

# ひめかみ 夏号

編集/発行 盛岡市玉山総合事務所

☎028-4195 盛岡市渋民字泉田 360

☎019-683-2116 (総務課)

門前寺地区から見た初夏の岩手山

令和2年3月と5月に開催を予定しておりました玉山地域振興会議は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止しました。今回の夏号では令和2年5月23日からの玉山地域振興会議委員を紹介します。

## 玉山地域振興会議委員

委員は次の15人。任期は令和4年5月22日までの2年間。(①=氏名、②=選任区分、敬称略、五十音順)



①阿部 まり子  
②公募委員



①石川 務  
②公募委員



①岩崎 隆  
②団体推薦者



①春日川 都  
②知識経験者



①金谷 純一  
②知識経験者



①木村 真也  
②団体推薦者



①工藤 昭視  
②知識経験者



①駒井 元  
②知識経験者



①佐々木 由勝  
②団体推薦者



①竹田 かづ子  
②団体推薦者



①千葉 進  
②団体推薦者



①福田 稔  
②知識経験者



①米田 二郎  
②知識経験者



①村山 美栄子  
②知識経験者



①山内 一男  
②団体推薦者

## 新型コロナウイルス感染症対策

# 「新しい生活様式」で感染拡大を防ぎましょう

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化しています。全国の感染者数は減少傾向にあり、「緊急事態宣言」も解除されましたが、再び、感染拡大を起こさないよう、一人一人の日々の心掛の積み重ねが大切です。どのようなことに気を付けて生活すればよいか、「新しい生活様式」についてお知らせします。

※情報は6月19日時点のものです。

### 1 一人一人の基本的な感染対策

- ・人との間隔は、できるだけ2<sup>メートル</sup>(最低1<sup>メートル</sup>)空ける
- ・外出時は、症状がなくてもできるだけマスクを着用する  
ただし、夏場は、熱中症に十分注意する
- ・手洗いは30秒程度かけて、水と石けんで丁寧に洗う  
(手洗い後は、できるだけ手指を消毒)

### 2 日常生活を営む上での基本的な生活様式

- ・こまめな手洗い、手指の消毒
- ・「3密(密集、密接、密閉)」の回避
- ・毎朝の体温測定、健康チェック  
(発熱や風邪の症状などがある場合は、無理せず自宅で療養)

#### ソーシャルディスタンス (社会的距離)

※できるだけ2<sup>メートル</sup>の間隔を



### 3 日常生活の各場面別の生活様式

- 〈買い物〉
  - ・1人または少人数ですいた時間に
  - ・商品への接触は控えめに
- 〈公共交通機関の利用〉
  - ・混んでいる時間帯は避ける
  - ・徒歩や自転車の併用
- 〈娯楽・スポーツ等〉
  - ・公園はすいた時間に利用を
  - ・歌や応援は十分な距離を
- 〈食事〉
  - ・出前やデリバリーの利用を
  - ・大皿は避けて、料理は個々に

### 4 働き方の新しいスタイル

- ・テレワークやローテーション勤務、時差出勤を
- ・会議はオンラインで

## 玉山地域に関係するイベント等の中止について

開催が予定されていたイベントについて、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の取組に伴い、中止になったイベント等をお知らせします。

- ・玉山夏まつり【中止】
- ・啄木の里ふれあいマラソン大会【中止】
- ・岩洞湖まつり【中止】

## あなたと行きたい 湯～トピアの国

### ユートランド姫神 へおでっくんなんせ

新型コロナウイルスの感染予防・拡散防止のため臨時休業しておりましたが、通常どおり営業しております。

大浴場「岩手富士」「姫神」は低張性弱アルカリ温泉の美肌の湯、広々とした浴場でおくつろぎください。



### ●「盛岡の宿応援割」

盛岡市では、市内の宿泊施設を利用した際、宿泊料の一部を割り引きする事業を実施しています。岩手県民の方が対象の宿泊施設を利用した際に割り引きになります。この機会にぜひ、ユートランド姫神へお越しください。

