

～ふるさとの魅力とあなたの笑顔が輝く情報誌～

広報 田野畑

Tanohata Village Public Relations Magazine

3

March.2023

広報たのはた No.672

火災から 守る命

Protect your life
from fire

十人十色
熊谷 陸斗君

がんばってます
田野畑中3年の皆さん

わが家のアイドル
中川 智瑛ちゃん

今月の表紙

3月1日から7日まで、春の全国火災予防運動が実施されます。消防田野畑分署では、さまざまな火災に対応するために日々、訓練を行っています（関連記事は2～9ページ）。

火災。それはときに 命を奪う恐ろしい災害

火災。それは住民の貴重な財産を奪い、ときに尊い命をも奪い去る火による災害のことをいいます。令和3年中の全国の火災による死者は1,417人。負傷者は5,433人で、年間1千人以上の尊い命が失われています。

昨年1年間に宮古広域管内（田野畑村、宮古市、山田町、岩泉町）で発生した火災は30件。そのうち、死者や負傷者が発生したものは5件にのぼります。田野畑村内では3件の火災が発生。幸いにも人的被害はありませんでしたが、貴重な財産が失われたことに変わりはありません。

建物火災が半数以上 出火原因はたばこが1位

火災は、建物火災、車両火災、船舶火災、航空機火災、林野火災、その他火災の6種類に分類されます。

令和4年版消防白書（総務省消防庁発表）によると、令和3年中の全国の出火件数は3万5222件。最も多いものは建物火災の1万9549件で、全火災の55.5%と半数以上を占めています。また、出火件数を四季別に見ると、春季（3～5月）と冬季（12～2月）が多く、総出火件数の58.6%を占めています。

主な出火原因は、1位から順に▶たばこ▶たき火▶こんろーとなっています。たばこによる火災は、不適切な場所への放置が主な原因。こんろによる火災で最も多いのは消し忘れによるものとされています。

火災のほとんどは 不注意から発生

火災のほとんどは、ちょっとした気の緩みや火の消し忘れなどの不注意から発生しています。こんろの火を付けたままその場を離れたり、暖房器具の近くに衣類を干したりしていませんか？ うちは大丈夫と過信せず、暖房器具や火を使う機会が増える今こそ、家庭での火災予防について考えてみてください。

