加した10組23人の親子連れ



が、ツシユドノエルという丸太を模したクリスマスケーキ作りにも挑戦しました。

卵や牛乳などを混ぜ合わせる作業、ロール生地やバナナを切る作業、ロールケーキにクリームを塗りフォークで模様を付ける作業、イチゴやチョコプレートを飾り付ける作業など、親子で協力しながら約2時間半かけてツシユドノエルを完成させました。



母親と一緒に参加した小松湊くん(鶴舞小2年)は「飾り付けてクリスマスケーキらしくできたのでうれしかったです。味見したらおいしかったし、また作ってみたいです」と満足そうに話しました。

Event and Sports



(写真左から)佐々木兼さん、長谷部市長、佐々木廣二さん

自治会等々縁による団体功労者  
2人に総務大臣表彰

自治会などの地縁による団体の代表者として多年にわたりに在職し、地域での活動を通じて、良好な地域社会の維持や形成に顕著な功績があった人に贈られる「自治会等々縁による団体功労者総務大臣表彰」を、小増沢町内会長を20年務めた佐々木兼さん(83歳・岩野目沢)と、羽広町内会長を同じく20年務めた佐々木廣二さん(77歳・羽広)がこのほど受賞し、12月15日に市役所で伝達式が行われました。本年度は全国で150人が受賞。県内では2人のみです。



千寿苑など介護福祉施設を運営する秋田医療福祉(株)(川口字八幡前226-1)よりマスク3千枚が寄贈され、12月14日に本荘保健センターで贈呈式が行われました。

同社は11月から医療用マスクの自社製造を始めており、この日は出来上がったばかりのマスクが、代表取締役社長の佐藤龍馬さんから佐藤健康管理課長へと手渡されました。

佐藤社長は「マイドイン秋田のマスク。体の不自由な方や、最前線で頑張る方に使ってほしい」と話しました。

マスクは市内の福祉施設などで使われており、今後とも同社から市内小中学校への寄贈が予定されています。

冬の感染症流行防止に役立てて  
秋田医療福祉(株)からマスク3千枚寄贈

冬の運動不足解消を目的とした「冬季家庭バレーボール交流大会」が東由利体育館で行われ、出場した市内3チームが3日間の総当たり戦で優勝を競いました。大会は東由利町時代から続くもので、男女混合の8人制ルール。毎年仕事終わりに参加しやすいよう平日の夜に開催されています。

最終日の12月2日は、外気温が氷点下近くまで下がりましたが、コートの中では心地よい汗を流す参加者の姿が見られました。

優勝した蓼沼フェニックスの高橋潤一さん(28歳・



町村)は「今年は多くの大会が中止されたが、この大会で練習の成果を発揮できて良かった。次回もぜひ参加したいです」と話しました。

Yurihonjo City Topics

冬も元気に体を動かそう！  
冬季家庭バレーボール交流大会

市政情報

# 1

## あきた回帰キャンペーンを 展開中です



市では県と連携して、県外に住む学生や社会人の方々の秋田での就職や定住をサポートする「あきた回帰キャンペーン」を年間通じて展開しています。家族が帰省する機

会に「秋田に戻ってこない?」と呼びかけてみませんか。秋田を離れて暮らすお子さんやお知り合いで「そろそろ秋田に帰ろうかな」「秋田に住んでみたい」という方がい

ましたら、ぜひ相談窓口を紹介してください。

## オンラインAターンフェア を開催します

県では、県外在住者などを対象とする就職イベント「第2回オンラインAターンフェア」を開催します。当日は「オンラインAターンフェア」特設サイトの個別ページで面談を実施します。本市も出展して移住相談を受け付けますので、家族やお知り合いでAターンをお考えの方がいらっしゃいましたら、ぜひこのフェアのことをお伝えください。

日時 1月17日(日) 13時～17時

内容 県内就職や移住を希望する方と、県内企業や市町村などの個別オンライン面談対象 県内への就職を希望する方(学生も可)



※詳細や面談予約は特設サイト(左記QRコード)から行ってください。完全予約制で、当日予約も可能です。

由利地域合同就職面接会を開催します  
由利本荘・にかほエリアでの就職を希望する方を対象にした面接会を開催します。各求人事業所のブースで採用担当者と面接できるほか、職業適性診断やカウンセリングなどのコーナーも設けます。参加無料、事前登録不要。  
日時 1月26日(火) 13時半～16時(受け付け12時半～)  
会場 ナイスアリーナ  
参加予定事業所数 50社程度  
持ち物 履歴書原本1通(会場でコピー対応可)、筆記用具、内履き  
問い合わせ ハローワーク本荘 ☎22-3421

## 秋田への移住・秋田での就職を全力サポート!

移住・就職相談窓口を東京と秋田に設置しています。県外にお住まいのご家族や知人で、秋田への移住や秋田での就職を考えている方に、次の窓口をお勧めください。

▶学生就活サポート・Aターン就職相談窓口「Aターンプラザ秋田」  
ところ: 都道府県会館7階 県東京事務所内(東京メトロ永田町駅すぐ)  
連絡先: ☎0120-122-255(月～金)9:00～17:45

「あきた学生就活緊急サポートデスク」を開設しました!  
新型コロナウイルス感染症の影響により、不安を抱えて就職活動をしている大学生などの県内就職をサポートするため、Aターンプラザ内に緊急の相談窓口「あきた学生就活緊急サポートデスク」を開設しました。上記連絡先のほか、メールでの相談も受け付けております。相談窓口メールアドレス: arr87610@pop29.odn.ne.jp

東京

▶移住・就職相談窓口「あきたで暮らそう! Aターンサポートセンター」  
ところ: 東京交通会館8階 ふるさと回帰支援センター内(JR有楽町駅前)  
連絡先: ☎080-9292-5195(火～日)11:15～18:00  
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、臨時休館などの場合があります。最新情報は「移住・定住ポータルサイト」をご覧ください。

秋田

▶Aターン就職登録・相談窓口「秋田県ふるさと定住機構」  
ところ: 秋田テルサ3階(秋田市御所野)  
連絡先: ☎018-826-1731(月～金)9:00～17:00



## 情報収集はこちらから

▶就活情報サイト「KocchAke!」(こっちゃけ)  
新卒向けの就活情報サイトです。県内企業情報や採用情報を掲載。県や市町村の就職支援イベントや各種支援制度の情報もご覧いただけます。

詳しくは

▶移住ポータルサイト「“秋田暮らし”はじめの一步」  
移住総合情報サイトです。移住関連イベントや支援制度などを掲載。秋田暮らしのヒントが満載です!