期 間	令和2年7月1日(水)～10月31日(土)の宿泊まで
内 容	宿泊した岩手県民の方に対し、1人1泊当たり4,000円を上限に宿泊料金が割り引きされます。 例)1泊朝食付きの場合(割引後) お一人様 2,150円～(税込み)
予約方法	直接電話等で「割引宿泊プラン」とお伝えの上、予約を行ってください。

### ●問い合わせ

ユートランド姫神

〒028-4134 盛岡市下田字生出 893-11

☎019-683-3215

営業時間 10:00～22:00

## マイナンバーカードを取得しませんか？

初回交付は**無料**です！

### ★申請の方法★



#### ①郵送で申請

ご自身で写真を用意して申請書に貼り付け、必要事項を記入し郵送することで申請いただくことができます。税務住民課の窓口で切手の要らない封筒をお配りしております。

#### ②ご自身のパソコンやスマートフォンで申請

ご自身で写真を取り、マイナンバーカード申請サイトにて申請いただくことができます。

#### ③税務住民課等の窓口で申請

職員が写真を撮影し、申請作業を補助いたします。手数料はかかりません。玉山地域内での申請手続きは、窓口開庁日の玉山総合事務所(8:30～17:15)及び各出張所(9:00～16:00)で行うことができます。

※いずれの申請方法もマイナンバーカードの申請書が必要です。申請書は通知カードについています。ただし、通知カードが届いた後にお引越しをされた方については、申請書が失効しておりますのでご注意ください。  
お引越された方、申請書をなくしてしまった方は再発行いたしますので身分証明書(運転免許証など)をご持参の上、税務住民課の窓口にお越しください。

### 玉山総合事務所税務住民課

#### マイナンバーカード交付等休日開庁日

- 7月 12日(日)
- 8月 23日(日) 予定
- 9月 27日(日) 予定
- 時間 9:00～12:00

※開庁日は変更する場合があります。

※マイナンバーカード関連の手続きのみ受け付けます。

#### ●問い合わせ

玉山総合事務所税務住民課  
☎019-683-3874(直通)

## 浄化槽設置の補助について



個人の方が、し尿と生活雑排水を併せて処理する浄化槽を設置する場合、予算の範囲内で経費の一部を補助します。補助金額および詳しい内容については担当までお問い合わせください。

●対象 公共下水道事業や農業集落排水事業の対象区域を除く区域で行う次のいずれかの工事が対象となります。

- ① 現在、くみ取り便所又は単独浄化槽(汚水のみ)の処理を行う浄化槽)を利用している個人が自己の居住用のための住宅、農家住宅又は併用住宅(以下「専用住宅等」という。)に浄化槽を設置する工事
- ② 現在、くみ取り便所又は単独浄化槽(汚水のみ)の処理を行う浄化槽)を利用している専用住宅等の建替え又は増築工事に伴い浄化槽を設置する工事
- ③ 建築物及び浄化槽が無い敷地に専用住宅等を新築し浄化槽を設置する工事

●問い合わせ 上下水道局給排水課排水設備係  
☎019-623-1426

## 夏の交通事故防止県民運動

7月17日(金)から26日(日)まで夏の交通事故防止県民運動が行われます。

夏場を迎え、暑さや長距離運転による過労を原因とする重大事故の発生や、夏休み中の子どもが関係する交通事故の発生が心配されます。

交通ルールを守り正しい交通マナーの実践により、歩行者もドライバーも交通事故に遭わないよう気をつけましょう。

#### ●運動の重点

- ①暑さなどによる過労運転の防止
- ②高齢者と夏休み中の子どもの交通事故防止
- ③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
- ④飲酒運転の根絶



#### ●スローガン

「ベルトした？ うしろの席も もうしたよ」



## クマにご注意ください！



山菜採りや登山、溪流釣りなどで野山に入る機会が多くなることから、クマとの予期せぬ出会いにより被害にあう危険性が高まります。

入山時や山間地に近い農地での作業中は鈴やラジオを携帯する、廃棄野菜等の管理を適切に行うなど、「クマに遭わない、クマを寄せつけない対策」を十分にとり、被害を未然に防止しましょう。



