



Topics : P2 まちの話題、P4 かづのパワー始動、P6 鹿角の夏祭り、P7 十和田八幡平駅伝全国大会出場チーム紹介・全日本ローラースキー選手権大会開催日程

おっきくなったら...



7月6日に花輪スキー場でスキージャンプ体験・見学会が行われ、親子でジャンプ台の頂上に上りました。(関連記事3ページ)

撮影場所：花輪スキー場ノーマルヒルジャンプ

スタート地点(花輪)



スキージャンプ体験・見学会

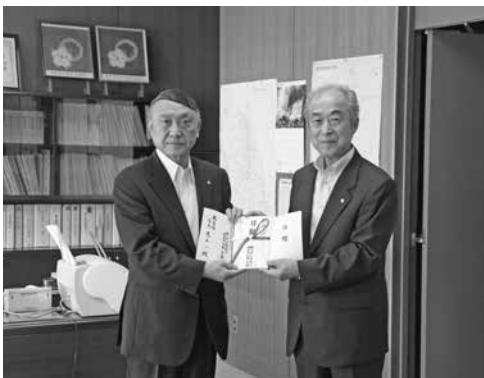
7月6日に花輪スキー場で、スキージャンプの体験・見学会が開かれ、多くの親子が参加しました。
このイベントは、鹿角ジャンプスポーツ少年団が競技人口の拡大を目的に行っているもので、参加者は、スロープカーでジャンプ台頂上に登ったり、団員らのデモジャンプを見学したりしました。
ジャンプ台頂上に登った子どもらは、雄大な景色と迫力満点のジャンプを間近で見て歓声を上げていました。

まちの話題



秋田県信用組合寄附金贈呈式

秋田県信用組合の創立70周年の記念事業の一環として、本市に寄附金が贈呈されることになり、7月2日に贈呈式が行われました。
寄附金は児童書の購入に充てられ、市内図書館に「けんしん文庫」が設置されることになっています。



北林理事長は、「秋田の将来に役立つ人材の育成と教育支援に役立ててほしい。今後も地域の発展に貢献していきたい。」と話しました。これに対し児玉市長は、「鹿角の未来を担う子どもたちのために有効に活用したい。」と述べました。

山崎さん全国大会出場報告

第48回秋田県消防救助技術大会において、鹿角広域消防署代表で出場した山崎雄平隊員が全国大会の出場権を獲得し、7月3日に児玉市長を訪問しました。



山崎隊員は、ロープブリッジ渡過の部において、秋田県1位の成績を収め、8月25日に岡山県で開かれる全国大会に出場します。
山崎隊員は日ごろの訓練について、「同世代のライバルがおり、技術向上を目的に切磋琢磨している。」と語っていました。

鹿角のGENKIに点火

7月6日に文化の社交流館コモッセで「鹿角GENKIカレッジ」のキックオフイベントが開催されました。
このカレッジは、人口減少が課題となる中で、地域で行動を起こすことのできる人材を育成し、地域の活力を維持しようと市が行っている取り組みです。



消防協会鹿角支部消防訓練大会

7月7日に市役所駐車場で、第71回秋田県消防協会鹿角支部消防訓練大会が開催され、本市と小坂町の消防団員およそ900人が日ごろの訓練の成果を競いました。

消防団員の士気や地域の防火意識を高めるために開催されたこの大会では、速さや技術の正確さが競われ、選手たちはチーム一丸となり機敏な動きで消火訓練に臨みました。競技の結果、地区ごとに競われる総合の部では、市消防団尾去沢地区団が優勝しました。花輪北小学校児童による消火訓練では、水消火器や小型の放水ポンプを使って一生懸命



取り組み姿に、ひととき大きな声援が送られました。



社会を明るくする運動市民集会

7月5日に文化の社交流館コモッセで、「社会を明るくする運動市民集会」が開かれ、実施委員会関係者や地域の方々などおよそ500人が参加しました。
この運動は、犯罪や非行の防止、罪を犯した人の更生保護について理解を深めることを目的とした取り組みです。