詳しくは

# 2

## おむつ代医療費控除確認書・ 障害者控除対象者認定書を発行します

次の書類を所得税および市・県民税申告に添付すると、所得控除を受けることができます。

### おむつ使用証明書・ おむつ代医療費控除確認書

おむね6カ月以上におむつを履きたりであり、医師の治療を受けるために必要な費用となるおむつ代は、医療費控除の対象となります。  
※医療費控除の申告が不要の場合は申請する必要がありません。

### ①医療費控除として

申告する1年目  
主治医からおむつ使用証明書を記載してもらい、医療費控除の明細書(申告年中に購入したおむつ代を記入)とともに申告してください。

※おむつ使用証明書様式は、担当窓口にご請求ください。  
※医療費控除の明細書様式は、国税庁のホームページからダウンロードできる他、税務課窓口にも備え付けています。  
②医療費控除として

申告する2年目以降  
要介護認定を受けている方

は、担当窓口①のおむつ使用証明書を提示し、申請してください。おむつ代医療費控除確認書は後日郵送します。で、医療費控除の明細書(申告年中に購入したおむつ代を記入)とともに申告してください。  
※3年目以降の申請には証明書の提示は不要です。  
※要介護認定状況により確認書を交付できない場合があります。

### 障害者控除対象者認定書

要介護状態にある方は、障害者控除対象者認定書を税の申告時に添付することにより、障害者控除を受けることができます。認定書が必要な方は担当窓口①に申請してください。障害者控除対象者認定書を後日郵送します。

対象となる方 申告対象の年の12月31日現在、要介護状態であり精神または身体に障害のある65歳以上の方で、障害の程度が知的障害者または身体障害者に準ずると認められる方(おむね要介護2以上の方が該当)

# 4

## 市高齢者保健福祉計画(素案) に対する意見を募集します

市では老人福祉法および介護保険法に基づき、介護サービスの利用状況や国の施策動向を踏まえ、本市の高齢者施策の総合的な計画として「第8期由利本荘市高齢者保健福祉計画」を策定します。

つきましては、この計画に対して市民の皆さまからご意見を募集しますので、下記によりお寄せくださるようお願いいたします。

資料閲覧場所 長寿支援課(平日8時半～17時15分) または市ホームページ

意見提出・資料閲覧期間 1月12日(火)～31日(日)

意見提出方法 所定の用紙(長寿支援課窓口)に備え付け、または市ホームページからダウンロード可)に記入の上、郵送、持参、ファックスまた

# 3

## 法体の滝園地内「ロッヂ法体」 での出店者を募集します

法体園地への来園者に対して、ロッヂ建物内で売店などを行う市内事業者を募集します。募集要項などの資料と説明会参加申込書は、1月4日(月)から市ホームページおよび観光協会ホームページに掲載します。

説明会  
▽日時 1月14日(木) 15時～  
▽場所 鳥海総合支所  
※参加を希望される方は1月13日(水)正午まで参加申込書を提出してください。(郵送・FAX・メール可)

提出・問い合わせ先  
鳥海総合支所産業課  
☎57-2205  
FAX 57-2076

提出・問い合わせ先  
長寿支援課  
☎24-6323  
FAX 24-6395

は電子メールで長寿支援課に提出  
☎24-6323  
FAX 24-6395  
✉choju@city.yurionjo.lg.jp

# ジオパーク文化祭 を開催します

～子どもから大人までジオパークを楽しむ日～

由利本荘市とにかほ市のジオサイト紹介やVRを使ったバーチャルジオツアーの体験、ゲームや実験コーナーを楽しめます。また、ご自宅に眠る古写真、古地図、古絵図などの内容をひも解く「お宝鑑定団」も実施しますので、お気軽に会場までお持ち寄りください。

日時 1月16日(土) 10時半～15時 (お好きな時間にお越しください)

