

広報くのへ  
vol.790 2024

1月号

KEEP IT SMILE!

# KUNOHE

村の日常をちょっとだけ楽しくする広報誌





2024年（令和6年）の年頭に  
あたりまして、皆様にご挨拶  
ごあいさつを申し上げます。

昨年は、コロナ禍も4年目という  
ことで、5月の連休明けから季節性  
インフルエンザ並みの扱いになりま  
したが、このウイルスとロシアによ  
るウクライナ侵攻などの影響や円安  
等もあり、食料、燃料を始め物価が  
高騰したままで、私たちの生活や産  
業活動に大きな足かせとなっており  
ます。そうした中、十分な対策をし  
た上で開催される行事が多くなり、  
だいぶ回復基調にはなつてまいりま  
したが、中々コロナ禍前と同じにと  
いうことにはなっておりません。

私は、そのコロナ禍が始まった令  
和2年4月に村長に就任いたしました。  
この3年8か月余りを振り返り  
ますと、まさに、そういう世界の激  
動の波に翻弄された村政運営の連続  
だったという思いを持っております。  
ところで、私が執務している部屋  
には、ある扁額が掛けられています。  
そして、それには「自我作古（われ

よりいにしえをなす）」と書かれてあ  
ります。この自我作古ですが、14世紀  
の中国、宋時代に書かれた歴史書「宋  
史」の中に出て来る箴言と言われ、「自  
ら新しい歴史を創り刻んでいくのだ」  
という気概と解釈できるようです。詩  
人・高村光太郎の「僕の前に道はない、  
僕の後ろに道は出来る」（詩集「道程」  
から）とも相通じるものを感じます。

今年は、皆様のお力添えをいただい  
て、自我作古の意味するところに少し  
でも近づけるよう、諸々の課題に対峙  
してまいりたいと、気持ちを新たにし  
ているところであります。

村民一人一人の暮らしに寄り添いな  
がら、一つ一つの課題に一所懸命に取  
り組んで行くことにより、村民が主役  
となれるような「魅力ある キュート  
ヴィレッジ 九戸村」創造につながる  
よう日々精進してまいります。

結びに、皆様のご健勝、ご多幸を祈  
念いたしまして、新年のあいさつとさ  
せていただきます。  
本年も何卒よろしくお願い申し上げ  
ます。

### 安心・安全で暮らしやすい村の実現へ

九戸村議会議長 桂川 俊明

新年おめでとうございます。

昨年を振り返りますと、ここ数年  
にわたる新型コロナウイルス感染症  
との戦い、加えてウクライナ情勢に  
伴う燃油・原材料価格の高騰、夏場  
の猛暑など、生活に直接影響する出  
来事が重なり、村民の皆様にとりま  
しても大変ご苦労の多い一年だった  
のではないのでしょうか。社会・経済  
情勢が目まぐるしく変化する中で、  
今後とも村民生活の安定を図ること  
が求められます。

村議会におきましては、昨年六月  
に改選が行われ、村民の皆様の負託  
を受けた12人の議員による新たな体  
制の下で議会活動を始動いたしました。  
議員一同、村民の皆さまのご期  
待に応えるべく決意を新たにしたと  
ころでございます。

さて、本村は人口減少、少子・高



齢化の進展など、諸課題が山積して  
おります。村議会としても、地域の  
活力を再生し、安心・安全で暮らし  
やすい九戸村の実現に努力するとと  
もに、議会の果たすべき役割と責任  
を自覚し、村民の皆様のご生活・福祉  
の向上を目指し、行政と互いに知恵  
を出し合いながら、様々な課題に取  
り組んで参る所存であります。これ  
まで以上のご支援ご指導を賜ります  
ようお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様にとりまして、  
幸多き一年となりますことをご祈念  
申し上げます、新年のごあいさつ  
といたします。

### 「学びの先にあるもの」

九戸村教育長 高橋 良一

新年明けましておめでとうございます。

また、日頃から当教育委員会に対  
しまして多大なるご支援ご理解を賜  
り衷心より御礼申し上げます。

昨年十二月の歳末チャリティー演  
芸会で「岸壁の母」を拝見しまし  
た。二葉百合子の歌にあわせた情感  
あふれる演技に会場から喝采の大拍  
手。子どもにチャンネル権のなかつ  
た頃、親が見ていた懐メロ番組ばか  
り見て育った自分は、今でも懐メロ  
に愛着と懐かしさを覚えます。出征  
する息子への母の哀切の姿に、見て  
いた自分にも熱い思いがこみあげて  
きました。

当時の日本の母たちの願いは、時  
代は変われど現在の戦禍にある世界  
の親の願いです。  
国連も二度の大戦への反省と平和



の希求から誕生したにもかかわら  
ず、本意も忘れ去られたかのよう  
です。今だからこそ我々もただ感情や  
周囲に流されるのではなく、過去の  
歴史に学び共生や平和を求める叡智  
を考えていかねばなりません。そし  
て、「学び」こそがその基礎になる  
と考えます。