火災

Protect your life
from fire

から

守る

命

地震、津波、台風一。

災害列島といわれる日本では、毎年のように大雨などによる洪水や土砂災害などが発生し、全国各地で多くの被害が出ています。

いつどこで起こるか分からない自然災害。

私たちは幾度となく襲いかかる災害を乗り越えながら生きています。

私たちの生活の身近にある災害の一つに「火災」があります。

火災のほとんどは不注意などの人為的な理由によるものから発生しています。その火災から自分や大切な家族の命を守りたい。

田野畑村から火災を無くしたい――。

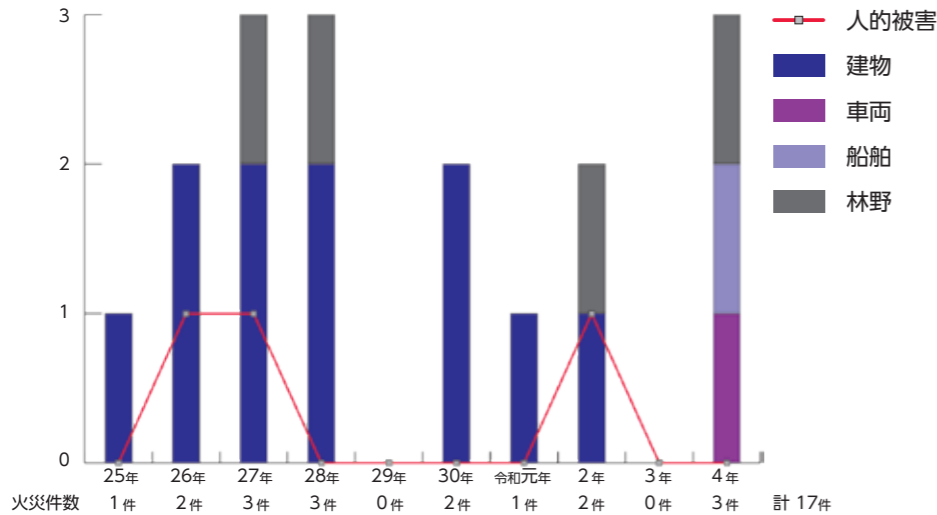
一度火災について真剣に考えてみてください。



田野畑村内と宮古広域管内の火災発生状況

田野畑村内

■過去10年の火災件数と人的被害



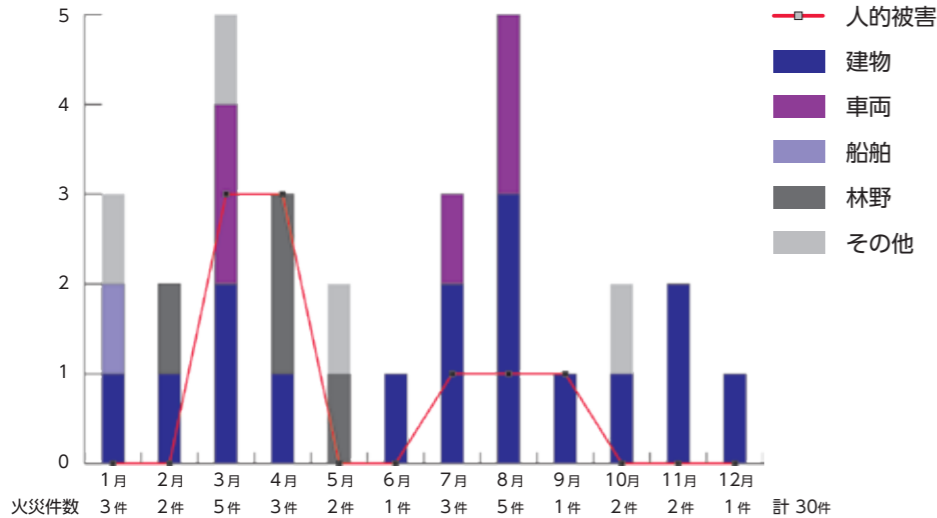
■過去10年の出火原因

出火原因	件数
ストーブ	2
たき火	2
枯れ草焼き	2
たばこ	1
蓄電池	1
排気管	1
取灰	1
不明	7

※人的被害には、死者、負傷者を含む
※宮古広域管内は田野畑村、宮古市、山田町、岩泉町

宮古管内

■令和4年中の火災件数と人的被害



■令和4年中の出火原因

出火原因	件数
枯れ草焼き	2
排気管	2
取灰	2
火のついたゴミ	2
摩擦	2
ストーブ	1
たき火	1
ろうそく	1
蓄電池	1
電気機器	1
電気こたつ	1
放火疑い	1
配線	1
帯電衣類	1
不明	7
調査中	4

Interview



消防田野畑分署
金澤 秀雄 消防第二係長

火災のほとんどが建物火災
春にかけて林野火災にも注意

過去10年間の田野畑村の火災で最も多いのは建物火災です。宮古管内を見ても、令和4年中に発生した火災の半数以上が建物火災です。

火災の原因のほとんどが「取り扱いの不備」や「消し忘れ」など人為的なミスから発生しているため、普

段から「火の用心」を心掛けることが重要です。

また、これから春にかけて林野火災が発生しやすい時期となります。山菜採りなど入山時のたばこの投げ捨てや風が強い時のごみ焼きには注意してください。

火災はなぜ起こるのか

物が燃えるための条件
「燃焼の三要素」

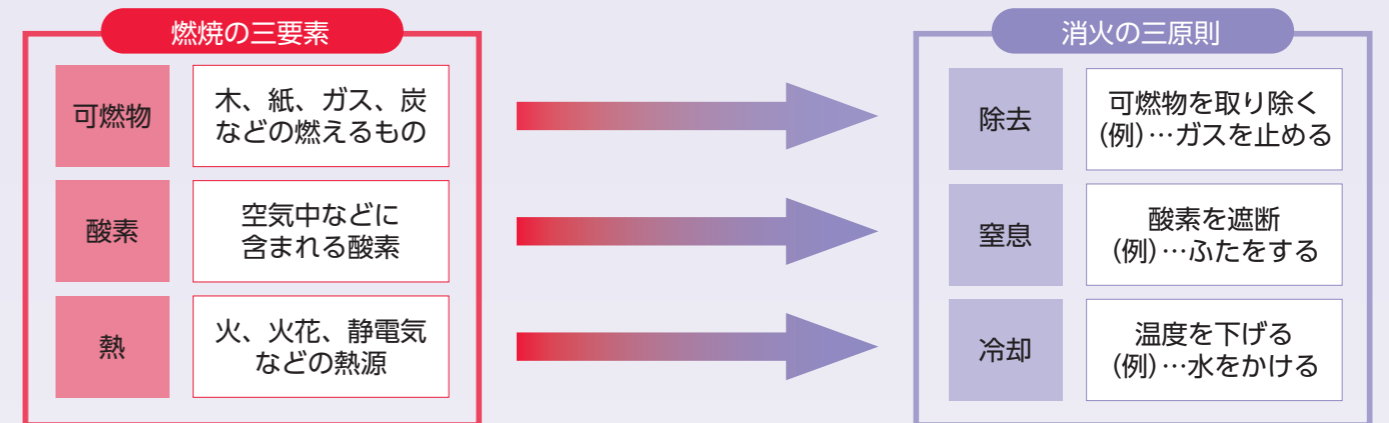
調理や暖房器具など、私たちの生活に欠かすことのできない火。当たり前のように使っている火ですが、なぜ火災は起こるのでしょいか。

物が燃えるためには3つの条件が必要です。それは、「可燃物」、「酸素」、「熱」。これらの3つは皆さんも聞いたことがあると思います。この3つの条件を合わせて、「燃焼の三要素」といいます。

火の燃え方は、ひとつとして同じものではありません。火災の発生した場所、時間、気象状態、建物の構造などの条件が重なることで燃え方がそれぞれ異なります。

燃焼を止めるための方法
「消火の三原則」

燃焼の三要素のうち、1つでも取り除くことができれば、燃焼を止めることができます。消火の方法には、可燃物を取り除く「除去消火」、酸素を遮断する「窒息消火」、温度を下げる「冷却消火」の三原則があります。



気象条件も火災の原因

防災行政無線でよく耳にする「風が強くて乾燥し乾燥し火災の起こりやすい気象状態が続きます」という火災予防広報。この通り、風が強い日と湿度が低く乾燥した日は、特に注意が必要です。屋外で火を使うことの無いように注意してください。

春と冬は特に注意

火災が多い季節は春と冬。冬は空気が乾燥し、暖房機器を使うことから火災が起きやすい季節であることが分かります。令和4年版消防白書によると、令和3年中の全国の四季別出火件数は、冬季(12~2月)が1万828件と最も多く、続いて春季(3~5月)が9814件となっています。

春は乾燥に加え、1年のうちで風が最も強い季節。強風により延焼拡大する恐れがあるため注意が必要です。春特有の気候とされているのがフェーン現象です。山を越えた風が地上に吹き込むときに乾いた空気となり気温が高くなる現象で、この乾いた空気が火災を起こす原因の一つとなります。

■田野畑村注意報発表基準 (盛岡地方気象台)

注意報	発表基準
乾燥注意報	①最小湿度40%、実効湿度65%、風速7m/s以上が2時間継続 ②最小湿度35%、実効湿度60%
強風注意報	平均風速10m/s

※最小湿度…1日のうちの最も低い湿度のこと
※実効湿度…木材の乾燥の程度を表す指数。数日前からの湿度を考慮して計算

強風・乾燥の日は火災に注意!