会場 カダーレギャラリー

問い合わせ 鳥海山・飛島ジオパークガイドの会 早川さん

☎080-1843-2594



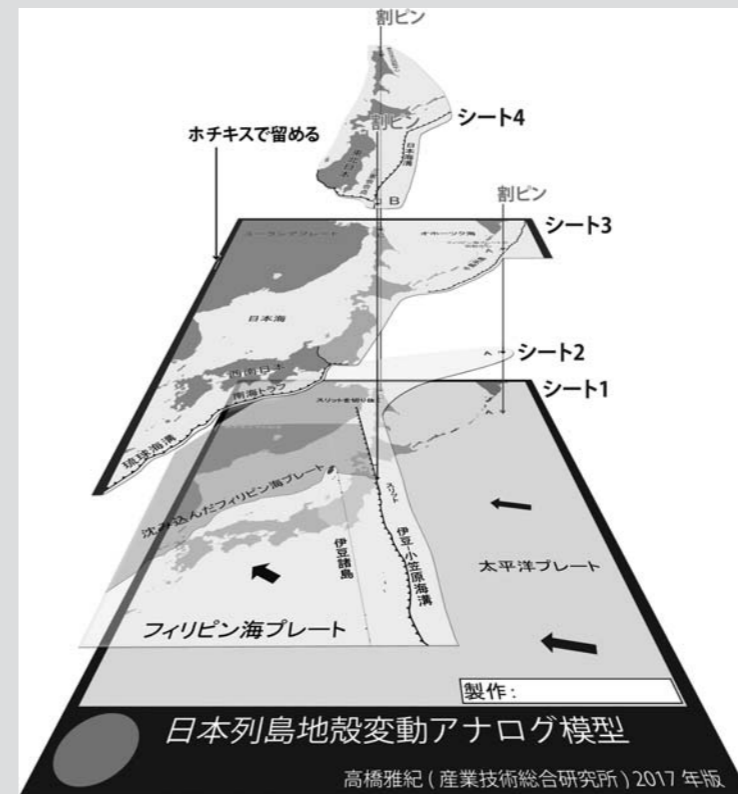
◀◀バーチャルジオツアー体験中の様子

「日本海と大地がつくる水と命の循環」  
鳥海山・飛島ジオパーク  
リレーコラム  
第73回



産業技術総合研究所  
地質調査総合センター  
上級主任研究員  
高橋 雅紀 さん

## 「列島から山国へ」



日本列島は世界有数の山国です。そして、東北地方の奥羽山脈は全長が500<sup>km</sup>の大山脈です。その太平洋側には北上山地や阿武隈山地が、日本海側には白神山地や出羽山地、朝日山地や飯豊山地、そして越後山地が連なっています。これらの山々は人々の生活に多くの恵みを与え、自然に対する畏敬の気持ちや豊かな自然観を育んできました。日本人の美意識や文化など、精神世界を彩り豊かにしてきた東北地方の大地形は、実は遠く離れたフィリピン海プレートの運動によって作られています。

地球の表面を移動するプレートは、速いものでも1年間で10<sup>mm</sup>程度です。そして、フィリピン海プレートの運動によって引き起こされる日本海溝の移動速度は、わずか1<sup>mm</sup>ほどです。そのようなゆっくりした運動でも、300万年あれば東北地方は30<sup>km</sup>も東西に押しつぶされてしまいます。押しつぶされた分は上に押し上げられ、大地が隆起して山ができるのです。隆起した山は川によって侵食され、変化に富んだ絶景を作ります。豊かな森林も清らかな清流も、すべては地球のダイナミックな営みから生み出されているのです。

想像できないスケールですが、ときには自然の目線で周囲を見渡せば、何気ない景色が別世界に見えるでしょう。ジオパークとは、気がつかずに通り過ぎていた世界があることを、この地を訪れた人々に気づいてもらう入り口なのでしょうね。

# お知らせ

## 募集

### ■公共職業訓練

訓練科・定員 テクニカルオペレーション科・15人  
訓練期間 3月2日(火)～8月27日(金) (6カ月) 9時半～15時40分  
会場 ポリテクセンター秋田 (湯上市)

### ■在職者訓練

①ワード・エクセルレベルアップ講習：2月16日(火)・17日(水)  
②木造建築物の組立て等作業主任者技能講習：2月24日(水)・25日(木)  
時間 ①9時～16時 ②8時50分～17時10分  
会場 大曲技術専門学校  
定員 各10人

### 受講資格 現在お勤めしている方 ※②は別途受講資格要件あり (1月末締め切り)

受講料 無料 (テキスト代別) 申し込み・問い合わせ 大曲技術専門学校民間訓練支援室  
☎0187-621-6321

### ■パソコン講習受講者募集

各2日間のコースです。詳細はお問い合わせください。  
○パソコン初心者  
1月19日(火)・21日(木)  
○文書作成(ワード)  
1月26日(火)・28日(木)  
○作品づくり(ワード)  
2月2日(火)・4日(木)  
○応用(ワード)  
2月8日(月)・10日(水)  
○表作成と計算(エクセル)  
2月16日(火)・18日(木)  
○グラフと関数(エクセル)  
2月24日(水)・26日(金)  
○応用(エクセル)  
3月2日(火)・4日(木)  
時間 10時～16時  
会場 職業訓練センター  
受講料 4千円(求職者2千円)  
申し込み 職業訓練協会  
☎23-55002

## 相談

### ■市の各種無料相談

①市民相談員による相談(予約制)  
日時 毎週木曜日 13時15分～17時  
会場 市役所市民相談室  
内容 相続、遺言、成年後見制度、金銭貸借など

### ②行政相談委員・人権擁護委員による相談(予約制)

日時 1月13日(水) 9時半～11時半  
会場 市役所第6会議室  
内容 国の行政機関などに対する苦情や要望、ハラスメント、差別など

### ③弁護士法律相談(予約制)

日時 1月20日(水) 10時～15時  
会場 市役所第6会議室  
定員 先着8組(1組30分)  
予約開始 1月4日(月)9時から

### ④消費生活相談員による相談

日時 平日9時～16時  
会場 市役所消費生活センター  
内容 消費者と事業者間の契約トラブル  
申し込み・問い合わせ  
市民相談室 ☎24-6251  
※①、②は相談日前日の15時まで

### で予約を受け付けます。 ※日常生活での困り事は平日毎日受け付けています。

### ■人権擁護委員による

1月特設人権相談所  
日時 1月20日(水) 13時半～15時半  
会場 子吉公民館  
内容 差別、住居の安全、近隣関係、家族関係、いじめ、体罰など

### ■全国一斉 B型肝炎訴訟

無料電話相談会  
B型肝炎被害対策東北弁護団による無料相談会です。予約不要。 ※通話料は相談者負担。  
日時 1月23日(土) 10時～18時  
対象 B型肝炎患者またはその家族(患者が亡くなっている場合は、その相続人)  
相談ダイヤル  
☎022-721-3072、  
☎022-721-3073

### お問い合わせ B型肝炎被害対策

東北弁護団事務局(小野寺友宏法律事務所内)  
☎0120-76-0152

### ■あきた結婚支援センター

1月の出張センター  
会員登録やお相手の検索、結婚に関する相談などができます。完全予約制ですので、2日前までに本人が電話で予約してください。スマホによる検索や婚活EQ診断テストにより、会員にマッチしたお相手を探すことができます。費用は入会登録料のみで、新規入会の際は登録料の全額助成制度があります。  
日時 1月10日(日)、23日(土) 11時～16時  
会場 小友地区健康増進センター  
1ミーティングルーム

