

広報

くのへ

10

Oct.2025

vol.811



令和7年度敬老会



9月16～18日にかけて、江刺家・伊保内・戸田各地区の敬老会が九戸村公民館（HOZホール）で開催され、あわせて211名の方が出席しました。

冒頭、大久保勝彦村長は「九戸村は今年で70周年を迎えます。今日の九戸村を築いてこられたのもひとえに皆様のご尽力のおかげです。」と敬意と感謝を表しました。会では大久保村長から代表者へ敬老年金および記念品の贈呈、特色豊かなアトラクションの披露、園児から花束贈呈が行われました。

伊保内会場に出席し、長寿の記念品を受領した尾友タネさんは「今年で93歳になります。お祝いをいただきありがとうございます」と笑顔で話されました。

また、9月19日には九戸福祉会の敬老会がおりつめの里、地域密着型特別養護老人ホーム折爪荘、特別養護老人ホーム折爪荘の3会場で行われ、あわせて約100名の方が参加しました。会では記念品贈呈や施設職員の出し物が披露され、参加者を楽しませました。

1 村長挨拶の様子
2 招待者代表に園児から花束贈呈
3 敬老会を楽しむ来場者の皆さん
4 長寿祝いの記念品が贈呈された尾友タネさん
5 伊保内保育園児によるアトラクション
6 江刺家神楽保存会による演舞
7 折爪荘敬老会の余興の様子
8 折爪荘敬老会での記念品贈呈

男女バスケ・野球・ソフトテニス

県大会への出場決定



- 1_3年連続男女同時優勝を果たした男女バスケットボール部（女子は九戸・一戸合同）
- 2_延長8回を制し、優勝に輝いた軟式野球部
- 3_団体優勝、並びに、個人戦で優勝・準優勝に輝いたソフトテニス部

【バスケットボール男子】第1位・県大会出場

リーグ① ○九戸 69 - 41 福岡
 リーグ② ○九戸 106 - 33 奥中山
 準決勝 ○九戸 65 - 46 軽米
 決勝 ○九戸 56 - 44 金田一・一戸

【バスケットボール女子】第1位・県大会出場

決勝リーグ① ○九戸・一戸 68 - 26 奥中山
 決勝リーグ② ○九戸・一戸 47 - 19 福岡
 決勝リーグ③ ○九戸・一戸 54 - 44 浄法寺

【ソフトテニス女子団体】第1位・県大会出場

○九戸 2 - 1 金田一 ○九戸 2 - 1 福岡
 ●九戸 1 - 2 軽米

【ソフトテニス女子個人】第1・2位・県大会出場

トーナメント 番澤・野辺地ペア 優勝
 細川・押切ペア 準優勝

【バレーボール女子】第2位

リーグ① ●九戸 0 - 2 軽米
 リーグ② ○九戸 2 - 0 福岡・一戸
 リーグ③ ○九戸 2 - 0 二戸シャドーズ

【軟式野球】第1位・県大会出場

トーナメント① ○九戸 10 - 0 一戸BBC
 決勝 ○九戸 4 - 3 福岡

【卓球男子団体】第5位

リーグ最終 0勝4敗

【卓球女子団体】第3位

リーグ最終 1勝2敗

村民スポーツレクリエーション大会

9月7日、村民レクリエーション大会が行われ、九戸村総合運動場でグラウンドゴルフ競技が、九戸村体育センターでビーチボール競技が行われました。また、ハイキングでは39名が参加し、名久井岳へ登頂。その後法光寺を拝観しました。



法光寺を拝観しました

各競技の結果

■ビーチボール

【1位】 宇蘭ちゃん

【2位】 3-B

【3位】 銀杏スモージー

■グラウンドゴルフ

男子の部

【1位】 佐々木 三男

【2位】 古舘 一男

【3位】 千葉 三蔵

女子の部

【1位】 池田 八重子

【2位】 小林 イト

【3位】 竹村 節子

（敬称略）



1・2 チーム一丸となってボールを追いかけていたビーチボール
 3 1球1球気合がはいっていたグラウンドゴルフ



ふるさと創造館まつり

9月14日、ふるさと創造館まつりが行われました。会場では、串餅やたこ焼きの販売の他、お茶のお手前やお皿、バッグ、木工女子部によるストラップの販売、押し花の展示が行われ、多くの人で賑わいました。

11時からの開会セレモニーでは、九戸村文化協会会長の上村勝己^{かつみ}さんが、「九戸村文化協会は発足から今年度で50周年を迎えます。こういった形でふるさと創造館を会場にイベントを開催できることを有難く思っています。本日は1日、どうぞお楽しみください」と述べました。

その後の発表部門では、ピカケフラサークルのフラダンスや伊保内高校郷土芸能委員会の「江刺家神楽」、北條真由美さんによる歌謡など多岐にわたり、来場者は大いに楽しめました。



1、お客さんを賑わせた北條真由美さんによる歌謡 2、多くの方に親しまれている串餅・豆腐田楽の販売 3、ピカケフラサークルによるフラダンス「メレオラナイ」 4、木工女子部によるストラップ・木名札の販売

畜産まつり・共進会

共進会褒賞牛

※敬称略

受賞者の声

1、2、3 家畜共進会審査の様子
4 牛肉即売会では行列ができていました



9月6日、県立二戸病院付属診療センター駐車場で畜産まつりが開催されました。

当日は高品質の牛肉を安価で購入することが出来る牛肉即売会も行われ多くの人が会場に足を運びました。

畜産まつり会場隣の新岩手農業共同組合九戸支所駐車場では、家畜共進会が行われ、村内の畜産農家が育てた黒毛和種19頭および乳用牛20頭が出品。それぞれの部門で審査され、牛たちは晴れ空のもと、凛々しい姿を見せていました。