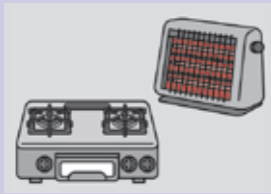


消防田野畑分署
金澤 光 消防士長

家庭からの出火を防ぎましょう

⑤火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろなどは安全装置の付いた機器を使用する

ストーブは消し忘れを防ぐための安全装置や転倒時にスイッチが切れる機能が付いた製品、こんろは過熱防止装置や消し忘れ消火機能などの安全装置が付いた製品の使用をお勧めします。自宅で使用している製品に安全装置が付いているか確認してみてください。



⑥火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する

住宅用火災警報器は、火災を早期発見し住宅火災の犠牲者を減らすために消防法で設置が義務付けられています。警報器は古くなると劣化や電池切れなどにより火災を感知しなくなる恐れがあります。定期的に点検をし、設置から10年を目安に本体の交換をしましょう。



⑦火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは防災品を使用する

部屋はいつもきれいにしていますか？火災の拡大を防ぐために日頃から整理整頓を心掛けましょう。また、放火を防ぐために家の周りには燃えやすい物を置かないようにしてください。寝具やカーテンなどは、火が付いても簡単には着火しない防災品をお勧めします。



⑧火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく

炎が天井に達してからの消火は危険です。火が小さいうちに消すために住宅用消火器を自宅の分かりやすい場所に設置し、使い方を確認しておきましょう。消火器の使い方は、①安全ピンを抜く②ホースの先を持ち火元に向ける③レバーを握るの3つの動作です。



⑨お年寄りや体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく

お年寄りや体が不自由な人は、避難に時間が掛かる可能性があります。万が一に備え、落ち着いた行動を取れるように家族で避難経路と避難方法を確認しましょう。また、避難の支障にならないように階段や廊下、玄関などの避難経路の整理整頓を心掛けましょう。



⑩防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う

毎年9月に行われる村総合防災訓練では、初期消火訓練や煙体験などの火災時に役立つ訓練を実施しています。家族や地域の皆さんと参加して、防災意識の醸成に努めましょう。また、日頃から近所で声を掛け合い、協力して火災を出さない環境を作りましょう。



①寝たばこは絶対にしない、させない

たばこが原因で発生した火災の約半数が単身世帯で、死者の約9割は50歳以上、そのうち約8割が男性といわれています。たばこの火種が布団が付くと、炎が無い状態でくすぶり続け、空気に触れることで出火する恐れがあります。たばこは布団やその近くで吸わないようにし、確実に消火をしてください。



②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない

ストーブの上や周りに洗濯物を干すと、衣類が落下し火が付いてしまう可能性があります。また、近くに燃えやすいものを置くことで火が燃え移る恐れがあります。こたつや電気ストーブのヒーター部分への長時間の接触も危険です。ストーブなどの暖房機器は、寝る前や出掛けるときは忘れずに消しましょう。



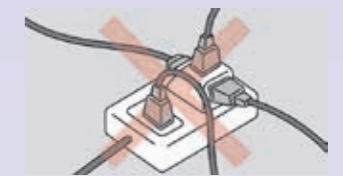
③こんろを使うときは火のそばを離れない

こんろを使うときは、周りに燃えやすいものを置かないようにし、火のそばを離れる必要があるときは確実に消火をしてください。よく耳にする天ぷら油による火災。油は約360℃で自然発火します。高温の油に水を掛けると炎が急激に拡大し危険です。離れた位置から消火器を使用してください。



④コンセントはほこりを掃除し、不要なプラグは抜く

コンセントに差したプラグの刃と刃の間に付いたほこりが空気中の湿気を吸うと放電により発火する恐れがあります。この現象を「トラッキング現象」といいます。定期的な清掃を心掛け、たこ足配線にも注意してください。寝る前や出掛けるときは不要なプラグは抜くように普段から心掛けましょう。



消防田野畑分署
熊谷 崇文 消防副士長

全国火災予防運動
いのちを守る10のポイント
3月1日から7日まで、「お出かけは マスク戸締まり 火の用心」をスローガンに、春の全国火災予防運動が実施されます。この期間は、消防田野畑分署や消防団、女性消防協力隊が連携し、各家庭の訪問やチラシの配布、防災行政無線での広報、警戒出動など火災予防啓発活動を重点的に実施します。これからの時期は風が強く空気が乾燥し、火災の起こりやすい気象状態が続きます。「住宅防火 いのちを守る 10のポイント」を参考に、家庭からの出火を防ぎましょう。

火災から田野畑村を守る人たち

Volunteer Fire Corps



村消防団
中村 和洋^{かずひろ} 1分団長 (羅賀・55)

使命感と
はんてんの誇りを胸に—

私たち消防団は、村の皆さんを守るため、強い使命感を持って火災予防啓発や現場活動に臨んでいます。

火災発生時は、消防田野畑分署と連携して、被害を最小限に食い止めるように迅速な消火活動を展開しています。

これからの時季は、乾燥に加え、風が吹く日が多くなります。より一層気を引き締め、村の皆さんの命や財産を守るために、使命感とはんてんの誇りを胸に活動していきます。

火災から自分や大切な家族の命を守りたい

田野畑村から火災を無くしたい——

一度火災について真剣に考えてみてください

F.D.Miyako Fire Fighter



消防田野畑分署
小松山 慎^{しん} 消防士 (机出身・29)

村の皆さんの命や財産を守るために—

生まれ育った「田野畑村の皆さんのために」との思いから消防士になりました。火災は一つとして同じものはありません。私たちは、さまざまな現場を想定し、火災防御訓練を重ねています。

消防士の使命は、火災から皆さんの命や財産を守ることです。火災現場での活動はもちろんですが、火災を起こさないための火災予防啓発活動を継続し、皆さんの防火意識向上に努めていきます。