### ■あきた結婚支援センター

予約 ☎0800-800-0413  
※秋田市などの結婚支援センターへはWebを利用して予約ができます。  
オンライン婚活も実施中！  
スマホやパソコンを通して、多くの人と出会えます。詳しくはあきた結婚支援センターのホームページで確認ください。

# 1月 5施設の催事案内

カカダーレ アアクアパル 総合体育館 シーガル ナイスアリーナ

1	金	カ ア 総 シ ナ	休館日
2	土	カ ア 総 シ ナ	休館日
3	日	カ ア 総 シ ナ	休館日
4	月	ア	休館日
5	火		
6	水		
7	木		
8	金		
9	土		
10	日	はっぴいさあくるフリーマーケット 9時半～14時半 ㊤	
11	月	本荘由利地区アンサンブルフェスティバル 10時～(開場9時半) ㊤ 総 休館日	
12	火	ア 総	休館日
13	水		
14	木	第58回 男女混合バレーボール大会代表者会議 および組み合わせ抽選会 18時～ ㊤	
15	金	おとなの社会科7時間目 14時～15時 ㊤	
16	土	古典講座 13時半～15時 ㊤ 令和3年 由利本荘市消防出初式 10時半～ ㊤ ジオパーク文化祭 ～子どもから大人までジオパークを楽しむ日～ 10時半～15時 ㊤	
17	日	ナ	休館日
18	月	ア	休館日
19	火		
20	水		
21	木		
22	金		
23	土	BOMB A HEADs HIPHOPダンス無料体験レッスン 14時半～15時半 ㊤ 第43回 由利本荘・にかほ地区高等学校美術書道展(～24日) 9時～17時(24日15時まで) ㊤	
24	日		
25	月	ア 総	休館日
26	火		
27	水		
28	木		
29	金		
30	土	第16回 由利本荘美術展(～2月3日) 9時～17時(2月3日16時まで) ㊤	
31	日		

～3日 第16回 由利本荘美術展

2月の  
行事予定

※催し物の時間など詳しくは各施設にて確認ください。

## 道の駅岩城港の湯 男女浴室修繕のため休館します

道の駅岩城「港の湯」は、男女浴室修繕のため、下記の日時休館します。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしく申し上げます。  
**休館期間** 2月1日(月)～21日(日)  
※レストラン・売店・テナントなどは通常通り営業します。  
**問** (株)岩城 岩城アイランドパーク事業課 ☎73-3789  
岩城産業課 ☎73-2014

## 1月10日(日)は 「110番の日」です

通報の際は▽何が(事件?事故?)  
▽いつ ▽どこで(場所は?目標物は?) ▽犯人は(逃げた方向は?特徴は?) ▽被害は(けが人は?)  
▽あなたは(名前は?関係は?)などを、落ち着いて話してください。  
◆運転中に通報する際は、適切な場所に停車させ、できる限り場所を移動せず通話してください。  
◆緊急性のない相談・要望などは「#9110」などの各種相談電話を利用してください。  
**問** 由利本荘警察署  
☎23-4111

## 図書館へ行こう!

**申問** 中央図書館  
☎22-4900  
または各図書館・図書室

### おとなの社会科7時間目「認知症の予防について」

認知症の予防について学びます。  
**日時** 1月15日(金) 14時～15時  
**会場** カダーレ自然科学学習室2  
**講師** 市健康管理課職員  
**定員** 16人(1月4日(月)から受け付け、先着順)

### 図書・雑誌を無料でお譲りします

【リユース文庫】  
中央図書館で不用となった雑誌や図書を無料でお譲りします。※冊数制限なし。  
**期間** 1月5日(火)～13日(水)  
**会場** カダーレ総合受付前 特設会場  
【雑誌プレゼント】  
保存年限の過ぎた雑誌や除籍本などをお譲りします。※先着順雑誌は1人5冊まで  
**図書館・期間**  
○岩城図書館 1月23日(土)～31日(日) 開館時間中  
○出羽伝承館 1月9日(土)～17日(日) //

令和2年度  
「市民とのふれあいトーク」  
は中止します  
全国的に新型コロナウイルスの感染が拡大している中、参加者の皆さまの健康と安全を最優先に考え、全地域において開催を見合わせることにします。  
**問い合わせ** 秘書課  
☎24-6203

大規模小売店舗立地法に基づく変更届出(小売業者の代表者変更)の縦覧をしています。  
コピーは有料となります。  
名称 アクロス本荘  
**縦覧期間** 4月2日(金)まで  
**縦覧場所** 商工振興課内  
**問い合わせ** 商工振興課  
☎24-6372

## その他

秋田働き方改革推進センター  
無料電話相談  
就業規則の作成方法や労務管理全般の相談、雇用調整助成金の活用などに関する相談に、社会保険労務士が応じます。  
**受付時間** 平日9時～17時  
**相談ダイヤル** 秋田働き方改革推進支援センター  
☎0120-695-783、  
☎018-865-5335

## 地域公共交通利用促進事業 進捗状況をお知らせします

新型コロナウイルス感染症対策事業として実施している「地域交通利用促進事業」の進捗状況をお知らせします。  
**路線バス応援事業**  
・予算額に達したため割引終了  
**3セク鉄道支援事業**  
・平日フリー切符は販売終了  
・その他は若干の予算残があり  
**問い合わせ** 由利高原鉄道  
☎56-2736  
**タクシー応援事業**  
・割引券の交付は終了  
・割引券は2月末まで使用可  
**問** 地域振興課 ☎24-6378

寝具類洗濯サービスを  
実施します  
市では、自力で寝具類の衛生管理が困難な方の布団・毛布・枕などを丸洗いのサービスを実施しています。  
対象 寝たきり、認知症、体の不自由な方(重度)などがい  
る65歳以上の方で構成される  
世帯で、市民税が非課税の世帯  
**実施月** 7月、11月、2月の年  
3回(7、11月は実施済み)  
**申請期限** 1月15日(金)  
**申し込み・問い合わせ**  
長寿支援課 ☎24-6322  
または各総合支所市民サービス課