九戸村の児童生徒はもろろんのこ  
と、村民すべての皆様が多額の「新  
たな学び」の機会を通じて、実り多  
い年を迎えられ、少しでも平和な世  
の礎になれますようご祈念し、新  
年のあいさつといたします。

# 第29回九戸村健康福祉大会

11月19日、HOZホール（村公民館）で第29回九戸村健康福祉大会が開催されました。良い食習慣や生活習慣予防、むし歯予防そして、助け合いの精神を学ぶべくたくさんの村民が会場に足を運びました。会ではシルリハ体操や、劇団「友蔵と仲間たち」による演劇『特殊詐欺から友蔵を守れ』が披露されたほか、各種表彰が行われましたので受賞者を下記に紹介します。



1 むし歯の児童表彰の様子 2 シルリハ体操 3 演劇 4～6 会の前後には健康相談ブースや、展示ブースが設置されました

## 表彰

- 【実行委員会会長表彰】
- むし歯のない児童（保育園及び幼稚園の年長児、小学校6年生）
  - ▽ 戸田保育園 山本雪斗
  - ▽ 伊保内保育園 谷地ひなの、岩部慎士、高倉侑生、田口楓梨、本地美羽、林下ゆうな、小笠原圭志
  - ▽ ひめほたるこども園 大崎葵彩、田澤昊真、古館空樹、栗谷川旺佑、大崎昊空、滝谷仁望
  - ▽ 戸田小学校 押切こころ、齊藤那音、篠山乃愛、番澤薫子、觸澤志奏、山下ひな子
  - ▽ 山根小学校 久保田泰成、山本蒼大、釜石乃壘
  - ▽ 伊保内小学校 斉藤真那、尾友蘭、小笠原健太、佐藤仁、渡袖月、安堵城菜葉、野中陽翔、小笠原沙唯
- ▽ 長興寺小学校 山谷徠斗、大久保昊毅、山下海音、山下優斗、植野暁翔、玉澤心彩
- ▽ 江刺家小学校 細川奈吾、大崎涼太、細川亜沙、小笠原光汰、七戸誠来斗、野辺地敦美
- 献血協力者（かつこ内は回数）
- 上村隆巳（100回）、柳平善行（70回）、佐藤快威（50回）
- 永年勤続食生活改善推進委員
- 高島イト、松澤トミ、関端研吾
- 福祉事業功労者感謝状
- ・ 九戸村舞踊研究会
  - ・ 公益財団法人ファイナンシャルアドバイザー協会岩手県協会
- 【社会福祉法人岩手県共同募金会 会長感謝状の伝達】
- ・ ひめほたるの里おりつめ工房
  - ・ 特定非営利活動法人カントリーハウス愛住
  - ・ 有限会社エムコンズ（敬称略）

## 財産区管理委員選挙 新たに21人の当選者が決定

任期満了に伴い行われた戸田、伊保内、江刺家の財産区管理委員会管理委員選挙の当選者が決定し、11月27日に当選証書が交付されました。令和5年12月1日から令和9年11月30日まで委員を務める皆さんを紹介します。（敬称略・届出順）

### 戸田財産区

氏名	行政区	写真	役職
桂川 久二男	瀬月内	前列右3	副会長
馬場 俊満	戸田館の下	後列右1	
向川 新一	妻の神	前列右1	
立岡 幸雄	戸田下	前列右4	
小笠原 耕悦	泥の木	前列右2	会長
本地 善也	平内	後列右3	
田村 誠	宇堂口	後列中	



### 伊保内財産区

氏名	行政区	写真	役職
佐々木 秀男	伊保内下	後列右1	
中野 政一	川向	前列右3	副会長
関口 昇	鹿島	後列中	
長者森 勝弘	南田	後列右3	
榎本 和夫	伊保内下	前列右2	会長
工藤 裕一	伊保内下	前列右1	
久保 広栄	二ツ家	前列右4	



### 江刺家財産区

氏名	行政区	写真	役職
道地 勇	道地	前列右2	会長
林 光雄	細屋	前列右1	
漆原 賢治	山屋	後列右1	
間木内 勝男	柿の木	前列右3	
上 柿 二三男	江刺家上	前列右4	副会長
館口 政悦	江刺家下	後列中	
小井田 重雄	田代	後列右3	



## 「税についての作文」表彰 九戸中学校生徒6名が受賞

12月15日、中学生の「税 についての作文」の岩手県納税貯蓄組合連合会会長賞 した。」と話しました。

- の伝達式と、九戸村納税貯蓄組合連合会会長賞の表彰式が九戸中学校で行われました。
- 岩手県納税貯蓄組合連合会会長賞を受賞した小野寺結菜さん（3年）は「税について正しい知識を勉強し
- 県納税組合連合会会長賞 小野寺結菜さん（3年）
  - 村納税組合連合会会長賞 坂本 桜凜さん（3年）
  - 向井 理桜さん（3年）
  - 金好 葵さん（3年）
  - 櫻庭 里緋さん（3年）
  - 柳平 遥妃さん（3年）