現在ではあまり聞くことのない本火事の元「火の用心 マッチ1言葉のようにマッチ1本の小さな火でも大きな火災になることがあります。」
火災に大きいも小さいもありません。火災現場は常に命の危険と隣り合わせです。生活の中に無くてはならない火は、時に私たちに牙をむき脅威になります。日頃から火の取り扱いに十分注意し、火災予防に努めてください。
あなたの、そしてかけがえない家族の命を守るために——。

火災が発生してしまったら

火災が起きたときの
初期対応の三原則

自宅や近所からの出火など、火災現場に居合わせた場合、パニックになることが予想されます。落ち着いて行動できるように、対応方法を確認しておきましょう。

火災発生時の初期対応には、「①通報」、「②初期消火」、「③避難」の三原則があります。①の順に行動するのが基本ですが、気が付いたときには火が大きくならない初期消火が得意など、状況によって優先順位が変わるため、逃げ遅れないように冷静な判断を心掛けましょう。



消防田野畑分署
橋本 大樹^{たいじゅ} 消防士

行動 1

通報「早く知らせる」

- 「火事だ！」と大声を出して周囲に知らせる
- 119番に通報する。通報できない場合は、近くにいる人に頼む



行動 2

初期消火「早く消す」

- 火が小さいうちに消火器や水を使い消火する
- 座布団で火をたたいたり毛布などで覆うなども効果的



行動 3

避難「早く逃げる」

- 燃えている部屋のドアや窓を閉めて空気を遮断
- 天井まで火が燃え広がったら消火は困難。すぐに避難する



119番通報

落ち着いて通報しましょう

119番通報をしたときの情報は、その後の消防隊の迅速な消火活動につながります。

宮古広域管内（田野畑村、宮古市、山田町、岩泉町）から通報すると、宮古消防本部の指令課につながります。住所は市町村名から伝えてください。通報すると通信指令員が次のことを聞きます。安全な場所から落ち着いて通報しましょう。

■通信司令員が聞く内容

①	火事ですか？ 救急ですか？
②	住所や目印になる建物を教えてください
③	何が燃えていますか？
④	逃げ遅れはありますか？
⑤	初期消火はしましたか？
⑥	通報者の氏名を教えてください
⑦	今お使いの電話番号を教えてください

震災犠牲者への黙とうに協力を

東日本大震災から間もなく12年が過ぎようとしています。

村は、震災で犠牲になられた方々に哀悼の意を表するため、地震発生時刻に合わせて防災行政無線のサイレンを鳴らします。

1分間の黙とうに協力をお願いします。

◆日時：3月11日(土)
午後2時46分

◆問い合わせ先：住民生活課
(☎34-2114)

水道管の凍結防止

「水の出っぱなし」は控えてください

寒い日が続くと水道管の凍結に注意が必要です。

水道管凍結対策の一つに、蛇口を少し開けて「水を出しっぱなし」にするという方法がありますが、多くの世帯で水を出したままにすると配水量が増え、最悪の場合、断水になる恐れがあります。なるべく控えるようお願いいたします。

比較的古い建物で、水抜き栓がない場合などは、少量の水を出したままにすることはやむを得ませんが、糸を引く程度の量に抑えてください。

○水道管の凍結防止策

水道管の凍結防止策は、水抜き栓を正しく閉めることが基本ですが、閉め方が緩いと地中で水が漏れる可能性があります。自動タイプの水抜き栓の場合は、手で触れてしまうと正しく作動しないことがあるため注意してください。

ポイラーなどの給湯設備は、故障を防止するために取扱説明書に従って適切に水抜きをしてください。

◆問い合わせ先：地域整備課
(☎34-2113)

健康のこと相談してください

「もっと健康になりたい」「健康に過ごすにはどうすればいいの」など、普段の生活で気になることを相談してみませんか。

◆日時：3月24日(金)
午前10時～11時

◆場所：島越地区コミュニティセンター

◆対象：村民
◆内容：検診や運動、栄養などの健康に関する相談に保健師と栄養士が応じます
◆その他：相談の内容により、必要な関係機関を紹介いたします
◆問い合わせ先：保健センター
(☎33-3102)

スポーツ安全保険に加入しませんか

スポーツ安全保険は、スポーツや文化などの活動に安心して参加できるようにするための保険です。万が一のけがや事故に備えて加入しましょう。詳しくは、スポーツ安全協会ホームページを確認してください。

◆加入できる団体：▼スポーツ
▼文化▼レクリエーション▼ボランティア▼地域活動▼を行う4人以上の団体(スポーツ少年団、子供会、老人クラブなど)

※令和5年度から子どもは掛金据え置きのまま補償内容を拡充

◆補償対象と補償内容：活動中や活動への移動中に発生した事故の傷害保険、賠償責任保険など

◆掛け金：年額800円～1万円

◆加入方法：インターネット(スポ安ネット)で申し込んでください

◆問い合わせ先：村体育協会(教育委員会内) ☎34-2226

村営住宅の入居者を募集

◆入居資格：次の全てに該当
①60歳以上または、同居する親族がいる

②収入要件を満たしている

③住宅に困窮している

④村税などの滞納がない

⑤暴力団員ではない

◆申し込み方法：▼入居申請書▼所得証明書▼住民票▼納税証明書―を提出してください。申請書は村ホームページからダウンロードできます

◆入居可能日：4月1日以降

募集住宅	家賃
菅窪団地6号 (2DK)	19,700円～ 52,200円



入居者を募集する菅窪団地6号

◆申込期限：3月15日(水)
◆申し込み・問い合わせ先：地域整備課 (☎34-2113)

農業振興地域整備計画を見直します

村は、令和5年度に「田野畑農業振興地域整備計画」の見直しを行います。

農業振興地域の農用地区域内の土地は、原則として農業以外の用途に利用することはできません。やむを得ず他の目的に利用する場合は、変更手続きが必要で

計画の見直しにより、今後5年間で農用地区域内の土地を住宅や事業開発などの農業以外の目的で使用する場合は、農振除外の手続きが必要です。対象の土地が農用地区域に指定されているか確認し、期限までに申し出てください。除外時期は、令和6年3月末の見込みです。