新卒者集中支援コーナー  
を開設しています  
秋田新卒応援ハローワークや県内のハローワークでは、就職を希望する新卒者の皆さんの支援を目的とした「新卒者集中支援コーナー」を設置し、求人情報の提供や面接指導などを行っています。詳細は秋田労働局ホームページをご覧ください。  
**お問い合わせ** お願いしてください。  
**設置期間** 3月31日(水)まで  
**支援対象者** 就職を希望する大学・短大・専修学校などの学生、中・高校生、卒業から3年以内の既卒者  
**問い合わせ** ハローワーク本荘  
☎22-3421

## ○1月の各館行事カレンダー

中央=中央図書館、岩児=岩城児童センター、出羽=出羽伝承館

9日(土)	10時半～11時	中央	おはなし会	絵本の読み聞かせ、ほか	出演：ゆりかごの会
14日(木)	10時半～11時半	岩児	おはなし会	絵本の読み聞かせ、折り紙など	出演：図書館職員
23日(土)	10時半～11時	出羽	おはなしのへや	絵本の読み聞かせ、ほか	出演：すずめの巣
	10時半～11時半	中央	ヨミキカセ・ワールドワイド	外国語の絵本の読み聞かせ、ほか	出演：国境なき話し手

○今月の移動文庫  
【本荘】 東光館(赤田) ※1月8日(金)入れ替え  
【大内】 上川大内出張所、下川大内出張所  
【鳥海】 笹子出張所 ※1月8日(金)入れ替え  
※移動文庫は、月に1回入れ替えして常設しています。

○休館日

中央図書館	1日(金)～3日(日)、12日(火)、26日(火)、29日(金)
岩城図書館	1日(金)～4日(月)、11日(月)、12日(火)、18日(月)、25日(月)
由利図書館	1日(金)～3日(日)、11日(月)、19日(火)～21日(木) ※蔵書点検のため
出羽伝承館	1日(金)～4日(月)、12日(火)、18日(月)、25日(月)

中央図書館「本の福袋」&付録プレゼント(限定50袋)  
3冊で1セットの「本の福袋」の貸し出しを行います。  
今年は雑誌などの付録と交換できる引換券を封入しますので、ぜひご利用ください。

※図書館・図書室にご来館の際は必ずマスクを着用いただき、入り口で手指の消毒をお願いします。

1/27 (水) **子ども支援に関する研修会**

少子高齢化や近所付き合いの希薄化、また新たな生活様式の変化により、さまざまな課題を抱える生活困窮者が急増する中で、とりわけ影響を受けやすい「子ども」に対する支援のあり方について学びます。参加無料。

**日時** 1月27日(水) 14時～16時  
**会場** 西目公民館シーガル講堂  
**対象** 幼稚園・保育園、学校、行政、福祉、相談支援の関係者、民生児童委員、その他子ども支援に関心のある方

**内容** 研修会「ひたすらつながる支援」  
**講師** 特定非営利活動法人 秋田たすけあいネットあゆむ 理事長 保坂ひろみさん

**申し込み・問い合わせ** 1月25日(月)まで、社会福祉協議会由利本荘市生活支援相談センター ☎74-7470

1/27 (水) **応急手当・救急救命講習会**

受講修了者には受講証明書が発行されます。参加無料。マスク着用にご協力をお願いします。

**日時** 1月27日(水) 13時半～16時半  
**会場** 市消防本部会議室  
**定員** 20人(先着順)

**内容** ①外傷や出血時の手当て ②異物除去 ③AED使用法 ④心肺蘇生法

**申し込み** 1月20日(水)まで、NPO法人 秋田・由利本荘にかほウォーキング協会 工藤さん ☎090-3124-2589

1/16 (土) **古典講座「近代文学 黎明期の文学者と語る」～第5回～**

テーマは「与謝野晶子～『みだれ髪』『恋衣』を中心に～」です。マスク着用と入退室時の手指消毒にご協力をお願いします。

**日時** 1月16日(土) 13時半～15時  
**会場** カダーレ自然科学学習室2  
**定員** 20人(先着順)  
**講師** 鈴木タキさん  
**申し込み** 1月4日(月)から、中央図書館 ☎22-4900

1/16 (土) **冬の子ども読書のつどい**

紙芝居やブラックシアターなどをします。マスク着用と入退室時の手指消毒にご協力をお願いします。

**日時** 1月16日(土) 10時半～11時半  
**会場** 中央図書館おはなし室  
**出演** ゆりかごの会  
**問** 中央図書館 ☎22-4900

1/24 (日) **本荘新春将棋大会**

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、昼食の提供はしません。

**日時** 1月24日(日) 9時～16時  
**会場** カダーレ会議室・研修室・和室  
**対象** 本市・にかほ市在住の将棋愛好者

**区分** ▽強豪の部(2段以上) ▽一般の部(初段以下) ▽少年の部(小中学生)

**参加料** 500円(少年の部は無料)  
**申し込み・問い合わせ** 1月14日(水)まで、中央公民館 ☎22-0900

# EVENT Information

イベント、行事の案内

1/13(水)～19(火) **ゆり支援学校 道川分教室 作品展**

県立ゆり支援学校の児童生徒の作品および写真パネルを展示します。

**日時** 1月13日(水)～19日(火) 10時～18時(18日は休館日) ※金曜19時まで、土・日曜は9時～17時。13日は13時から、19日は12時まで。

**会場** 岩城図書館  
**問** 岩城図書館 73-3673

1/16(土)・17(日) **岩城少年自然の家 オープンデー**

持参したお弁当を食堂で食べることもできます。館内に入られる方は内履きを持参してください。18歳未満は保護者同伴。参加無料。

**日時** 1月16日(土)・17日(日) 10時～12時、13時～15時

**会場** 岩城少年自然の家  
**内容** ▽施設の見学

▽プログラム体験(自然物工作、体育館開放など) ※新型コロナウイルス感染症対策のため、バスケットボール、ボウリングは不可。卓球、パドミントンはマスク着用の上行うことができます。