厳しい審査の末、黒毛和種・乳用牛のそれぞれの部でグランドチャンピオンに輝いたのは、大崎善孝^{よしたか}さんと欠端信雄^{のぶお}さんが育てた牛たちでした。

表彰区分	乳用牛	黒毛和種
村長杯	欠端 信雄	大崎 善孝
新岩手農協組合長杯	欠端 浩美	千葉 一孝
最優秀賞	未経産の部：欠端 浩美	未経産の部：大崎 善孝
	経産の部：欠端 信雄	経産の部：千葉 一孝
優秀賞	第1部：田澤 太朋	第1区：大崎 善孝
	第2部：欠端 浩美	第2区：千葉 一孝
	第3部：田澤 太朋	第3区：なし
	第4部：欠端 浩美	第4区：尾友 勝彦
	第5部：(有) 大崎農場	第5区：千葉 一孝
	第6部：欠端 信雄	



乳用牛
欠端 信雄さん



黒毛和種
大崎 善孝さん

※代理授与
畜産農家が減少する中ではありますが、こういったイベントを大切にしながら若者を中心に盛り上げていきたいと思っています。

今回受賞できたのも日々ご協力をいただいている皆さんのおかげです。今後も皆さんとともに健康で発育の良い牛を育てて行きたいと思っています。

九戸村の恵を食べて実感！ うまみたっぷり給食

8月26日、九戸村の美味しい食材をふんだんに使用した「うまみたっぷり給食」が村内全校で提供されました。九戸小学校では、給食センター栄養教諭の在家香織^{かおり}さんを招き、2年生へ食材の魅力を語っていただきました。今年は給食センター調理員からレシピを募り、その中からメニューを

決定。野菜や鶏肉など11種類の村産食材が使用されました。在家さんは、「九戸村には美味しい食材がたくさんあること、そして食事を通して九戸村の魅力を知って欲しい」と述べました。給食を食べた山本雪斗^{ゆきと}さんは、「苦手な野菜も美味しく食べられた」と嬉しそうに頬張っていました。



⑤九戸村の食材の魅力を伝える在家さん
⑥美味しそうに食べる山本さん

村のご長寿さん 中村フミさん、100歳のお祝い

8月26日、折爪荘で中村フミさんの「百寿をお祝する会」が行われました。一日3食、車椅子で起きられ、食事を召し上がっているという中村さん。普段は目を閉じていることが多いですが、お祝いをする会では、ご家族や大久保

村長からの祝福や声掛けを受け、目を開ける瞬間もありました。後半には、折爪荘へ入所後の中村さんのご様子がプロジェクターで振り返られました。



フミさんを囲むご家族と大久保村長、葉澤理事長

村のご長寿さん 野田力子さん、99歳のお祝い

9月18日、野田力子さんが99歳を迎え、ご自宅にてお祝いが行われました。長寿の秘訣は、「前向きでいること」と語った野田さんは、果物（ぶどうやすいかなど）が好きでよく食べています。普段はぬりえ

や縫物をしており、時代劇を見るのも好きです。ひとりでご飯を食べ、杖をついてつかまりながら家の中を歩かれています。



大久保村長からの花束を手にする野田さん

合唱団コール・エスポワール 銀賞・金賞受賞

9月5日、カシオペア少年少女合唱団コール・エスポワール（九戸小・中学校生徒）が高橋良一教育長を表敬訪問しました。

同合唱団は、先月8月27・31日に行われた第92回NHK全国学校音楽コンクール岩手県コンクール（小学校の部）と第77回全日本合唱コンクール東北



⑤私たちの歌声を会場に響かせました
⑥記念写真

建設業協会二戸支部 健康を願うハンドソープ寄贈

9月16日、県建設業女性協議会二戸支部の東野雅子^{まさこ}支部長から高橋良一教育長に薬用泡ハンドソープが寄贈されました。

東野支部長は、「コロナやインフルエンザが流行するなかで、子どもたちに手洗いの大切さを知ってもら

い、習慣づけてほしい」と話しました。高橋教育長は、「これからの季節は気温が低下し、一層手洗いが重要となる。子供たちの健康管

理へ役立てていきます」と述べました。いただいたハンドソープは、村内小中学校へ配布されました。



東野支部長からハンドソープを受け取った高橋教育長

第37回岩手県小学生バレーボール選抜大会 九戸VBC準優勝、東北大会ベスト8に

8月23・24日に行われた第37回岩手県小学生バレーボール選抜大会に出場した九戸VBCは混合の部において準優勝に輝き、東北大会出場を決めました。大会は全日本県大会上位8チームによる熾烈な戦い

が繰り広げられました。

準優勝に輝いた九戸VBCは、9月21・22日に山形県で行われた第40回記念コントリビュートカップ東北小学生バレーボール選手権大会において見事ベスト8に輝きました。



九戸VBCのメンバー

季節の染め物体験 鮮やかな色に笑顔あふれる

9月14日、ふるさと創造館隣の木の駅で季節の染め物体験が開催されました。

自然を楽しむこの体験は、「つちのこ保育園」代表の高浜菜奈^{ななこ}さんを講師として呼び寄っています。高浜さんによるこの体験会も今年度分は最終回となりました。

今回は、くさぎ、くず、栗の渋皮といった天然素材を使用し、木の棒や輪ゴムを使つてハンカチを搾り上げ、思い思いのデザインを描きました。

染めあがったハンカチに参加者は、驚きと喜びをあらわにしており、一戸町から参加した尻引さんは、「以前から草木染に興味があった。想像とはまた違った鮮やかな色が出てとても面白かった」と笑顔があふれていました。