村納税貯蓄組合連合会会長 藤館卓弘さんと受賞生徒たち（順番は右記のとおり）

### 九戸村初の優秀賞を受賞 いわてフラワーコンテスト

12月11日、JAいわて され、見事、優秀賞（特別花巻総合営農拠点センター 賞・農林水産省東北農政局でいわて花き生産者のつど 長賞）を獲得しました。いが開催されました。会では、いわてフラワーコンテスト2023の表彰式が行われ、中橋順子さんが「二輪菊 紅姫」を出品し、咲揃いの良さや草姿が評価

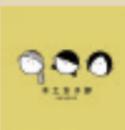


表彰状を手にする中橋さん

### 今年も寒空を彩る 村国際交流協会クリスマスツリー点灯式



12月1日、村役場庁舎前で村国際交流協会クリスマスツリー点灯式が行われ、集まった子どもたちの手によつてツリーが点灯されました。村国際交流協会の中村富美子会長は「コロナ禍で事業が出来ない時に、村の人たちに素敵な空間を提供したいと思い、始めたこの企画も3回目を迎えました。これからはこの企画も続けながら、いろいろな国際交流事業を展開していく予定です」と話しました。



### KUNOHE 木工女子部 村内保育園に木のおもちゃを寄贈

12月18日、KUNOHE 木工女子部がひめぼた子ども園、伊保内保育園、戸田保育園へ木のおもちゃを寄贈しました。木工女子部は、村内の木を使い製品を作っている団体です。今回の寄贈は、村内在住の川畑友和さんが発案・出資しました。川畑さんは、「協力隊上野野早紀さんの活動をテレビで知り、遠くから村へ来て頑張っている若者を応援したいと思いました。保育園への製品の寄贈が木工部のPRに繋がれば良いなと考えました」と話しました。

クラウドファンディング実施中  
上野さんは、協力隊卒業後も村の森林整備を続けるために資金を集めています。  
1/26まで



今回寄贈したおもちゃ



うんこつみき



クリスマスツリー



上野さんがおもちゃについて説明する様子(子どもたちがおもちゃで遊ぶ様子)



### 伊保内1区が見事優勝 第58回村民体育大会綱引競技

11月26日、村体育センターで第58回村民体育大会綱引競技が行われました。今年男女混合で実施された本競技には、伊保内地区から2チーム、戸田地区から2チーム、計4チームが参加しました。全チーム総当たりの予選リーグでは伊保内1区が全勝で決勝トーナメントに進

競技結果

1位	伊保内1区
2位	戸田1区
3位	伊保内2区
4位	戸田2区



優勝した伊保内1区のメンバー

### 今月のご長寿のお祝い

祝九十九歳  
よしお 小笠原 由雄 さん  
大正13年11月29日生まれ  
男性の長寿祝いは今年度初。戦争時代を生き抜いた強さを感じられました。このたびは、おめでとうございます。



祝九十九歳  
小笠原 由雄 さん  
大正13年11月29日生まれ  
男性の長寿祝いは今年度初。戦争時代を生き抜いた強さを感じられました。このたびは、おめでとうございます。

祝九十九歳  
欠端 キヨノ さん  
大正13年11月30日生まれ  
この夏も畑に出ていたというキヨノさん。開墾時代の話もたくさん聞かせてくれました。このたびは、おめでとうございます。

# 丸戸村 地域おこし協力隊 活動録 No.9

## 養蜂についてイチから学ぶ

2023年1月に着任してから1年経ちました。現在はなかいち養蜂園にて、ミツバチの世話・採蜜など養蜂の一連の作業を学んでいるところです。

業務はミツバチの世話だけでなく、クマ対策のために養蜂園内のこまめな刈払いや、天敵であるスズメバチ対策の作業もあります。思っていたより重労働ですが、体を動かし自然と触れ合うことが何より楽しいです。

また、去年はさまざまなイベントに参加してハチミツを販売しました。お客様に美味しい!とっていただき嬉しかったです。

今後の目標として、耕作放棄地が増えていく丸戸村で、年々減少していく蜜源植物(ミツバチのエサになる植物)を再生することができたらいいなと思っています。

養蜂は気候に左右されるため、これという正解がなく、とてもやりがいを感じています。



①巣箱を開けミツバチの様子を確認する小島さん  
②作業中、小島さんに群がるミツバチたち



任期2年目  
小島 美希

こしま・みき | 1990年、丸戸村生まれ。旅先で出会った蜂蜜の美味しさに感動を受け、養蜂に興味を持つ。丸戸村でも養蜂ができるのではないかと思っていたところ、地域おこし協力隊で養蜂分野の募集をしていることを知り、意を決してUターン。現在に至る。



なかいち養蜂園のハチミツや、蜜蝋を使用したキャンドルは、オドデ館・なかいち本店で販売中です

## 養蜂の魅力を伝えたい

今年からはミツバチに関するワークショップの開催や、ハチミツ・蜜蝋を使用した商品開発にも力を入れていきたいです。

村内外の方へ養蜂の魅力を伝え、少しでも興味を持っていただけたら嬉しいです。



1\_ 戸田保育園発表会の様子 2~6\_ 伊保内保育園発表会の様子 7\_ 歳末チャリティー演芸会で「三陸漁港」を披露する伊保内婦人会・下川原光江さん 8\_ 同じく「むらさき雨情」を披露する戸田婦人会の方々 9\_ 同じく「靖国の母」を披露する山根婦人会・和蛇田ツナ子さん