▽特別プログラムA(自然物を使って、かべかざりを作ろう) ※両日とも先着10人。作品を持ち帰るための袋を持参してください。

▽特別プログラムB(炭火でホイル焼きをして味わおう) ※両日10時～12時。焼いてみたい食材をアルミホイルで巻いたものを持参してください。焼いた食材は屋外で食べる予定ですが、荒天時は屋内で食べます。

**申し込み・問い合わせ** 岩城少年自然の家 ☎74-2011

■「ひなた」に参加しませんか  
◇日時…1月13日(水)、27日(水) 13時半～15時半 ※遅刻、早退構いません。  
◇会場…鶴舞会館和室 ◇対象…ひきこもりなど、人間関係で足踏みしている方

**問**…三浦さん ☎23-2192、市福祉支援課 ☎24-6315

■ままちよこおしゃべりcafe

小さな子を持つ親同士、好きな飲み物を飲みながら情報交換やおしゃべりができる場です。当日は読み聞かせグループによる読み聞かせも行います。

**日時**…1月18日(月) 10時～12時  
**会場**…カダーレ和室1・2・3  
**参加費**…100円 ◇持ち物…マグカップ

**申し込み**…1月14日(水)17時まで、参加する保護者とお子さんの両方の氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号をままちよこLINEアカウントからお申し込みください。

QRコードからLINEアカウントにアクセスできます→



■スローペース「ほっとカフェ」  
同じ思いの仲間たちとお茶を飲んだり、お話を楽しいひとときを過ごしませんか。申し込み不要。  
◇日時…1月30日(土) 12時半～16時  
◇会場…鶴舞会館和室 ◇対象…こころの悩みを抱えている方 ◇内容…話し合いなど ◇参加費…100円(お茶代など)

**問**…精神保健福祉ボランティア「ティーカップ」事務局 ☎090-4049-3181



■ビニールバレー体験会

ビニールバレーを通じてさまざまな人との交流や、運動不足を解消します。

**日時**…1月～3月の毎週火曜日 19時～20時半 ※2月23日は除く  
**会場**…B&G西目海洋センター  
**参加費**…1回200円 ◇持ち物…運動靴、動きやすい服装、飲み物  
**問**…B&G西目海洋センター ☎33-4128

## フードドライブを実施します

ご家庭で眠っている食品をご提供ください

由利本荘市社会福祉協議会では、(一社)フードバンクあきたが実施するフードドライブに協力し、次のとおり食品回収箱を設置します。提供していただいた食料品は、食べ物の確保に困っている方々への支援に活用されます。皆様のご協力をお願いします。

**期間** 1月18日(月)～29日(金)  
**設置場所** 市役所本庁、各総合支所、鶴舞会館

**対象食料品**  
穀類(米、乾麺、小麦粉など)、調味料(みそ、しょうゆ、マヨネーズなど)、インスタント・レトルト食品、缶詰、瓶詰、お菓子、離乳食、お茶、粉ミルク、贈答品など

**条件**  
○要冷蔵など生ものでないもの  
○市販品で未開封のもの(米は除く)  
○賞味期限がまだ1カ月以上先のもの  
○米は昨年(令和元年)産以降のもの

**問** 由利本荘市社会福祉協議会 市生活支援相談センター 米谷さん ☎74-7470



## 冬の高速道路の運転は注意して行いましょう



雪道のノーマルタイヤでの走行は法令違反であり、大変危険です。冬用タイヤの装着、またはチェーンを携行し、次の事項に注意してください。

- ◆雪道の運転は、車間距離を十分にとり、制限速度を守って急ハンドル、急ブレーキの操作は行わない
- ◆除雪作業中の車両とは十分に車間距離をとる。追い越しは無理せず、IC、SAなどで道を空けた際に行う

**問** NEXCO東日本お客様センター ☎0570-024-024 ☎03-5308-2424

## イベントの中止

- ・新山神社裸まいり
- ・本荘凧あげ大会

**問** 市観光協会本荘支部(観光振興課内) ☎24-6349





## 離乳食教室（離乳初期）を開催します

離乳食って何を食べさせるの？ 10倍粥ってどうやって作るの？  
離乳食にお悩みのママのお手伝いをします。

日時 1月13日(水) ①11時～12時  
②13時半～14時半

内容 離乳食についての講話と実演

会場 本荘保健センター

対象 生後3～6カ月児の保護者

定員 各10組

申し込み 1月6日(水)まで健康管理課へ

※託児が必要な方はご相談ください



## のぼそう！健康寿命 各地域の事業をご紹介します

市では、市民の健康寿命の延伸に向けた取り組みを進めており、各地域でもさまざまな健康づくり事業を実施しています。お住まいの地域以外の事業にも、お気軽にご参加ください。

### 【本荘地域】

#### インターバル速歩実践会

日時 1月20日(水) 10時～11時  
(受け付け9時45分から)

会場 ナイスアリーナ

持ち物 動きやすい服装、運動靴、  
タオル、飲み物

定員 50人

申し込み 1月19日(火)まで健康管  
理課へ

### 【東由利地域】

#### リフレッシュ教室（講話と実技）

日時 1月25日(月) 13時～15時

会場 東由利総合支所

講師 シニアヨガインストラクター

齋藤真弓さん

持ち物 動きやすい服装、運動靴、  
飲み物、タオル

申し込み 1月22日(金)まで東由利  
市民サービス課へ

☎69-2117

※13時から血圧測定を行います。

### 【大内地域】

#### こころとからだのリフレッシュ教室（心身を癒やすセルフケア）

日時 1月27日(水) 13時半～15時  
(受け付け13時から)