食生活改善推進員養成講座開講 希望者2名受講

9月3日、食生活改善推進員養成講座開講式が九戸村山村開発センター集会室

員の養成を目的として行なっています。

で行われ、小島美希^{みき}さん、大川まき子^{まきこ}さんが出席しました。

この講座は、食生活改善を基本とした村民の健康づくりを推進するため、地域においてボランティア活動を実施する食生活改善推進

員の養成を目的として行なっています。小島さんと大川さんはそれぞれ、「地域の方や家族の健康を守りたい」という思いを講を希望した。憧れのピンクのポロシャツを着られるよう頑張りたい、「食生活に興味があった。健康に気をつけていきたい」と意気込みを語りました。



㊤大久保村長からの激励の様子

㊦桂川会長の話をもとに書き留める小島さん



㊧奥深い色と個性が浮き出たハンカチ



㊨高浜さんによる説明の様子

Sport News

バスケットボール岩手県成年女子選抜 2年連続出場

ひまわし え な 日廻瑛奈さん

令和7年度県民スポーツ大会東北ブロック大会兼第52回東北総合スポーツ大会バスケットボール競技に、岩手県成年女子の部の一員として、岩手大学1年生日廻瑛奈^{ひまわし え な}さん（九戸中出身）が参加しました。今回の大会は、宮城県白石市文化体育活動センター（ホワイト・キューブ）を会場に8月22日から24日にかけて開催されました。

岩手県の選拔選手は、複数の練習会を経て選考が行われます。日廻さんは昨年に引き続き2年連続でメンバー入りを果たしました。

岩手県成年女子チームは、23日に行われたリーグ戦で秋田県と青森県の対戦に健闘しながらも2連



ひまわし え な
日廻瑛奈さん
(岩手大学1年生)



岩手県選拔選手の皆さん

敗。惜しくも24日の決勝トーナメントに進むことはできませんでしたが選拔選手常連の先輩方と共に県の代表選手として、他県の選手を相手に精一杯プレーしました。

大会を振り返って日廻さんは、「昨年に引き続き、今年も国体メンバーに選出されたことを嬉しく思っています。昨年の経験を活かし、自分らしさを出すことができた」と話しました。これからも日廻さんの活躍を期待しています。

九戸小学校3年生特別授業 発見！九戸のじまん

9月11日と12日の2日間にわたり、九戸小学校の3年生を対象に「発見！九戸のじまん」と題した特別授業が行われました。

11日には九戸村の広報を担当している波岡主事が講師を務め、12日には大久保村長からのお話がありました。

波岡主事は、これまで撮影した写真を用いて九戸村の良さを、大久保村長は、「豊かな自然」や「綺麗な原風景」、「人情あふれる村民

の人柄」といった九戸村の魅力を自身の体験を交えながら児童たちに語りかけました。授業後の質問コーナーでは、「好きな九戸の景色はどこですか？」、「村長さんが好きな花は何ですか？」など、た



㊤写真に目を光らせ手を上げる児童

㊦村長へ多くの質問が飛び交いました

村の魅力、再発見してみませんか？

南部箒作り体験

(有) 高倉工芸で南部箒作りを学ぶ隊員とともに、小型の箒を作ります。小さくても作る工程は本格的！隙間の掃除にピッタリサイズです。好みの一本を自らの手で編み上げてみませんか？



協力隊員からひとこと！



工藤 彩子さん

自然に触れながらの箒作り、なかなかできない体験です。皆様のご参加を楽しみにしています。



藤原 康太郎さん

初めての森の中での箒作り体験です。自然を感じながら、一緒に楽しみたいと思います。

申込先

村づくり推進課 ☎ 0195-43-3271

URL : <https://forms.gle/Huu2P96U8EH2T5WY7>

参加者氏名（お子様の場合はご年齢）、電話番号をお知らせ下さい。



QR コード

■日時 令和7年11月8日(土) 10時～12時

※ 9時45分までに役場駐車場に集合

■場所 伊保内西山地区村有林

■参加費 無料

■対象 どなたでも（小学生以下の場合は保護者同伴）

■定員 先着8名

■申込期限 令和7年10月31日(金) 17時まで

■備考 屋外開催のため、防寒着や虫除け対策をしようで参加ください。なお雨天の場合は中止となります。

秋の自然観察と 蜜蝋クラフト作り体験

ミツバチからの贈り物である「蜜蝋」を使って、集めた木の実とともにキャンドルを作成します。ハチや自然観察、キャンドル作りにご興味のある方はぜひお越しください。

協力隊員からひとこと！



小島 美希さん

秋の里山で、自然とミツバチの恵みにふれながら、楽しいひとときを過ごしていただけたら嬉しいです！



イベント会場について



両イベントの会場は、元々はスキー場跡の雑木林でした。この森を村民が自然に親しむ場として活用したいと思い整備活動を続けてきました。イベントを通じ、人と人、人と森とが繋がる良い時間が生まれたらなと思っています。

協力隊 自伐型林業担当
山本 幸大さん



総合的な探究の時間

伊高むらおこし会社進捗報告！



モールドールの製作 より良い販売に向けて

伊保内高校の魅力発信を目的に、手作りのキーホルダーや手編みのモールドールの製作を進めている工作班。現在は10月に控えている伊高祭での販売に向け、商品の製作を進めています。7月下旬から行った道の駅オドデ館での試験販売を受けて、より良い商品の販売方法を検討しています。



試行錯誤しながら製作を進める生徒



サウナの集客に向けて 飲み物の試作検討

ふるさとの館のサウナの集客と幅広い世代へ魅力を伝えるべく活動するサウナ班。現在、サウナをより楽しむための飲み物としてクラフトコーラの試作検討をしています。

コーラの甘味料には九戸村の特産品である甘茶を使用し、すっきりとした爽快感あふれる味わいを目指しています。



甘茶クラフトコーラの試作をする
下村さん(左)と押切さん(右)