# 12月 フォトレポート

12月のイベントを写真でお届けします



低体温の人が増えていきます！

# 体力を上げて免疫カアツプ

皆さんは自分の平熱を知っていますか？人間の適正体温は平均的に36・5度です。近年、日本人の平熱は低下傾向にあります。体内で熱を生産するのは内臓と筋肉ですが、体を動かさない生活によって筋肉量が減ったことや、極端なダイエット、冷暖房の普及による体温調節機能の低下が、体温の低下を招いていると考えられます。

■体温が1度下がると免疫力は30%低くなる

血液の中には、免疫機能を持つ白血球が存在し、体内の異物を点検しています。体温が下がると血流が悪くなり、体内に異物を発見しても白血球を集められず、ウイルスや細菌に負けて発病しやすくなります。それだけでなく、痩せにくい体質になったり、がんなどの病気を引き起こすこともあります。

■中と外から、体を温めよう

- ① 1日30分歩こう  
人間の筋肉の7割は下半身にあるので、歩くことで効率よく筋肉を鍛えることができます。
- ② 毎日お風呂に浸かろう  
湯船に10分浸かれば、体温は約1度上がります。シャワーは体の表面しか温めることができません。
- ③ 起床時・就寝前に白湯を飲もう  
朝は1日の中で最も体温が低いので、50度前後の白湯を飲むことで体が中から温まります。
- ④ カイロや衣類で寒さから身を守ろう  
靴下やタイツ、保温効果のある肌着で体を冷やさないようにしましょう。特に3つの首（首、手首、足首）には太い血管があるので冷やさないようにしましょう。お腹の冷えにも要注意です！

## 健康寿命をのばすフレイル予防

フレイルとは、生活する上で不自由はないものの、心身が弱っていて介護が必要になる危険性が高い状態を指します。介護が必要になると、自立した状態に戻るのなかなか難しいですが、その前の段階のフレイルは、予防・回復が可能です。

### 1. フレイルを予防する食事

#### ① 3食欠かさない

食事を抜くことは、1日に必要な栄養素が足りなくなる原因となります。食事の時間を決めて、一日3食規則正しい食生活を送りましょう。

#### ② 肉か魚を1日2品、卵か豆腐を1日1品

肉、魚、卵、豆腐（大豆製品）には、筋肉量の維持に必要なたんぱく質が多く含まれています。たんぱく質は高齢期では特に不足しやすいので、十分にとりましょう。

#### ③ 牛乳やヨーグルトを1日コップ1杯程度

乳製品にはカルシウムやたんぱく質が多く含まれ、骨の健康や筋肉量の維持に有効です。高齢期は骨密度や筋力が低下しやすく、骨折や転倒のリスクが高まります。

#### Point

- ・食欲がない時は、間食で栄養補給。乳製品や総菜パン、具の入ったおにぎり、栄養補助食品なども上手に活用しましょう。
- ・小さく切る、薄くスライスする、とろみをつけるなど、噛みやすい・飲み込みやすい調理を工夫しましょう。

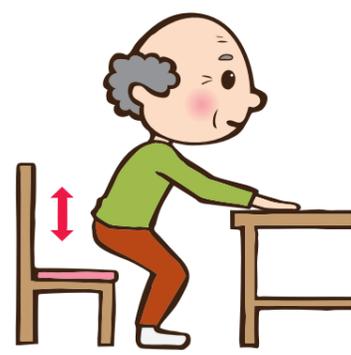
### 2. フレイルを予防する運動

加齢に伴って筋力は衰える傾向にありますが、運動機能の低下を防ぐには筋力トレーニングが最も有効とされています。特に冬の間は、ウォーキングなどの有酸素運動より、自宅内での筋力トレーニングの方が安全かつ効果的です。どちらの運動も、4秒かけてゆっくり行い、4秒かけてゆっくり戻しましょう。1日3セット程度行くと良いでしょう。

① ふくらはぎの筋トレ  
(1セット10回)



② イス・スクワット  
(1セット5〜6回)



#### 休日当番医 (9:00~17:00)

1/7	小野寺内科医院	☎ 33-2505
1/8	よこもり眼科クリニック	☎ 22-2230
1/14	千葉耳鼻咽喉科医院	☎ 26-8133
1/21	かわさきクリニック	☎ 26-9900
1/28	おりそ内科循環器クリニック	☎ 22-2251

#### 休日当番歯科医 (9:00~12:00)

1/7	ますだ歯科クリニック	☎ 26-8282
1/8	窪島歯科医院	☎ 23-2425
1/14	ぼっぼ歯科クリニック	☎ 31-1182
1/21	國香歯科医院 (石切所)	☎ 23-2764
1/28	森川歯科医院	☎ 23-6361
2/4	こしみず歯科クリニック	☎ 33-4618
2/11	沢藤歯科医院	☎ 25-4002