会場 大内農村環境改善センター

講師 アロマセラピスト 熊谷勇貴  
さん

持ち物 動きやすい服装、飲み物

申し込み 1月20日(水)まで大内市  
民サービス課へ

☎65-2810



※ご家庭で当日の体温測定をお願いします。  
発熱や風邪症状のある方、体調不良の方は参加不可。マスク着用にご協力ください。

## 認知症カフェ（オレンジカフェ）をご利用ください

認知症カフェ（オレンジカフェ）は認知症の人とその家族、地域住民、専門職などの誰もが気軽に集い、つながることができる場所です。

カフェには、認知症や介護に関する専門職がいます。特別な場所ではなく、お互いに交流し情報交換することを目的とした憩いの場です。

気軽にお話ししながら、ゆっくりとした時間を過ごしませんか？

認知症の方本人はもちろん、どなたでも参加できます。

### ◇認知症の人と家族のつどい（要予約）

日時 1月23日(土) 14時～15時半

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）

内容 医療関係者を交えた情報交換

申し込み 谷合さん（☎090-6149-8756）



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）  
または各総合支所市民サービス課  
☎22-1834

## 乳幼児健診は個別健診に変更しています



令和2年5月から令和3年3月まで、下記の集団健診を個別健診へ変更しています。

- ・4カ月児健診
- ・10カ月児健診
- ・1歳6カ月児健診
- ・2歳児歯科健診
- ・3歳児健診

健診対象者へは順次通知を送りますので、**通知を確認してから**の受診をお願いします。

☎ 健康管理課

## シニア世代の皆さまへ 自宅でできる冬期間の体力づくり

☎ 地域包括支援センター ☎24-6345

新型コロナウイルス対策の外出自粛などで、シニア世代の約7割が「社会との関わりが減った」と感じていることがわかりました。

特に友人との付き合いや町内会活動が大きく減り、1日の生活で関わる人は家族が中心に。その結果、外出機会を減らした人の約4割が身体の衰えを感じています。

動かないこと（生活不活発）でフレイル（筋力や活動が低下している状態）は進み、やがては要介護状態へとつながっていきます。

フレイル予防には「しっかり噛んでしっかり食べる」「自分にあった運動を続ける」「誰かとつながる」ことが重要です。

寒い時期、筋肉量を維持していくために自宅でできる運動をしましょう。

シニア世代が2週間の寝たきりにより失う筋肉量は、7年間に失われる量に匹敵すると言われています。  
(2020年3月 日本老年医学会より)



## フレイル予防に体を動かそう！

\*こまめに体を動かしましょう。掃除・洗濯など日常の家事も運動です。

\*テレビのコマーシャル中に足踏みし、足の筋力トレーニングをしましょう。

\*時間を決めてテレビ体操を行いましょう。

高齢の方や身体の不自由な方も気軽にでき、椅子に座ったままでも行うことができます。

◆みんなかた～れ体操（ゆりほんテレビ）筋力・柔軟性・バランス力に注目した体操です。

放送時間 ①6:00～ ②10:30～ ③13:00～ ④18:00～

◆みんなの体操（NHK総合1）ゆっくりしたテンポで、全身を十分に動かします。

放送時間（月～金）9:55～

継続は力なり。今できることを実践して、コロナ禍を乗り切りましょう。



## ▶▶催し・お知らせ

### ■声かけボランティア「きてけれ～サロン」においでください！

お茶を飲みながらみんなでおしゃべりしてみませんか。どなたでも参加できます。

日時 1月14日(木) 10時～12時

会場 本荘保健センター

※ご家庭で当日の体温測定をお願いします。発熱や咳など風邪の症状がある方は参加をお控えください。マスクの着用にご協力ください。

☎ 声かけボランティア事務局  
(健康管理課内)

### ■こころの相談日

臨床心理士による「こころの相談日」を開催します。家族や仕事、子育て、学校生活などで困りのことを気軽にご相談ください。

開催日 1月22日(金)

相談時間 10時15分～11時、11時15分～12時、13時半～14時15分

会場 本荘保健センター

※1人45分予約制、1日3人まで

申し込み 1月20日(水)まで健康管理課へ

### ■湯ったりほのぼの教室

感染症拡大防止のため内容を変更して実施します。参加無料。申し込み不要。

日時 1月29日(金)  
9時半～10時半

会場 鶴舞温泉 中広間

内容 健康相談（※講師の先生を招いた健康教育は中止します）

※希望者には塩分測定を実施します。みそ汁30mlを持参ください。

☎ 健康管理課



### ■体操教室

ストレッチや筋力アップの方法を学び、寝たきり予防をしませんか。体操終了後はお茶を飲みながらみんなで歓談しましょう。参加無料。

日時 1月15日(金) 13時半～

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)

講師 日本体育協会認定スポーツリーダー 小山田聖子さん

定員 10人（先着順）

申し込み NPO法人由利本荘にかほ市民が健康を守る会事務局

谷合さんへ  
☎090-6149-8756



◆わが家は羽越線の沿線にあり、列車が通過するそのとき何時間分頃か分かります。まるで動く時計のようで、列車を見る心が和みます。列車にゆられて、時間を気にせずゆっくり旅をしたいです。(今野さん・60代・岩城地域)

# 声 おたより

「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・ファクシミリ・電子メールで受け付けています。宛先 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。

## ご利用ください「中小企業特別支援制度」

市では、新型コロナの影響により売り上げが減少し、資金繰りに支障が生じている市内中小企業者を支援するため、利子分を補助する特別支援制度を設けています。**すでに融資を受けている事業者にも、融資限度額内での借り換えや追加融資に対応していますので、幅広くご利用ください。**

詳細は申込窓口、または商工振興課にお問い合わせください。

- ◆**新型コロナウイルス感染症対策特別資金**
  - 対象 市内に1年以上住所または事業所があり、引き続き1年以上同一事業を営み、市税を完納している中小企業者で、セーフティネット保証4号・5号の認定を受けた方
  - 融資限度額 2千万円
  - 利子補給率 年率0.4%  
※小規模企業者には500万円までの融資に対して市が全額利子負担します。
  - 保証料 市が全額負担

- ◆**秋田県経営安定資金（危機対策枠・危機対策特別枠）**  
県の経営安定資金（危機対策枠・危機対策特別枠）の融資を受けた中小企業者に対し、県の実質無利子が終了する4年目以降について、**融資額2千万円分までの利子を市が全額負担します。**