どんぐりスイーツ完成 伊高祭の販売実現へ

どんぐりスイーツの販売に向けて菓子工房栄宝堂(二戸)のご協力のもと、試作を進めていたどんぐり班。ついに、スイーツが完成し、試食が行われました。完成したスイーツは「どんべリー」と名づけられ、10月4日の伊高祭で販売します。販売に向け生徒達は、「多くの方に美味しさと食材の魅力を伝えたい」と意気込みました。



完成した「どんべリー」



10月10日は「転倒予防の日」

高齢者にとって、転倒は骨折や頭部外傷等の大けがにつながりやすく、それが原因で介護が必要な状態になることもあります。

生活環境をチェックして、転倒の原因を減らすことが大切です。

【転倒事故の発生場所】

■浴室・脱衣所 ■庭・駐車場 ■ベッド・布団 ■玄関・勝手口 ■階段

【転倒事故の状況】

■滑る ■つまずく ■ぐらつく ■ベッド等から移動時に ■引っかかる



生活環境をチェック！転倒の原因を減らしましょう

- ①コードの配線は歩く動線を避け、壁をはわせるか、部屋の奥にまとめる
- ②つま先が引っ掛かりやすいカーペットやこたつ布団は使用しない。めくれやすいカーペットの縁は目立つテープを貼って固定する
- ③床にものを置かない。特にビニール袋や紙類はよく滑るため床に置かない
- ④1～2cmの段差はつまづきやすいので、スロープをつけるか、テープなどで目立たせる
- ⑤転倒の原因になる滑りやすい靴下やスリッパは使用しない

高齢者の交通安全～事故に遭わない・起こさない！

高齢になると、次のような危険性が高まることを良く理解しておきましょう。

- ◆体力の衰え…道路を思ったより早く渡れない
- ◆聴力の衰え…車が近くまで来ていることに気づかない
- ◆視力の衰え…視野が狭くなる、動体視力が低下し予想より早く車が近くまで来てしまう

交通事故 予防のポイント

- ☆夕方の外出時には黒や茶などの目立ちにくい色の服ではなく、白や黄色などの目立つ色の服で外出しましょう。
- ☆反射材を活用しましょう。反射材の靴のかかとなどに貼ると効果的です。反射材をつけているとドライバーから約120m離れていても見えるという実験結果があります。
- ☆電動車いすは歩行者として扱われますので、歩道がある道路では歩道を走行し、安全運転を心がけましょう。歩道のない道路では、右側通行が原則です。
- ☆歩行者も電動車いすも、斜め横断をすると横断する距離が長くなり、渡り切るまでに時間がかかります。横断の際は、必ず左右を見て安全を確認してから、直角に渡るようにしましょう。

保健師 河村侑乃

毎日のちょっとしたことから意識しよう

目の健康づくりを心がけましょう

普段気づかないうちにたまってしまいう目の疲れ。

重症化する前に目に優しい習慣を身につけましょう！

10月10日は「目の愛護デー」です。誰でも長時間仕事や勉強

をしたり、目を使いすぎると目が疲れてしまいます。通常は目を休ませることで回復します

が、目の疲れがなかなか解消せず、目や身体に症状が出てくるような場合を眼精疲労と言います。近年パソコンやスマートフ

ォンなどの画面を長時間見続けて、目の疲れを感じるが増えています。ご自分の目を長く大事に使えるよう、今一度生活を振り返ってみましょう。

【こんな症状は目からの注意サインです】

・目が重いなど疲れを感じる



・目の乾き、目やに、目がかすむ

・視力が低下した、ものが見えにくくなってきた

・肩がこりやすい

※近視や遠視、乱視などの屈折異常や老眼があるのに、眼鏡やコンタクトを矯正していなかったり、合わないメガネやコンタクトを使用すると、目に負担がかかります。

【目を大切にする方法】

①目を休ませる

画面を見たり読書などを1時間続けたら10分間休憩するなど目を休めましょう。まばたきをゆっくりと繰り返す目のストレッチ

ツチも効果的です。

②目に優しい食事をとる

アントシアニンを豊富に含むブルーベリー、ルテインを含む緑黄色野菜、不飽和脂肪酸のDHAを含む青魚などは、目の健康維持によいです。

③眼科健診を受ける

眼科や特定健診などで定期的に視力検査や眼底検査を受けましょう。眼鏡やコンタクトを使用している人は、度数などが合っているかを定期的に眼科で確認しましょう。

保健師 横井 信香

休日当番医 (9:00～17:00)

11/2	小野寺内科医院	☎ 33-2505
11/3	よこもり眼科クリニック	☎ 22-2230
11/9	千葉耳鼻咽喉科医院	☎ 26-8133
11/16	かわさきクリニック	☎ 26-9900
11/23	おりそ内科循環器クリニック	☎ 22-2251
11/24	松井内科医院	☎ 33-2201
11/30	菅整形外科皮膚科クリニック	☎ 23-7311

休日当番歯科医 (9:00～12:00)

11/2	奥中山高原歯科クリニック	☎ 35-2951
11/3	国香歯科医院（裏小路）	☎ 23-2223
11/9	ますだ歯科クリニック	☎ 26-8282
11/16	菅歯科	☎ 23-5161
11/23	宮沢歯科医院	☎ 46-2953
11/24	岩淵歯科医院	☎ 32-2238
11/30	国香歯科医院（裏小路）	☎ 23-2223

第28回九戸政實杯 ゲートボール親善交流大会

9月19日、九戸村総合運動場で「第28回九戸政實杯GB（ゲートボール）親善交流大会」が行われました。

大会当日は晴天に恵まれ、本村を含む、近隣の8市町村から15チーム、計82名の参加者がつどい、交流を深めるとともに、1位を目指して熱い戦いが繰り広げられました。参加チームの一覧と大会結果をご紹介します。