## 女性教室 12月講座「音楽鑑賞」

12月13日、HOZホール2階の開発ホールにおいて「ちょっと早いクリスマスコンサート」と題してピアノコンサートを行いました。講師は、二戸市在住の金子容<sup>はる</sup>み氏です。ドイツで磨かれた技法と金子氏の感性が融合されたピアノの音色に参加者は魅了されました。モーツァルトの『ピアノソナタ ハ長調』、ショパンの『幻想即興曲』など8曲にアンコール曲『星に願いを』を演奏され、素敵な1時間をプレゼントしていただきました。



演奏の合間に楽曲のお話、作曲家やドイツのお話などを楽しく聞かせていただきました。



## 創作ラーニング 「かんなくずフラワーアート教室」

11月30日、村山村開発センターにて創作ラーニング「かんなくずフラワーアート教室」が開催されました。この日は葛巻町より眞下<sup>よしひろ</sup>裕さんを講師としてお招きし、かんなくずを利用したバラ作りに挑戦しました。かんなくずから一枚一枚花びらを切り出す、花の形になるように花びらを接着していくという単純に見える作業が、かんなくずの性質上とても難しかったようで、参加者の皆さんは四苦八苦していました。時に和気あいあいと、時に集中して無言になりながら作業を進め、三時間があっという間に過ぎていました。参加者からは「とても難しく、時間が足りなかった」という意見と共に、「リベンジしたい、またやりたい」という感想もいただきました。



教室の様子

## 創作ラーニング 「そばかけ教室」

12月12日、ふるさと創造館にてクッキングラーニング「そばかけ教室」が開催されました。参加者はふるさと創造館の懐かしい雰囲気の中、講師の柳下アイ子さん、地域おこし協力隊の佐藤<sup>かい</sup>快威さんからそばかけの作り方やルーツについて丁寧に教えていただきました。粉を混ぜる、まとめる、伸ばすなど一から作りはじめ、最後はかけの名前の由来のひとつとされる角形に切って完成。その後は自分たちの作ったそばかけを試食し、大変満足されていました。いつもはスーパーで買って食べているかけですが、自分で一から作る体験はとても貴重なものとなったようです。参加者からは「匠の技を参考に家でもやってみよう」と感想をいただきました。



「水回し」の作業の様子

「つのはし」の作業の様子

「手作りかけ」を食す参加者たち



おすすめ

### ■ 血流がすべて解決する

堀江 昭佳 著 (サンマーク出版)

朝起きた瞬間から疲れているのも、昼だるくてやる気が出ないのも、夜眠れなくてイライラするのも、心と体の不調は「血流」が原因だった。

「血液サラサラ」ではなく「血流たっぷり」をめざしなさい。(本文より)

おすすめ

### ■ 100年足腰

巽 一郎 著 (サンマーク出版)

100年でも元気に長持ちする、からだと心を作りましょう。

からだに備わる修復力で、人は本来、死ぬまで元気に歩ける。1万人超の「足腰」を見てきたスーパードクターの話。

THEME

寒くなり、体を動かすことが少なくなると、みんなの皆さんに「そんな皆さんにオススメの本！」



図書だより

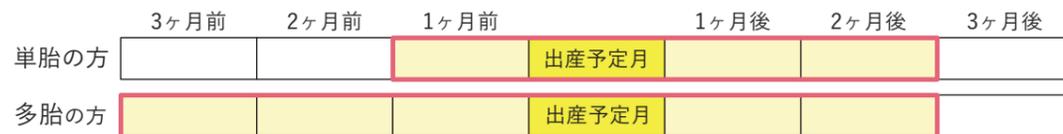
# 産前産後期間相当分(4ヶ月分)の国民健康保険税が免除されます！

## 対象となる方・受付期間

- 令和5年11月1日以降に出産予定の国民健康保険被保険者の方が対象です。  
妊娠85日(4ヶ月)以上の出産が対象です(死産、流産、早産及び人工妊娠中絶の場合も含まれます)。
- 出産予定日の6ヶ月前から届出ができます。出産後の届出も可能です。

## 国民健康保険料の免除方法

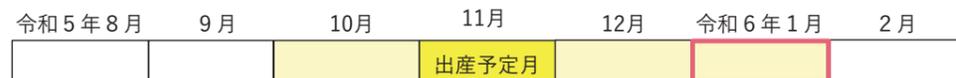
- その年度に納める保険税の所得割額と均等割額から、**出産予定月(又は出産月)の前月から出産予定月(又は出産月)の翌々月(以下「産前産後期間」といいます。)**相当分が減額されます。