#### ●クマとの遭遇を防ぐためには

- ・ ラジオなど音の出るものを携帯し、自分の存在をクマに知らせる
- ・ クマの出没情報を確認し、クマの行動が活発になる早朝、夕方は入山を控える
- ・ 頻繁にクマが出没する地域においては、できるだけ単独での行動はさける

#### ●誘引物の除去

- ・ クマを誘引する生ごみや野菜・果樹の廃棄残さ等を適切に処分する
- ・ 農地では果樹園等の収穫後の放置果実や廃果の適切な除去をする

#### ●問い合わせ

玉山総合事務所産業振興課  
☎019-683-3852(直通)

# 元気はなまる教室

元気な状態を保ち続けるための健康教室です。

※事前申込が必要です。

- 対象 盛岡市在住のおおむね 65 歳以上
- 定員 各会場及びコース 12 名
- 費用 無料
- 申込 7月 27 日(月)から電話でお申込みください。

※定員になり次第締め切ります。

●送迎(ユートランド姫神会場のみ 要申込)

就業改善センター(好摩地区公民館)10:05

⇒玉山総合事務所 10:15

⇒門前寺地区コミュニティセンター10:25

⇒まるよし商店 10:30

⇒ユートランド姫神着 10:40 ※復路 14:00 発

●申込先

NPO法人ウェルネスクラブ・レインボー健康体操  
で寝たきり0を目指す会

工藤 昭敏 ☎090-3640-6753

受付時間 平日 9:00~13:00

15:00~17:00



大好評につき今年度も開催!

運動が苦手な方でも無理なく続けられる体操等を行います。いつまでも元気で過ごせるよう、楽しく体を動かして筋力を保ちましょう。

会場・時間	日程
労民勤労者研修センター (啄木記念館 駐車場北側) 1階 研修室1 10:00~11:30	9月8日(火)
	10月13日(火)
	11月10日(火)
就業改善センター (好摩地区公民館) 2階 講義室 10:00~11:30	9月15日(火)
	10月20日(火)
	11月17日(火)
ユートランド姫神 研修室 1回目 10:00~10:40 2回目 11:00~11:40	9月29日(火)
	10月27日(火)
	11月24日(火)

●問い合わせ

玉山総合事務所健康福祉課

☎019-683-3869(直通)

## 集団検診のお知らせ

検診受診券が新しくなりました!

圧着はがきを開いて、中を見てみましょう。

対象者にはあらかじめ、6月下旬に受診券をお送りしております。



受診券がお手元に届かない場合や紛失した場合は、担当までご連絡ください。

※再発行・新規発行無料

●今年の集団検診の日程は「集団検診のお知らせ」を確認しましょう

「玉山地域集団検診のお知らせ」(水色)は、6月に地域内各戸に配付しております。

健康福祉課窓口や、玉山地域の各出張所にも設置しています。

●まずは電話で申し込みましょう

成人検診の集団検診を受けるには、事前申込が必要です。健康福祉課まで電話でお申込ください。

※今年は大腸がん検診(集団検診)を中止します。



●送迎バスを運行

検診会場まで遠いところにお住まいの人は、送迎バスをご利用ください。

運行経路や時間は、申込後に郵送する運行表でご確認ください。

●「集団検診の都合が合わない」そんな時には、かかりつけ医等で「個別検診」を受診できます

医療機関等でも検診を受診することができます。

【日程】6月 25 日(木)~10月 31 日(土)まで

〔乳がん・子宮頸がん検診は翌年3月 10 日(水)まで〕

詳しくは、広報もりおか6月 15 日号折り込みの「盛岡市検診だより」をご覧ください。

「盛岡市検診だより」は、健康福祉課窓口にも設置しています。

※今年は大腸がん検診(個別検診)、大腸がん検診(個別検診)を中止します。

●問い合わせ

玉山総合事務所健康福祉課

☎019-683-3869(直通)