大会では集中力と正確性が試されていました



順位	チーム	市町村
1位	金田一	二戸市
2位	小田球友会	葛巻町
3位	米田	軽米町
4位	高原	一戸町
5位	浄法寺	二戸市
6位	中山	一戸町
7位	感謝	久慈市
8位	いわてまち	岩手町
9位	一戸	一戸町
10位	九戸	九戸村
11位	はちのへ	八戸市
12位	まべちがわ	葛巻町
13位	日野沢	久慈市
14位	田野クラブ	葛巻町
15位	浦子内	葛巻町

9月の九曜塾 「化石探し」

9月13日に九曜塾『化石探し』を開講し、児童22名が参加しました。

講師には、一戸町教育委員会の中村明央^{あきお}さんをお呼びしました。

一戸町根反では、講師の中村さんから、『根反の大珪化木^{だいけいかぼく}』にて大珪化木が化石となった経緯を詳しく説明していただきました。また、大珪化木付近で発掘された化石も見せていただき子どもたちは興味津々に観察していました。

その後シビックセンターでは、化石の展示物を自由に見て回りました。

最後に馬淵川での化石探しでは、石を一生懸命に叩き、一つでも多くの化石を探そうと奮闘している様子でした。

今回の九曜塾では、後半雨模様でしたが普段見ることのできない化石について勉強することができ、当時の時代にタイムスリップしたかのような感覚で活動することができました。

◆◆ NINES CAFE ◆◆
学び処
ないんずカフェだより



中村さんによる化石の説明



化石の展示物の見学



化石探しの様子

ご家庭にある歴史資料を探しています

教育委員会では、村内にある様々な歴史資料を保存する「アーカイブ事業」に取り組んでいます。皆さまが所有している古文書、8mmフィルム、ホームビデオ、写真、民具などをお借りしたいと思います。村の貴重な歴史資料の消失を防ぐため、村民の皆さまの情報提供をお願いいたします。



教育委員会生涯学習係 ☎ 42-2111（内線 304）

図書だより



おすすめ

■多動脳

アンデシュ・ハンセン 著
(新潮新書)

注意力散漫で移り気で、そそっかしくて人の話を聞かない。なのにクリエイティブで粘り強く、探求心旺盛でハイパーフォーカス能力があったりする。「普通とはちょっと違った」脳が、進化の過程でなぜ生き残ったのか？



おすすめ

■いつも幸せはそばにある

たぐち ひさと 著
(徳間書店)

幸せになるのに、ものはいらない。幸せを感じる心があればいい。なかなか自分に自信が持てない。何をしたいかわからない。そんな時に読んで欲しい222の言葉。



おすすめ

■北国の暮し

Kuro 著 (KADOKAWA)

92歳祖母と、67歳母、ときどき僕の、リタイヤ後のサステナブルな日常。
田舎だからできることがある。色んな野菜を育てて食べる。四季折々の花を咲かせる。人生は楽しいが一番いい。

■公益社団法人岩手県看護協会ナースセンター事業部
☎ 019-663-5206

♡ セカンドキャリアセミナーのご案内

定年退職後の看護職員や定年退職を控えている看護職員が、自らの豊かな経験を活かし、ライフスタイルに合った職場で再就業できるよう支援しています。定年後の漠然とした迷いや不安は誰にでもあります。セミナーでヒントをもらい、自分の経験を活かしたキャリアプランを描いてみませんか？

■内容

- ・キャリアを活かして働く、ベテランナースからのメッセージ
- ・人生100年時代のライフプランニングの考え方（ファイナンシャルプランナー）
- ・今思う自分らしいセカンドライフってどんなこと？（カフェ形式の意見交換）

■対象

- ・定年退職後未就業および定年退職を控えている看護職員
- ・50歳以上でキャリアチェンジを考えている看護職員

■開催場所と日時

- 盛岡会場：メトロポリタン盛岡ニューウイング
令和7年11月7日（金）
13時30分～15時45分（13時受付）
- 奥州会場：水沢グランドホテル
令和7年11月14日（金）
13時30分～15時45分（13時受付）

■定員 各会場 20名程度

■申込方法 研修管理システム manaable（マナブル）からお申込みください。下記QRコードを読みとるか、岩手県看護協会ホームページからマナブルのバナーをクリックしてアクセスしてください。マナブルからアクセスできない場合はナースセンター事業部までご連絡ください。

■申込締切

盛岡会場：令和7年10月30日（木）
奥州会場：令和7年11月6日（木）

■メールアドレス

岩手県看護協会ナースセンター事業部
nursecenter@iwate-kango.or.jp



■岩手県不動産鑑定士協会事務局 ☎ 019-604-3070

📖 不動産に関する無料相談会のお知らせ

岩手県不動産鑑定士協会では不動産鑑定士による不動産の無料相談会を次のとおり開催します。

■開催日時 令和7年10月29日（水）

10時～12時および13時～16時

■相談方法 対面および電話による相談です。詳細については岩手県不動産鑑定士協会ホームページ（<http://www.kantei-iwate.jp/>）または岩手県不動産鑑定士協会事務局へご確認ください。

■NPO 法人地球のしごと大学つちのこ保育園
☎ 090-9283-4418

🌱 つちのこ森フェス 2025
開催のお知らせ

つちのこ保育園主催の「つちのこ森フェス」は今年で4回目を迎えます。当日は木工教室や体験アクティビティ（ツリークライミング、森のピラティス）など多くのイベントを企画しております。皆様のご来場をお待ちしております。

■日時 令和7年10月12日（日）10時～15時

※荒天時、翌13日開催

■場所 普代村芦渡ふれあい広場
（駐車場：旧鳥茂渡小学校）

■料金 入場無料（一部有料）

■服装・持ち物 帽子・長袖・長ズボン・運動靴・飲み物等（森で過ごせる装備でお越しください。）

■備考 駐車場から会場まで少し距離がありますので早めのご来場をおすすめします。（会場までの林道の森歩きもお楽しみください。）

■日本産業カウンセラー協会岩手県自死対策チーム
☎ 019-681-0380

♡ 「こころの電話相談」のお知らせ

10月から12月にかけて「こころの電話相談」を実施します。相談は匿名でもOKで、秘密は厳守します。自分自身のこと、仕事や人間関係などにお悩みの方はお気軽にご相談ください。