※産前産後期間相当分の所得割保険税と均等割保険税が年額から減額されます。産前産後期間の保険税が0になるとは限りません。

※多胎妊娠の場合は出産予定月(又は出産月)の3ヶ月前から6ヶ月相当分が減額されます。

- 令和5年度においては、**産前産後期間のうち令和6年1月以降の期間の分だけ、保険税が減額されます。**



※令和5年11月に出生した場合、令和6年1月相当分の保険税が減額されます。令和6年1月より前の期間については減額の対象とはなりません。

...対象期間

- 保険税が減額された場合、払いすぎになった保険税は還付されます。

## 届出に必要な書類

- ① 届出書
- ② 母子健康手帳など

※出産後に届出を行う場合、親子関係を明らかにする書類が必要です。

## お問い合わせ先

九戸村税務住民課税務徴収係 TEL0195-42-2111 内線222



# 九戸村情報配信サービスを提供しています

村では情報伝達手段の多重化のため、村公式LINEを開設し、九戸村情報配信サービスを使用しています。現在は大きく分けて2つの内容を配信しています。

### ①防災無線の放送内容

登録カテゴリに合致する放送に限定して受信することが可能。村役場からの情報のほか、二戸消防署九戸分署の放送内容も含む。※火災等の緊急配信には現在のところ非対応。

### ②ホームページ記事掲載のお知らせ

事業のお知らせやイベント告知など、役場が特に見て頂きたい記事を配信。登録情報にかかわらずすべての登録者に配信。

どなたでも登録すれば自動的に新しいお知らせを受け取ることができますので、ぜひご登録下さい。ご自身でLINEを利用できる方であれば、新たな登録費用はかかりません。

## 登録方法

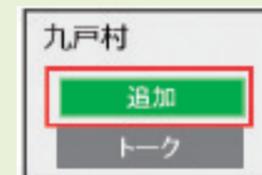
### ステップ1

LINEをインストールしてあるスマートフォンで、右のQRコードを読み取ります。



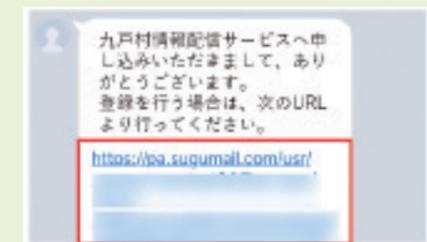
### ステップ2

画面に従ってLINE友だち登録



### ステップ3

送られたメッセージのURLから配信カテゴリと登録情報を設定



### ステップ4

自動で通知が届くようになります

## <注意事項>

自動配信のため、個別にメッセージを送っても対応はできません。

配信を変更や停止したい場合は任意のメッセージを送ると案内メッセージが届きます。スマートフォンやLINEの操作に不安があるときは、地域おこし協力隊が開催しているスマホ講習会でも相談を受け付けています。

<1月のスマホ講習会開催予定> 10日(水)、17日(水)、22日(月)、31日(水)  
各日とも午前9時30分～11時30分(途中参加、途中退出可)  
会場: はずの家 参加費: 無料 申込: 不要 お問い合わせ先: はずの家 ☎0195-26-8333

■教育委員会事務局教育総務係 ☎42-2111 (内線 333)

👤 村立小学校入学予定者のお知らせ

【小学校別入学予定者数】

- 伊保内小学校 11名
- 長興寺小学校 7名
- 戸田小学校 3名
- 山根小学校 1名
- 江刺家小学校 4名 合計 26名

入学予定者は令和6年4月1日時点で満6歳の児童で、令和5年12月12日時点の人数です。

次の事項に該当する場合は、上記へお問い合わせください。

- 入学予定者の住所異動が今年3月までにある。
- 入学に関して確認したいこと、相談したいことがある。

■教育委員会事務局教育総務係 ☎42-2111 (内線 333)

👤 村育英奨学生のお知らせ

村では令和6年度の育英奨学生を募集します。

■応募資格

村内に住所を有する保護者の子どもで、高等学校、大学などの入学や進級するための学費などの支払いに、奨学金がなければ就学困難な人

■申込期限

令和6年3月29日(金)まで

※申込用紙は村教育委員会で配布しています。

【奨学金の月額】

- ① 高等学校など 15,000円以内
- ② 高等専門学校など 30,000円以内
- ③ 大学など 40,000円以内

■免除特例

令和2年度以降に伊保内高校を卒業した者に限り、同校在学のための奨学金の2分1を免除できます。

■申込み・問い合わせ

村教育委員会事務局教育総務係

☎42-2111 (内線 333)

■二戸消防署九戸分署 ☎0195-42-3119

🚒 雪による事故に注意し安全に過ごそう

冬は、除雪作業中の事故が多く発生しており、多雪の年には、年間100人以上が事故により亡くなる深刻な被害となっています。



こぶね つかさ  
副分署長

●除雪作業中事故防止のポイント

- ・作業は家族、近所にも声をかけて2人以上で！
- ・建物のまわりに雪を残して雪下ろしをする！
- ・屋根の雪がゆるむため、晴れの日ほど要注意！
- ・はしごは固定すること！
- ・除雪機の雪詰まりを取り除くときはエンジンを切ってから！
- ・低い屋根でも油断しない！
- ・作業開始直後と疲れたころは特に慎重に！
- ・面倒でも命綱とヘルメットを着用！
- ・除雪機などの用具はこまめに手入れ、点検を！
- ・作業のときには携帯電話を持って行く！

※除雪機に巻き込まれたことによる死亡、重傷事故は毎年発生しています。周囲の状況に十分注意し、デッドマンクラッチ機構（手を離すと自動的に除雪機が止まる装置）などの安全機能を正しく理解し、安全に除雪作業が行えるようにしましょう。