なお、農用地区域以外であっても農地を農地以外の用途に使用したい場合は、農業委員会に農地転用許可申請が必要です。

◆農振除外の対象：次の①～⑤の全てに該当
※農地法などの許可が得られる見込みがある場合に限る
①農用地区域以外に利用できない土地がない

②農用地の集団化や農作業の効率化など、農業上の土地利用に支障がない
③農用地の利用の集積に支障がない
④土地改良施設(用排水路や農道など)の機能に支障がない
⑤土地改良事業などを行なった区域内の場合、事業が完了してから8年以上経過している

◆提出書類：▼農振農用地区域除外申出書▼土地登記簿謄本▼所在図・付近見取り図▼公図▼事業計画の概要がわかる設計書、配置図―を提出してください

◆その他：土地の所有者以外の方が申し出る場合は、「委任状」を提出してください。2人以上の人が所有する土地の場合は「同意書」などが必要です。詳しくは、問い合わせ

◆受付期限：5月31日(水)
◆問い合わせ先：産業振興課
(☎34-2111)

出産・子育て応援交付金を支給

村は、出産・子育て応援交付金を支給します。対象者には申請書を送付します。届かない場合は問い合わせてください。

○出産応援交付金

◆対象：令和4年4月1日以降に妊娠届を提出した人
◆支給額：5万円

○子育て応援交付金

◆対象：令和4年4月1日以降に生まれた子どもを養育する人
◆支給額：子ども1人当たり5万円
◆申請・問い合わせ先：保健センター (☎33-3102)



鬼の迫りに驚きながらいい子になると誓った園児たち

豆まきで心の中の悪い鬼退治

2月3日は節分。たのはた児童館（横田千穂子館長、園児11人）では、園児が節分の豆まきを行いました。園児たちは、手作りの鬼のお面や衣装を身にまとい、泣き虫鬼や寝ぼすけ鬼など、追い出したい心の中の悪い鬼を発表。鬼が現れると「鬼は外、福は内」と鬼に向かって豆を投げ、「いい子にします」と誓っていました。工藤怜恩君（5）は「ゲームやりすぎ鬼を追い出した。これからは時間を決めてやり過ぎないようにしたい」と話していました。

全国と県のコンクールで受賞

田野畑中学校（佐々木敏之校長、生徒80人）が12月12日、「第13回いっしょに読もう！ 新聞コンクール」（日本新聞協会主催）で学校奨励賞を受賞。県NIE協議会が12月17日に行った県内の審査では団体の部で岩手賞、個人の部で佐々木美月さん（3年）が優秀賞をそれぞれ受賞しました。佐々木富美子教諭は「新聞に触れることで豊かに成長してほしい」と期待。美月さんは「新聞は知らない世界を知るきっかけになった」と思いを語りました。



賞状を手に笑顔を見せる佐々木富美子教諭と佐々木美月さん

新チーム初の県大会ベスト16

めんこいテレビ杯第32回岩手県小学生バレーボール新人大会（県バレーボール協会、県小学生バレーボール連盟主催）が2月11、12日の2日間、陸前高田市などで開かれ、各地区の予選を勝ち抜いた34チーム（女子の部）が熱戦を繰り広げました。

宮古下閉伊地区代表の田野畑VBCは初戦、米崎フェニックス（陸前高田市）に2-0で勝利。2回戦でフルセットの末惜しくも敗れましたが、新チームで挑んだ初の県大会でベスト16の成績を収めました。



気を入れて試合に向かう選手たち（写真提供：田野畑VBC父母会）



来場者に特産品の販売と村の魅力を伝えた

特産品販売で村の魅力伝える

村6次産業化推進協議会（佐々木靖会長）では1月28日から2月2日までの6日間、いわて銀河プラザ（東京都中央区銀座）で「岩手たのはた山海里フェア」を開催しました。

会場では、村漁協女性部や村産業開発公社、ホテル羅賀荘、体験村・たのはたネットワークの職員らがたのはた牛乳や早採りワカメなど29種類の特産品を販売。およそ860人の来場者に特産品販売や観光PRを通して村の魅力を伝えました。



笑顔で表彰を受けた下田絵恋ちゃんと熊谷新斗君

三陸鉄道の絵上手に描けたね

県三陸鉄道強化促進協議会と三陸鉄道が実施した三陸鉄道園児お絵かき絵画作品で、たのはた児童館の下田絵恋ちゃん（5）が田野畑村特別賞、熊谷新斗君（6）が田野畑村さんてつくん賞をそれぞれ受賞しました。表彰式は1月23日、たのはた児童館で行われ、佐々木靖村長から園児に表彰状が手渡されました。絵恋ちゃんは「家族で三鉄に乗る絵を描いた。色を塗るのを頑張った」とにっこり。新斗君は「島越駅と木がうまく描けた」と胸を張っていました。

村産ワカメへの理解を深める

村は1月20日、ワカメに関する講演会をアズビィ楽習センターで開催。漁業者など22人が参加しました。参加者は、岩手大学農学部山下哲郎教授による匂いに関する講演や同大4年の長田果凛さんによる田野畑、鳴門、中国産のワカメに含まれる機能成分の比較結果の講演を通し、ブランド化を進める村産ワカメへの理解を深めました。村出身で盛岡一高1年の佐々木杏菜さんは「学生なりにできることを見つけて活動に参加したい」と話していました。



長田果凛さんの講演に聞き入る参加者の皆さん

消防団協力事業所に4事業所を再認定



村は2月20日、村消防団協力事業所に4事業所を再認定しました。

消防団協力事業所は、地域の消防防災力の充実や強化を目的に、消防団の活動に積極的に協力している事業所などに表示証を交付する制度で、村内の16事業所が認定されています。

申請は随時受け付けています。申請方法など詳しくは、問い合わせてください。

◆対象…下記のいずれかに該当する事業所

- ①従業員が消防団員として活動している
②従業員の消防団活動に積極的に配慮している
③災害時などに事業所の資機材提供などの協力

◆有効期間…認定の日から2年間

消防団協力事業所(2月20日現在)

Table with 3 columns: No., 事業所名, 認定状況. Lists 16 businesses and their recognition status.