■対象 岩手県内・周辺地域にお住まいの方

■実施期間 令和7年10月11日～12月27日

■実施日時 毎週土曜日19時～23時
（最終受付は22時30分）

■連絡先 ☎ 0120-018-520（フリーダイヤル）

お茶っこの日

10月10日（金）・21日（火）

午前の部 10:30 ～ 12:00

午後の部 14:30 ～ 16:00

コーヒー、お茶などの
ホットドリンクを用意して
います。（100円）
申込は不要なので、好きな
時間にいらしてください。



お茶っこの日はじめます

今月んだ・なすでの食イベントはお休みさせていただきますが、新しく「お茶っこの日」を始めます。お茶っこの日、決められた時間は飲み物を用意して室内に居ますので、お友達と集まってるのんびりしていただく。おやつは用意していませんので、それぞれ持ち込みをお願いします。



出張おにぎりランチ会

んだ・なすで定期的に開催しているおにぎりランチ会、今月は戸田支所でお試し開催をしてみます！いつもこんな感じでおにぎり食べているよ〜とお伝え出来たらと思っていますので、戸田地区の皆さまぜひ遊びにいらしてください。うちの地区にも来て！というリクエストも随時受付しています。



日時 令和7年 10月16日（木）
11:30 ～ 12:30

場所 戸田支所（老人福祉センター）

申込 申込は不要です。
ご飯10合分の用意をして行きます。
足りなくなったらごめんなさい！

んだなすSNSはこちら



X (旧Twitter) Instagram

これまで協力隊員が当番制で更新していたブログはInstagramへの投稿になりました。フォローよろしくお願いします！

九戸村地域おこし協力隊
SNSはこちら



X (旧Twitter) Instagram

チェ先生と英語で遊ぶ日

お話してみたい！

友達になりたい！

日時 毎週 木曜日
（2・9・16・23・30日）
16:30～18:00
時間内ならいつ来てもOK
※料金はいただきません

英語の勉強
教えてほしい！

英会話に
興味がある！

英検に向けて
発音が知りたい！

英語で遊ぶ日、今月は毎週木曜日に開催します。チェ先生の出身国カメルーンと日本の文化の違い、九戸村でびっくりしたエピソードなど、日本語を交えながら楽しく会話をしています。聞いているだけでもOKなので、お気軽にお越しください！



英語で遊ぶ日ぜひどうぞ

んだなす通信

10月号

2025.10.1

【制作】
九戸村地域おこし協力隊
くどう

伊保内商店街
お休み処 んだ・なす
開所時間
平日 9:30～18:00

■二戸警察署九戸駐在所 ☎ 0195-42-2210
 道路横断中の交通事故防止について

岩手県内では、令和7年中、道路を横断中の死亡事故で6人の方が命を落としています（9月3日現在）。

交通死亡事故は決して他人事ではありません。また、横断歩道であっても、思っている以上に車からは見えていません。

■車にひかれなくために

- ①渡る前に一度「止まる」
- ②車が来るか「見る」
- ③車が来ていたら止まるか、通り過ぎるのを「待つ」

上記の①～③を徹底しましょう。

歩いて出かける際は、明るい服装を心がけ、反射材を身につけましょう。



さるかわけつし
 猿川 哲史
 駐在所長

■税務住民課税務徴収係 ☎ 0195-43-3367
 不足額給付の申請はお早めに

定額減税補足給付金（不足額給付）とは、令和6年度に対象となる方に支給した当初調整給付の金額に不足が生じた方などに対し、追加で給付を行うものです。対象となる方には、8月中旬に書類を送付しています。

以下の書類が届いた方は、申請期限までに提出が必要です。忘れずに手続きしてください。

○九戸村調整給付金（不足額給付分）申請書

○「九戸村調整給付金（不足額給付分）」支給確認書

詳細は村ホームページまたは8月20日発行のお知らせ版をご確認ください。

■手続き方法

○「申請書」が届いた方

申請書に必要事項を記入し、本人確認書類および通帳等の写しを添えて提出してください。

○「支給確認書」が届いた方

支給確認書【提出用】に必要事項を記入し、本人確認書類および通帳等の写しを添えて提出してください。

■申請期限

令和7年10月31日（金）【当日消印有効】

■二戸税務署 ☎ 0195-23-2701
 九戸村内求人情報（ハローワーク）8/14～9/3 求人情報

■二戸郵便局（伊保内郵便局）
 郵便配達（非） 183,168 円 ～ 183,168 円

■株式会社プロワークス八戸営業所（九戸村）
 調味料食品の包装・梱包（非）
 165,000 円 ～ 180,000 円

■有限会社 竹村商事
 ブロイラー出荷作業員（正）
 213,000 円 ～ 257,000 円

■ プライフーズ株式会社（九戸村）
 堆肥製品製造管理職（正）225,000 円～ 235,000 円

■ 株式会社スタッフアドバンス
 調味料製造（非） 157,500 円 ～ 157,500 円

■ 特定非営利活動法人ふぁーすとシート
 調理員（パ） 時給 952・952 円

※（正）：正職員（非）：非正規職員（パ）：パート

 誰かを傷つけてしまう前にちゃんと自賠責保険・自賠責共済を

自賠責保険・共済は、すべての車・バイク等1台ごとに加入が義務づけられており、加害者の賠償責任を担保することで、被害者の基本的な賠償を保障する制度であり、被害者の救済を目的としています。