●車内での一酸化炭素中毒に注意

車のスリップや立往生で車内にとどまる際にエンジンをかけ続けると、車内の一酸化炭素濃度が上昇し、一酸化炭素中毒になってしまう危険性があります。これはマフラーから出た排気ガスがエアコンの外気の導入口などから車内に入ることによって引き起こされるものです。

一酸化炭素中毒を防止するのに最も重要なのが、マフラーの周辺を定期的に除雪することです。JAFによるテストでは、車がボンネットの上まで雪が埋まった状態でエンジンをかけても、マフラー周辺を除雪していた場合は車内の一酸化炭素濃度はほとんど上がらなかったという結果が出ています。いざというときは、マフラー周辺をこまめに除雪するというのを覚えておきましょう。

■産業振興課林業振興係 42-2111 (内線 242)

🌲 「木の駅」冬期間の営業についてのお知らせ

豊かで美しい森林づくりを推進することを目的とし、村民が森林を整備する際に発生する丸太を買い取り、公共施設の木質バイオマスエネルギーとして活用する仕組みとして「木の駅」を運営しています。令和5年5月から丸太の買取を実施しており、11月末現在で、約100m<sup>3</sup>を受入れ、薪燃料として活用しています。令和5年12月までの丸太受入を予定していましたが、実験的に冬期間も受入を実施します。

営業日 (営業時間 10時～15時)

- 令和6年1月28日(日) ●1/26までに要予約 ※出荷の予定がある方は、事前に予約をお願いします。
- 2月25日(日) ●2/22までに要予約 ※予約が無い場合は営業しません。
- 3月24日(日) ●3/22までに要予約

予約先

九戸村役場2階 産業振興課 林業振興係 ☎42-2111(内線 242)

会員の募集について

木の駅に丸太を出荷するには、事前に会員登録が必要です。

役場産業振興課に申請書がありますので、ご興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。

【会員の要件】

- ・村民又は村内に山林を所有する方
- ・木の駅運用規則を遵守すること

※運用規則は村ホームページ又は役場窓口にて

【丸太の受入規格】

- ・長さ：1m
- ・末口径（細い方の直径）：5cm～25cm

【買取単価】※1m<sup>3</sup>当たり

- ・針葉樹：6,000円 (スギ、カラマツ、アカマツ等)
- ・広葉樹：7,000円 (ナラ類)
- ・その他雑木：5,000円 (上記以外)



🎬 映画「青春ドデン」上映会、各地で大好評

九戸村と伊保内高校が舞台の自主映画「青春ドデン」の上映会が11月10日から12月3日にかけて、九戸村、二戸市、盛岡市、東京都内、仙台市でのべ8回開催され、のべ1千5百名の来場者からは大変好評をいただきました。特に、東京・仙台会場では、九戸村出身や伊保内高校卒業の多くの皆様にもご来場いただき、「なつかしい風景や知っている人が出演して楽しかった。」と喜んでいただきました。



おでつてホール舞台挨拶

県民会館舞台挨拶

ブルーレイディスク予約受付中

ブルーレイ(税込2,000円)は1月20日までに、次のいずれかで予約が出来ます。

- まちの駅まざね館
- 九戸村通販サイト「きゅーと便」

(※売上は映画製作・上映費用に充てられます。)

■ 税務住民課税務徴収係 ☎ 42-2111 (内線 223)

**償却資産所有者は必ず申告しましょう！**

償却資産の所有者は、1月1日（賦課期日）現在における償却資産の所有状況について、1月31日（水）までに税務住民課へ申告してください。

過去に申告している方は償却資産申告書を送付しておりますのでそちらをご利用ください。初めて申告される方、お手元に償却資産申請書のない方は税務住民課へお問い合わせください。

※償却資産の所有者には法令により申告する義務があり、未申告には過料が科せられます。また、虚偽申告には懲役または罰金が科せられます。

償却資産とは、土地や家屋以外の事業用資産です。会社や個人が事業のために所有している構築物、機械、器具、備品などが申告の対象となります。（自動車、軽自動車は除く。）

**【償却資産の対象物の例】**

建築物	塗装路面、外構工事、内部造作 など
機械及び装置	各種製造設備等の機械及び装置、太陽光発電設備 など
船舶	ボート、漁船、遊覧船 など
航空機	飛行機、ヘリコプター、グライダー など
車両運搬器具	大型フォークリフト、クレーン車、ブルドーザー など
工具、器具及び備品	パソコン、コピー機、ルームエアコン、応接セット、レジスター、商品陳列ケース、自動販売機 など

**人のうごき**

(令和5年12月1日現在)

- 人口 5,251人 (-4)
- 男 2,508人 (-1)
- 女 2,743人 (-3)
- 世帯数 2,210世帯 (+4)

(カッコ内は前月比)

- 転入 9人 (85人)
- 転出 6人 (98人)
- 出生 0人 (7人)
- 死亡 7人 (102人)

(カッコ内は1月からの累計)