見えない塩分

しょっぱいものを食べると水を飲みたくありませんか? それと同じことが体の中でも起きています。塩分を取りすぎると血管内の塩分濃度が上がり、それを下げようとして水分をため込みます。

高血圧の状態が長く続くと、血管が硬くなり脳や心臓の重大な病気につながる危険性が高まります。定期的な血圧測定と減塩の工夫で高血圧を予防しましょう。

食塩は味付けのためだけではなく、保存や加工などの目的で食品に使われていることが多くあります。栄養成分表示を見るなどして、知らず知らずのうちに取っているかもしれない「見えない塩分」に意識を向けてみましょう。

1日の食塩摂取量

Table showing recommended salt intake for adult men (7.5g) and women (6.5g).

※日本人の食事摂取基準(2020年版)より
※高血圧治療中の人は6.0g未満

食品に含まれる食塩相当量の例

Table listing food items and their salt equivalents, such as bread (0.7g), udon (0.6g), ham (0.5g), etc.

はまなす掲示板

3月の新刊図書2冊を紹介。紹介図書は、アズビィ楽習センター図書室で貸し出しています

児童書

ウシのげっぶを退治しろ

大谷 智道 著

牛のげっぶに含まれる「メタン」には、二酸化炭素の25倍の温室効果があるという。メタン削減の秘密兵器として日本で発見されたのは、意外なあの食べ物でした。



一般書

光のところにいてね

一穂 ミチ 著

古びた団地の片隅で出会った彼女は、私と着る物も住む世界も何もかもが違った。そんな2人の運命が交差する切なくも美しい四半世紀にわたる物語です。



おすすめ紹介

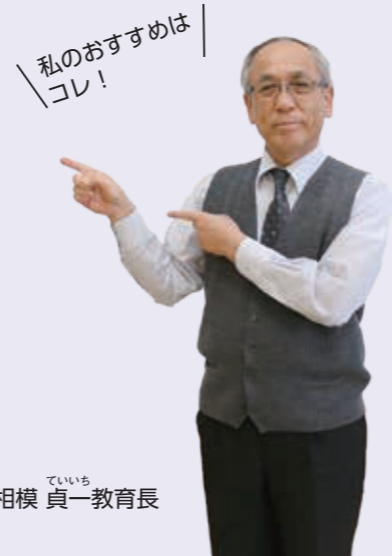
すきってステキきらいってステキ

ノーブルゲート絵本制作チーム 著



「あかりちゃんにも好きな食べ物と嫌いな食べ物があるでしょ? なぜ好きなのか嫌いなのかその理由を知りたい?」「えっ理由があるの? 先生は

知っているの?」「もちろん!」
続きを読んでみませんか? 子どもの読み聞かせや自身の読書にと。きっと素晴らしいメッセージをいただくことでしょう。



相模 真一 教育長

食改さんの健康レシピ

Health recipes

村食生活改善推進員が紹介する健康レシピ



フルーツ大福

※1人当たりの栄養価…エネルギー 143kcal

食改さんからひと言…電子レンジで簡単に作ることができます。好きな果物で作ってみてくださいね。

材料(5個分)

Table listing ingredients for fruit daifuku:白玉粉 100g, 砂糖 大さじ2, 片栗粉 適量, あんこ 100g, イチゴ 大1粒, バナナ 1/2本, キウイ 1/2個

作り方

- ①…あんこと果物を5等分にする
②…耐熱容器に白玉粉、砂糖、水(1/2カップ)を入れて混ぜ、電子レンジ(600W)で3分加熱する
③…②を取り出してヘラで混ぜ、さらに1分加熱してよく混ぜる。熱いうちに手に片栗粉を付けて5等分にする
④…③の生地を広げてあんこと果物を包めば完成

お知らせ

募 参加者などを募集中

知 いろいろなお知らせ

知 国民年金保険料の免除申請

経済的な理由などにより、国民年金保険料の納付が困難な人は、未納のままにせず、「保険料の免除・納付猶予制度」を活用してください。また、新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少し、保険料の納付が困難な人には「臨時特例免除」があり、在学中の学生には、保険料の納付を猶予する「学生納付特例制度」があります。

いずれも年金事務所または、村役場で申請が可能です。詳しくは問い合わせください。
◆申請・問い合わせ先…宮古年金事務所(☎0193-62-1963)、住民生活課(☎34-2114)

募 甲種防火管理新規講習

◆日時…5月25日(木) 午前10時～午後4時50分、26日(金) 午前10時～午後4時
※2日間の受講が必要です
◆場所…宮古市民文化会館(宮古市磯鶏沖2-22)
◆対象…防火対象物の管理者または監督者
◆定員…100人
◆受講料…8,000円
◆申し込み方法…日本防火・防災協会ホームページから申し込んでください
◆申込期間
○1次募集…3月27日(月)～4月3日(月)
○2次募集…4月21日(金)～22日(土)
※定員に達した場合は受け付けを終了
◆問い合わせ先…消防田野畑分署(☎34-2100)、県防災保安協会(☎019-631-1625)

知 燃やせるごみの出し方に注意

人に見られたくないごみは、袋や新聞紙などに小さく包んで指定の袋に入れてください。中の見えない袋などで指定の袋全体を覆う行為は、収集作業中のけがや事故の原因になるため、行わないでください。

◆問い合わせ先…健康福祉課(☎33-3102)