四輪車はもちろんですが、特に車検制度のない250cc以下のバイク（原動機付自転車・軽二輪自動車）の自賠責保険・共済の未加入・未更新にご注意ください。詳しい内容は、ホームページ（<https://www.mlit.go.jp/jidosha/jibaiseiki/>）をご覧ください。

■岩手県土地家屋調査士会県北支部 事務局 田中厳保 ☎ 0195-43-3260

 土地家屋についての無料相談会

岩手県土地家屋調査士会県北支部では、10月1日「法の日」を記念して下記のとおり無料相談会を行います。

■日時 令和7年10月4日（土）10時～15時

■場所 二戸市ワークインにのへ1階会議室

■相談内容 土地の分筆、合筆、地目変更、地積更生登記、土地の新築、増築、滅失登記、土地、建物の調査測量、境界問題など

■公益財団法人遠藤 K 奨学財団事務局 ☎ 090-4883-3199
 2026 年度奨学生募集

公益財団法人遠藤 K 奨学財団は、岩手県の教育水準の向上および人材の育成に寄与することを目的として、岩手県内の高等学校を卒業し大学、短大、専門学校等へ進学する学生に対し奨学援助を行っております。

■採用人数 書類選考により 10 名程度

■給付型奨学金 月額 3 万円

■給付期間 進学先において卒業までの最短修業期間

■申込期限 令和7年11月14日（金）（在学している高等学校経由で財団必着）

募集要項や提出書類については、公益財団法人遠藤 K 奨学財団のホームページ（<https://endok.oshushi.com>）からダウンロードできます。

■二戸消防署九戸分署 ☎ 0195-42-3119
 野外焼却による火災にご注意を！！

ご注意ください！「ちょっとくらい大丈夫」の野焼きが危険です！！

風が強い日や乾燥した日に庭の落ち葉や草を燃やすと火が広がり思わぬ火事につながる危険性があります。わずかな火でも大きな被害になりかねません。

■野外焼却は原則禁止！！

法律でも野外焼却は原則禁止されています。ゴミが出た際は燃やさず、家庭ゴミの日に出す・資源回収に出す・堆肥にするなどの方法を取りましょう。

■「自分は大丈夫」その考えは危険！！

「自分の庭だから大丈夫」、「ちょっとの焼却なら大丈夫なはず」と思っている、煙や火は地域全体に影響を及ぼします。

火事やその他の被害が出てからでは取り返しがつきません。村全体の安心安全を考えた行動をお願いします。

小さな心がけが、大きな安全につながります。村全体で安全な環境を守りましょう。



にしむら たけし
 西村 剛
 消防士長

■二戸年金事務所 ☎ 0195-23-4111
 ■税務住民課国保住民係 ☎ 0195-43-3368
 年金生活者支援給付金制度のお知らせ

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。すでに給付金を受けている人は手続き不要ですが、本年度から対象になる人は、請求書の提出が必要です。

■対象となる人

○老齢基礎年金受給者で次の要件をすべて満たす人

- ① 65 歳以上
- ② 世帯員全員の村民税が非課税
- ③ 年金収入額とその他所得額の合計が約 90 万円以下

○障害基礎年金・遺族基礎年金受給者で、前年の所得額が約 479 万円以下の人

■請求手続き

○老齢基礎・障害基礎・遺族基礎年金を受給中の

新たに対象となる人には、日本年金機構からお知らせが届きます。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。

○これから年金を請求する人

年金の請求手続きと併せて、給付金の請求手続きをしてください。

※日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。金融機関の口座番号・暗証番号などを聞いたり、金銭を求めることはありません。

■お問い合わせ先

年金生活者支援給付金専用ダイヤル ☎ 0570-05-4092

■二戸税務署 ☎ 0195-23-2701
 年末調整事務に関する説明会のお知らせ

令和7年11月に年末調整事務に関する説明会（予約制）を開催いたします。日程等の詳細については、二戸税務署に確認ください。

■備考 お問い合わせの際は、音声案内で「2番」を選択してください。

盛岡地方・家庭裁判所二戸支部 ☎ 0195-23-2591
無料調停相談会のお知らせ

交通事故・土地建物・金銭・公害・金銭貸借・多重債務・近隣住民とのトラブル・離婚・親権・養育費・遺産相続・配偶者等の暴力などでお困りの方は、調停委員が調停手続きの利用について、ご相談に応じます。

■日時 令和7年11月29日（土）
10時～16時（15時30分受付終了）

■会場 二戸市農村勤労福祉センター（福岡字横丁24番地）

■問い合わせ 調停手続相談に関する旨をお伝えのうえ上記連絡先へお問合わせください。

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

9月19日金 2種類同時発売!

各1枚 300円

発売期間 9/19(金)～10/19(日)

公益財団法人岩手県市町村振興協会

人のうごき

- (令和7年9月1日現在)
- 人口 5,004人 (+3)
 - 男 2,395人 (+5)
 - 女 2,609人 (-2)
 - 世帯数 2,189世帯 (+13)
(カッコ内は前月比)
 - 転入 22人 (78人)
 - 転出 7人 (86人)
 - 出生 0人 (7人)
 - 死亡 13人 (80人)
(カッコ内は1月からの累計)

編集後記

9月は畜産まつりやふるさと創造館まつり、敬老会など盛りだくさんでした。そのため、編集にややてこずりました。今後はよりの確に素早く要点をまとめ、質を向上できたらと思います。
(波岡)