**日 月 火 水 木 金 土**

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	2/1	2	3
4	5	6	7	8	9	10

今月のゴミ収集スケジュール

🗑️ …燃えるゴミ
🚫 …燃えないゴミ
📄 …紙類・プラスチック類
🏠 …粗大ゴミ

- …瀬月内、宇堂口、泥ノ木、平内、妻の神、戸田上・下、館の下、山根、荒谷、ニツ家
- …鹿島、伊保内上・下、川向、南田
- …小倉、長興寺上・下、大向、五枚橋、荒田、雪屋、田代、柿の木、江刺家上・下、道地、丸木橋、山屋、細谷

■ 税務住民課国保住民係 ☎ 42-2111 (内線 211)

**マイナンバーカードが健康保険証として利用できます**

令和6年秋からマイナンバーカードの保険証に移行されます。すでにマイナンバーカードをお持ちの方は、保険証の利用登録をしていただくことで健康保険証として利用できます。

保険証の利用登録がお済の方は、医療機関や薬局の受付でマイナンバーカードをカードリーダーにかざすことで、顔認証によりオンラインで医療保険資格が確認できるようになります。

また、マイナンバーカード交付時に定めた4桁の暗証番号を入力することで、医療機関に服薬情報などを提供することができます。

※国保の健康保険証は、令和6年度までは今までどおり発行され、短期証を除き1年間有効となります。

※マイナ保険証への移行時にマイナンバーカードをお持ちでない方には、資格確認書が交付されます。

※保険者への加入、喪失の届出は引き続き、必要となります。

**【健康保険証として利用登録するには】**

マイナポータルからの事前登録が必要です。

保険証の利用登録は、役場税務住民課や一部の医療機関の窓口等で行えます。

※登録には、「マイナンバーカード」と「マイナンバーカード交付時の4桁の暗証番号」が必要です。

**【顔認証マイナンバーカード制度】**

令和5年12月より顔認証マイナンバーカードがスタートしました。

顔認証マイナンバーカードは、暗証番号の設定や管理に不安のある方が、安心してカードを取得し、健康保険証や本人確認書類として利用できるカードです。

顔認証マイナンバーカードを新たに取得する方、顔認証マイナンバーカードへの設定切り替えをする方は、役場税務住民課でお手続きをお願いします。

■ 二戸警察署九戸駐在所 ☎ 0195-42-2210

**110番通報の適切な利用を**

■ 110番は、事件や事故で、警察官に来てほしいときのための緊急電話です。

■ 110番をかけるときのポイント

次のことを慌てずに落ち着いて話してください。

- ①何があった「けんか」、「事故」など
- ②いつごろ「たった今」、「5分位前」など
- ③どこで「住所」、「店の名前」など
- ④今、どうなっているか「けが人」、「救急車の手配」など
- ⑤犯人について「いる・逃げた」、「服装」など
- ⑥通報した人について「住所」、「名前」など

■ 110番の誤発信が急増中です

ポケットやバックにしまったスマートフォンから持ち主が知らないうちに110番に発信される事があります。警察本部から折り返しの電話が入るので無視したり、すぐに切らずに「間違い」を伝えてください。

■ 二戸年金事務所 ☎ 0195-23-4111  
■ 税務住民課国保住民係 ☎ 0195-42-2111

**公的年金等の源泉徴収票が送付されます**

令和5年分の公的年金等の源泉徴収票が令和6年1月中旬から発送されますので、確定申告へご使用ください。公的年金から源泉徴収された所得税は、他の所得と合わせて確定申告することにより、本来支払うべき所得税から差し引かれたり、還付されたりする場合がありますので、なくさないよう大切に保管してください。なお、紛失された場合、ねんきんダイヤル(0570-05-1165)もしくは「ねんきんネット」から再交付の申し込みが可能です。お急ぎの場合は、ご予約のうえ、二戸年金事務所の窓口でお手続きください。

○ 予約受付専用電話 0570-05-4890

# くのへっ子

習い事を頑張っています！

夏井 なつい 香楓 このか さん (9)



スキーやかんじき体験の授業も楽しみです！

戸田小学校に通う小学3年生の香楓さん。

ピアノ、習字、バレエボールと3つの習い事に励んでいます。「ピアノと習字は週1日、バレエボールは週3日練習があります。」ピアノ教室は2歳から通い始め、4歳の頃から本格的に弾き始めたそう。「習字とバレエボールは小学生になってから自分でやりたいと思って始めました。ピアノ教室へ入ったきっかけは2歳なので覚えていません（笑）楽しく続けています！」3学期の目標は、たくさん勉強し、気遣いのできる人になることです。「下級生のお世話ができる優しい4年生になりたいです！」

村の好きなところは？

緑や自然がたくさんあるところ  
です。

好きな季節は？

秋。紅葉がきれいです。

得意な科目は？

算数です。

2学期中に頑張ったことは？

体育の走り高跳びです。

自分の好きなところは？

優しいところです。

将来の夢は？

看護師です。

冬休みに楽しみなことは？

スキー場へ行くことです。

学校の良いところは？

みんなが優しいところです。

家族に一言！

いつも色々な事を教えてくれて  
ありがとうございます！