募 インボイス制度説明会を開催

事業者を対象とした消費税のインボイス制度説明会と登録申請相談会を開催します。

◆日時…3月7日(火)、17日(金)、31日(金)
①免税事業者 午前9時30分～正午
②課税事業者 午後1時30分～4時
◆場所…宮古合同庁舎4階(宮古市小山田1-1-1)
◆定員…10人
◆問い合わせ先…宮古税務署法人課税部門(☎0193-62-4611)

募 国家公務員採用試験(総合職・一般職試験)を実施します

人事院では、国家公務員採用試験を下記の日程で実施します。申し込みは、人事院ホームページから行ってください。

申し込み方法や受験資格など詳しくは、人事院ホームページを確認するか問い合わせください。

◆問い合わせ先…人事院東北事務局第二課試験係(☎022-221-2022)

試験名	受付期間	1次試験日
総合職試験(院卒者・大卒程度)	3月1日(水)～3月20日(月)	4月9日(日)
一般職試験(大卒程度)	3月1日(水)～3月20日(月)	6月11日(日)
一般職試験(高卒者)	6月19日(月)～6月28日(水)	9月3日(日)

知 田野畑の歩みを無料配布

村は、昭和2年から63年までの村の歴史を一冊にまとめた、「田野畑村の歩み 近・現代2」を希望者に無料配布します。

12月に実施した配布希望調査時に申し込みをしていない人で、配布を希望する人は、教育委員会に電話で申し込んでください。

申し込み時に次の①～③のいずれかの希望を伝えてください。

①冊子B5版(500頁)
②データ版(DVD)
③冊子とデータ版の両方
◆配布予定…3月下旬～4月頃
◆申し込み・問い合わせ先…教育委員会(☎34-2226)

知 求人情報を掲載しませんか

広報たのはたに、村内企業などの求人情報を掲載しませんか。掲載は無料です。掲載方法など詳しくは、問い合わせください。

◆問い合わせ先…企画観光課(☎34-2111)

知 HIV検査などを無料で実施

◆日時…3月14日(火) 午後4時～6時
◆場所…宮古保健所
◆検査項目…①HIV抗体検査 ②肝炎ウイルス検査 ③性器クラミジア感染症病原体検査 ④梅毒検査 ⑤HTLV-1抗体検査 ※⑤のみ実名で予約
◆その他…前日までに要予約
◆申し込み・問い合わせ先…宮古保健所(☎0193-64-2218)

知 骨髄バンクドナー登録に協力を

骨髄バンクは、治療が難しい血液疾患の患者さんの命をつなぐボランティアです。

◆日時…3月14日(火) 午後1時～2時
◆場所…宮古保健所
◆その他…前日までに要予約
◆申し込み・問い合わせ先…宮古保健所(☎0193-64-2218)

募 自衛官の採用試験を実施

防衛省・自衛隊では、自衛官を募集します。受験資格や申し込み方法など詳しくは、問い合わせください。

◆問い合わせ先…自衛隊岩手地方協力本部宮古地域事務所(☎0193-63-3881)

試験区分	申込期限
一般幹部候補生	○飛行要員 4月14日(金)
	○飛行要員以外 6月15日(木)
一般曹候補生	5月9日(火)
予備自衛官補	4月6日(木)

人口と世帯		火災	
2月1日現在()は前月比		(1月21日～2月20日)	
人口	3,050人(-11)	火災の【今月】	0件
男	1,531人(-6)	発件数【今年】	0件
女	1,519人(-5)	無火災の連続記録	
世帯	1,354世帯(-5)	(2月20日現在)	191日

募 みやこ復興寄席を開催

◆日時…3月19日(日) 午後1時30分～ ※開場は午後0時30分
◆場所…宮古市民文化会館大ホール
◆入場料…全席指定 ○一般…2,000円 ○ペア割…3,000円 ○高校生以下…1,000円
◆出演者…瀧川鯉昇(落語)、六華亭遊花(東北弁落語)、立川幸朝(落語)、瀧川はち水鯉(落語)、ナイツ(漫才)、ザ・ニューズペーパー(コント)
◆チケット販売場所…宮古市民文化会館、崎山貝塚縄文の森ミュージアム、宮古市役所職員生協、リラパークこなり、田老総合事務所、新里総合事務所、北上山地民俗資料館
◆その他…未就学児の入場はできません
◆問い合わせ先…宮古市教育委員会事務局文化課(☎0193-65-7526)



募 能力開発セミナーを開催

県立宮古高等技術専門校では、入社1年以内の人を対象に「新入社員マナー研修」を開催します。

◆開催日 ①4月10日(月)、11日(火) ②4月17日(月)、18日(火)
◆研修時間…午前9時30分～午後4時30分
◆場所…県立宮古高等技術専門校(宮古市松山8-29-3)
◆定員…各回30人
◆受講料…無料
◆申込期限…3月17日(金)
◆申し込み・問い合わせ先…県立宮古高等技術専門校(☎0193-62-5606)

募 点訳・音訳などの体験会

県立視聴覚障がい者情報センターでは、「点訳・音訳・録音図書編集・ITサポート体験会」を開催します。

◆日時…4月7日(金) 午前9時45分～
◆場所…県立視聴覚障がい者情報センター(盛岡市盛岡駅西通1-7-1)
◆申込期限…3月31日(金)
◆申し込み・問い合わせ先…県立視聴覚障がい者情報センター(☎019-606-1743)

知 宮古地区無料法律相談

◆日時…3月2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木) 午前10時～午後3時
◆場所…宮古市役所本庁舎1階
◆問い合わせ先…宮古市市民相談室(☎0193-62-2111)

広報クイズ

正解者の中から抽選で3名様に、タノくんキーホルダーが当たります。



◆応募方法…はがきに問題の答え、住所、氏名を書いて、村役場企画観光課にお送りください。当選者の発表に氏名の掲載を希望しない人は、氏名と一緒にペンネームやインシヤルなどを書いてください。

◆締め切り…3月15日(水)