申込窓口 市内各金融機関本支店  
問い合わせ 商工振興課 ☎24-6372

## ちょっとひといき・・・

初笑いもう済みましたか？令和3年も「広報ゆりほんじょう」をよろしく願います。表紙のよさな皆さんの笑顔をたくさん撮影させていただきます。(慶)

わらい声が、今にも聞こえてきそうな笑顔の写真たち。見ている方も自然と目尻が下がるその素敵な笑顔パワーに、厄年のおほらいもしてもらえそうです☆

らい年になれば...と思っ...  
ら ちに年が明けました。そろそろコロナさんには終息活動をしていただいで、今年には明るい話題の多い1年となりますように。(二男)

## 広報クイズ12月の当選者発表

「松月園」から「カルビ1人前サービス券」を5人にプレゼント！  
クイズの答え Q1→1 Q2→2

- 小番 広美さん (矢島地域)
- 高橋さとみさん (本荘地域)
- 高橋 愛楓さん (西目地域)
- 伊藤 清二さん (大内地域)
- 斉藤 松久さん (本荘地域)

たくさんの応募、ありがとうございました。

## お誕生おめでとう

<12月1日～12月13日受け付け分>

- 三澤 凛音ちゃん(陵さん) 八幡下
- 加藤 翼ちゃん(大さん) 石脇
- 小笠原蒼準ちゃん(和弘さん) 石脇
- 梶原 維月ちゃん(佑太さん) 石脇
- 小松 未來ちゃん(祥悟さん) 館
- 池田 結望ちゃん(豊さん) 岩谷町
- 加川 杏樹ちゃん(昭宏さん) 西目町出戸



## 満100歳 おめでとうございます

市から賀詞と祝い金が贈呈されました

**東海林 ミエさん**  
(大正9年12月10日生まれ・新沢)

～これからもお元気で  
お過ごしください～



## 高齢者叙勲 旭日双光章受章

三浦 重夫さん  
(88歳・西目町沼田)

昭和42年から平成7年にかけて、通算5期20年にわたり西目村・西目町議会議員を務め、平成3年からの4年間は総務財政常任委員会委員長として、行財政の健全化、学校教育・社会福祉の充実など地方自治の発展に貢献されました。さらに、昭和59年から平成15年まで西目町商工会会長を務め、地域商工業の振興発展に尽力されました。

## どうぞやすらかに

<12月1日～12月13日受け付け分>

「お誕生」「おくやみ」欄に掲載を希望される方は、市民窓口センター(または総合支所市民サービス課、出張所)にお申し出ください。

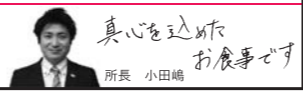
- |                      |                         |                        |                          |
|----------------------|-------------------------|------------------------|--------------------------|
| 鎌田 勇さん<br>(内黒瀬・91歳)  | 伊藤與一郎さん<br>(川口・87歳)     | 佐々木和雄さん<br>(岩城勝手・54歳)  | 奥山 武さん<br>(小栗山・72歳)      |
| 山崎 ミチ子さん<br>(本荘・84歳) | 村上ムラエさん<br>(和泉町・88歳)    | 金森 寛さん<br>(岩城内道川・91歳)  | 遠藤ヤス子さん<br>(岩谷町・99歳)     |
| 阿部 榮子さん<br>(大鍛町・84歳) | 眞坂 富男さん<br>(大鍛町・84歳)    | 金森 フサさん<br>(岩城上黒川・98歳) | 長谷山 傳治郎さん<br>(東由利老方・83歳) |
| 小野 孝一さん<br>(親川・93歳)  | 木村 敦子さん<br>(川口・83歳)     | 三浦タミエさん<br>(前郷・95歳)    | 小野イサオさん<br>(東由利田代・93歳)   |
| 斉藤 知作さん<br>(桜小路・98歳) | 豊島 實さん<br>(石脇・75歳)      | 石垣喜代治さん<br>(東鮎川・86歳)   | 遠藤 登さん<br>(東由利老方・88歳)    |
| 遠藤 モトさん<br>(石脇・97歳)  | 小松 敏夫さん<br>(金山・91歳)     | 三條 瑠子さん<br>(前郷・89歳)    | 佐々木タケ子さん<br>(西目町海士剝・95歳) |
| 渡邊正二郎さん<br>(宮内・86歳)  | 太田 忠也さん<br>(矢島町七日町・82歳) | 阿部ミサ子さん<br>(前郷・92歳)    | 高橋トミエさん<br>(鳥海町下笹子・93歳)  |
| 工藤 鉄代さん<br>(給人町・89歳) | 佐藤 サチさん<br>(矢島町館町・87歳)  | 伊藤ノブエさん<br>(葛岡・85歳)    | 佐藤アサエさん<br>(鳥海町上笹子・91歳)  |
| 中村 松代さん<br>(西梵天・85歳) | 佐藤 寿雄さん<br>(矢島町川辺・83歳)  | 佐々木 崇さん<br>(岩谷町・81歳)   | 佐藤チサ子さん<br>(鳥海町上川内・89歳)  |



虹の街 小規模多機能本荘  
TEL.0184-74-6333

いただきます  
同じ世代の人と一緒に食卓を囲んだのは何年振りなのだろうか。一人暮らしの母は今年78歳になった。ある日、段差につまづき要介護認定を受けた母。  
相談窓口があるというところで相談したのが虹の街小規模多機能本荘だ。  
「訪問」と「通い」と「泊まり」を組み合わせてきて、しかも定額制という介護サービスだという。何より手づくりの料理がおいしいと母は笑顔で教えてくれた。

※本エッセイは、小規模多機能本荘のお客様とご家族様のエピソードを元にしたお話です。 広告



介護のご相談は  
池田ライフサポート&システム株式会社  
わかばイースト  
(看護小規模多機能・訪問看護・グループホーム)  
電話 74-3385  
(ショートステイ・デイサービス・訪問介護・定期巡回随時対応型訪問介護看護・福祉用具貸与・福祉用具販売・居宅介護支援・配食・ケア輸送)  
お気軽にお電話ください。