広報くのへ9月号のお詫びと訂正

9月3日発行の広報くのへ9月号10頁「伊保内高校ニュース」の記事において、掲載内容に誤りがありました。

【訂正内容】インターンシップ体験者氏名
関口 ^{みずき} 瑞希 さん

お名前を誤って掲載してしまった方とご家族並びに村民の皆さまにはご迷惑をおかけしましたこととお詫びするとともに訂正させていただきます。

10月のごみ収集スケジュール

収集区域	瀬月内・宇堂口 泥の木・平内 妻の神・館の下 戸田上・下山根・荒谷・ニツ家	鹿島 伊保内上・下川向・南田	小倉・大向・五枚橋 長興寺上・下荒田・雪屋・田代 柿の木・道地 江刺家上・下丸木橋・山屋・細屋
燃えるゴミ	毎週水曜日	毎週木曜日	毎週金曜日
ビン・金物	10月6日(月)	10月7日(火)	10月20日(月)
空き缶	10月21日(火)	10月27日(月)	10月28日(火)
粗大ごみ	10月14日(火)		
紙・プラ類	10月9日(木)	10月15日(水)	10月23日(木)

国立県営宮城障害者職業能力開発校 ☎ 022-233-3124
国立県営宮城障害者職業能力開発校
令和8年度受講生募集

■科名 ① Web デザイン科 ② OA ビジネス科
③総合実務科

■募集定員 ①・②：各10名 ③：20名

■訓練期間 令和8年4月9日（木）から
令和9年3月10日（水）まで

■募集期間 ①・②：令和7年10月7日（火）
から11月14日（金）まで
③：令和7年10月1日（水）から
11月6日（木）まで

■選考日 ①・②：令和7年12月5日（金）
③：令和7年11月21日（金）

■場所 宮城障害者職業能力開発校（仙台市青葉区台原5丁目15-1）

■対象 ①・②：身体・精神・その他の障害のある方（知的を除く）
③：療育手帳所持者

※「その他」とは、難病・高次脳機能障害などの診断を受けている方で、手帳をお持ちでない方も対象となります。

■その他 費用・応募方法など詳しくは、当校のホームページをご覧ください。

■問い合わせ
国立県営宮城障害者職業能力開発校
FAX：022-233-3125
E-mail：syokn@pref.miyagi.lg.jp



学校 HP

県北広域振興局二戸保健福祉環境センター ☎ 0195-23-9217
岩手県母子寡婦福祉連合会 ☎ 019-623-8539
ひとり親家庭等のための無料法律相談

■日時 令和7年10月31日（金）
10時～15時（要予約）

■場所 県北広域振興局 二戸保健福祉環境センター2階 保健福祉環境部 相談室

■対象 ひとり親家庭の方（母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦）他

■内容 離婚や、親権、養育費等について、弁護士による相談を行います。

■費用 無料

■申し込み・問い合わせ
県北広域振興局二戸保健福祉環境センターまたは（一社）岩手県母子寡婦福祉連合会

岩手県立二戸高等技術専門学校 ☎ 0195-23-2227
ハローワーク二戸 ☎ 0195-23-3341

簿記や事務処理技能を身につける
OA 経理科受講生募集

OA 経理科は簿記の基本的な作業と、パソコンを使った事務処理について基本的な技能を身につけ、事務および多様な職種における即戦力として就職を目指す3か月の職業訓練です。

■訓練期間 令和7年12月2日（火）～令和8年2月27日（金）9時～16時

■訓練場所 二戸地域職業訓練センター

■対象者（定員：15名）

- ・ハローワークに求職申込みをしている方
- ・ハローワークの受講指示、受講推薦または支援指示を受けられる見込みの方
- ・訓練終了後、3ヵ月以内に再就職する強い意志のある方

■受講料 無料。※教材費10,000円、訓練生総合保険料3,100円、資格取得経費（日本商工会議所簿記検定3級3,300円、ワープロ検定および表計算検定3級10,700円）（概算）任意受験

■募集期間 令和7年10月20日（月）～11月19日（水）※お住まいの地区のハローワークにお申込みください。

みちのりトラベル東北久慈支店 ☎ 0194-53-5756

水害から久慈市を守る滝ダムを
学ぶウォーキングイベント

県では、久慈市の河川敷をウォーキングし、滝ダムと久慈琥珀博物館を見学するイベントの参加者を募集します。

■日時 10月25日（土）9時30分～14時頃
二戸地区県合同庁舎に8時集合。バスで移動し解散は15時15分頃。

■定員 先着40名（参加費無料・要申込）

■持ち物 飲み物
※昼食は主催者が無料で提供。

■申し込み
令和7年10月19日（日）まで申し込みフォーム
で、電話（平日10時～17時
受付）または右記QRコードの
申込フォームからお申込みください。

■主催者
岩手県県北広域振興局土木部



申し込みフォーム



土木部 HP

くのへっ子

合唱コンクールで金賞・銀賞

おのであ
小野寺 環さん

なかの
中野 心愛さん

(10) (11)



副部長・部長を務めています！

九戸小学校に通う6年生の
おのであ
小野寺環さんと5年生の中野
このあ
心愛さん。

2人はカシオペア少年少女
合唱団コール・エスポワール
に所属し、小野寺さんが部長
を、中野さんが副部長を務め
ています。

先日行われた、第92回
NHK全国学校音楽コン
クール岩手県コンクールと第
77回全日本合唱コンクール岩
手県大会では、それぞれ銀賞・
金賞を受賞。大会を振り返っ
て小野寺さんは、「みんなと
歌う楽しさに、緊張も忘れて
しまった」と話し、中野さん
は、「来年のNHKコンクー
ルでは金賞をとりたい」と決
意をあらわにしていました。

九戸小学校の好きなところは？

小「思いやりがあるとところ」

中「あいさつが良いところ」

学校給食の魅力は？

小「野菜が美味しい」

中「果物が特に好き」

楽しみにしていることは？

小「本を買うこと」

中「学習発表会」

得意な科目は？

小「音楽。歌うのが楽しい」

中「図工。今はねんどで人のポー
ズを作っています」

家族に一言！

小「いつも送り迎えありがとう
う。お母さんも無理しないでが
んばってね」

中「習い事の送り迎え大変だと思
うけど、これからもお願いし
ます」