Q 令和3年に全国で発生した火災の出火原因1位は何？

- A) たばこ
- B) たき火
- C) こんろ

■前号(2月号)の正解
Q→A

■先月当選者
ペンネーム ひまわりさん
ペンネーム タノばあさん
ペンネーム タノくんファンさん

おめでた おくやみ

[令和5年1月届け出分]
(敬称略)

■安らかに ～お悔やみ～
子木 彌 政 志 (75) 甲 地
駒 木 満 (74) 羅 賀
穴 戸 吟 子 (95) 尾 肝 要

※この欄に掲載してほしくない人は、届け出のときに戸籍係の窓口に申し出てください

「田野畑むらづくり基金」への寄付状況

(2月20日現在)

寄付金総額	9277万2226円 1696件 (村内142件、県内312件、県外1242件)
取り崩し額	2652万 347円
基金残額 (運用益を含む)	6625万1879円

「田野畑むらづくり基金」の申し込み・問い合わせは、村ホームページをご覧ください。企画観光課(☎34-2111)までご連絡ください。

役立ちカレンダー

期間: 3月1日(水)～3月31日(金)

月 日	行 事	場 所	時 間	問い合わせ先
3月 1日 (水)	春の全国火災予防運動(7日まで)			消防田野畑分署 (☎34-2100)
	はぐくみ健診	保健センター	9:00～12:00	保健センター
8日 (水)	乳幼児健診	旧保健センター	12:00～15:30	
14日 (水)	田野畑中学校卒業式	田野畑中学校体育館	9:30～11:00	田野畑中学校 (☎34-2301)
16日 (金)	たのはた児童館卒園式	たのはた児童館ホール	10:00～11:00	たのはた児童館 (☎34-2331)
17日 (金)	田野畑小学校卒業式	田野畑小学校体育館	10:00～11:00	田野畑小学校 (☎34-2050)
18日 (土)	若桐保育園卒園式	若桐保育園ホール	10:00～11:00	若桐保育園 (☎37-3577)
24日 (金)	健康相談	島越地区コミュニティセンター	10:00～11:00	保健センター

村役場(代表) ☎34-2111 / 税務会計課 ☎34-2112 / 地域整備課 ☎34-2113 / 住民生活課 ☎34-2114
教育委員会 ☎34-2226 / 内科診療所 ☎33-3101 / 歯科診療所 ☎33-3100 / 保健センター ☎33-3102

村に届いた大きなお年玉

1月5日、村に心温まる寄付が届きました。国内在住の方から「村のために役立ててほしい」と寄せられたのは、金の延べ板120枚(1枚500^g、合計60^{kg})。

村は1月30日、寄付された物品を換金し、5億2824万円を財政調整基金へ積み立てました。

佐々木靖村長は「温かくとても大きな支援をいただきありがたい。少子高齢化や産業振興など、村の課題解決のために役立てていきたい」と感謝しました。寄付の使い方については、今後、議会などと相談しながら検討していきます。



寄付された金の延べ板

夢は公務員になること 村の皆さんに恩返しをしたい

僕は、スクールバンドの練習を頑張っています。担当はパーカッションで、3年生の時から主にティンパニを演奏しています。あと少しで小学校生活は終わるけれど、スクールバンドに打ち込めてとても楽しかったです。

夢は公務員になることです。村役場の職員になって育ててくれた皆さんに恩返しをしたいです。



熊谷 陸斗君

くまがい・りくと 田野畑小6年

たのはた暮らし No.74

地域おこし協力隊の

村内に新しいケーキ屋さんオープン



ケーキや焼き菓子が並び



店内はくつろげるおしゃれな空間

村内に「パティスリーフェルト」というケーキと焼き菓子のお店がオープンしました。パティシエは村出身の高橋奈々美さんです。道の駅たのはたがオープンするまで営業していた、ふるさと食堂でもクリスマスケーキなどを作り、たくさんの人に提供していました。「自分のお店を持ちたい」という奈々美さんの熱意と努力が実り、とても嬉しいです。2年前に村に

移住した時、生活にも仕事にも不安でいっぱいな私は、目標に向かって進んでいる奈々美さんの姿に勇気付けられました。パティスリーフェルトは、菓子や総菜のレンタルキッチンもしていると聞きました。「お菓子の販売をしてみたい」「お弁当の仕出しをしたい」といった目標を持つ人たちが集まって、刺激し合い、さらなるつながりが生まれると感じています。



小辻 桃加さん

受験勉強を
頑張っています



春からそれぞれの道を進む田野畑中3年の皆さん。
3月7日に行われる県高等学校入学者選抜試験に向け、受験勉強に励んでいます。



わが家の アイドル



ちえ
中川 智瑛ちゃん (1歳8カ月)
翔さん・まいさん＝羅賀＝

お母さんからのひとこと

アンパンマンとしまじろう、ショベルカーが好きです。食べ物は魚が大好きで、焼きたてを見つけると催促してきます。特技はお姉ちゃんのまねっこ。いつも2人で楽しそうに遊んでいます。すてきな笑顔で元気いっぱい成長してね。

編集ごぼれ話

▼寒い日が続く、まだまだ暖房器具が手放せませんね。3月は春の全国火災予防運動の時期です。火災の発生しやすい今こそ火災について考え、家庭からの出火を防ぎましょう。▼「街角インタビュー」ががんばってます」を誰にしようかと悩んでいると、ふと田野畑中3年の皆さんの顔が浮かんできました。そこで「今頑張っているのは高校受験を控えたみんなじゃない」と思い、写真を撮らせてもらいました。広報担当になってから、体育祭、中総体、陸上駅伝、文化祭などさまざまな場面で皆さんを見てきました。高校受験まであと少し。夢や目標に向かって受験勉強を頑張ってください。そして、残りの中学校生活を存分に楽しんでください。2週間後に控えた卒業式。なんだかみんなの顔を見ただけで泣きそうな気がします。ちゃんとシャッターを切れるかな…。

(企画観光課 佐々木 祐介)