今回の集会では、更生保護制度が施行されて70周年を迎えることを記念し、罪を犯した子どもたちの立ち直り支援を行う女性保護司の活動を描いた作品「君の笑顔に会いたくて」が上映されました。

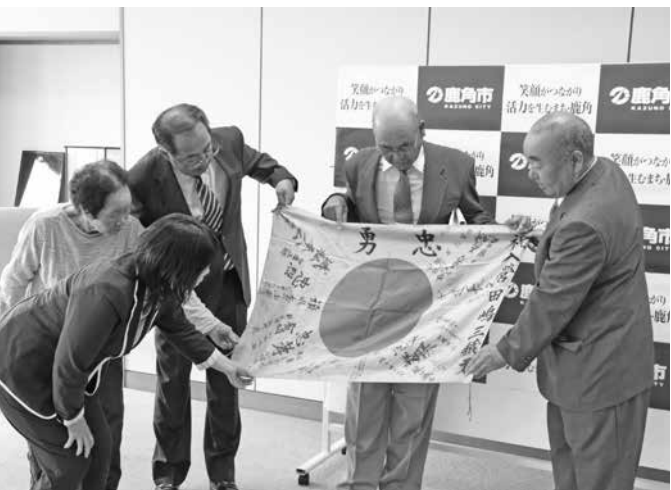


月山神社例大祭

7月12日から13日にかけて毛馬内の月山神社の例大祭が行われました。
12日の午前中には、年に一度、月山神社内の神殿に通じるといわれる扉を開く「御開扉」が執り行われました。その後、巫女姿に着飾った地元の小中学生4人が「浦安の舞」を奉納しました。
厳かな雰囲気の中、しなやかに舞う小学生の姿は、訪れた方々を魅了しました。

日章旗返還

7月5日、太平洋戦争末期のレイテ島海戦で戦死した田嶋三蔵さんが戦地に持参した日章旗が、遺族に返還されました。この日章旗は、米テキサス州在住のピート・ゴバーさんが、元米兵の父親から譲り受けたもので、ピートさんの希望により返還が実現しました。



遺族代表の田島勇二さんは、「本人も故郷に帰りたいと願っていたと思う。戦後70年余りが過ぎた今、こうして日章旗が私たちのもとに戻ってきたことをありがたく思っています。」と感謝の意を述べました。

百歳長寿を祝う 藤村みちるさん

藤村みちるさん（大正8年青森県生まれ）が7月8日に満100歳の誕生日を迎え、児玉市長が顕彰状と祝い金を贈り、長寿を祝いました。
藤村さんの長寿の秘訣は、さまざま年代の人とおしゃべりをしたり笑ったりすることだそうです。





かづの の パ ワ ー

地域電力小売会社かづの パワーを設立

令和元年7月17日、市と地元
の金融機関・事業者の共同出資
により、電力の地産地消を実現
する電気小売会社「株式会社か
づのパワー」を設立登記し、豊
富な再生可能エネルギーを地域
活性化に結び付ける取り組みを
スタートさせました。



再生可能エネルギーと 新エネルギービジョン

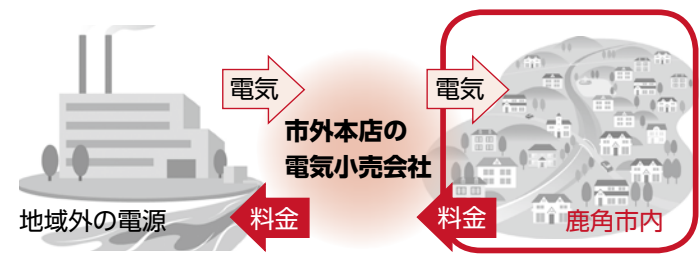
本市は再生可能エネルギー(以
下、再エネ)に恵まれた地域で
あり、すでにたくさんの方々が再エネ
発電所があることから、電力の
自給率は33.0%(2018年
3月時点)を超える、全国でも
有数の「永続地帯」です。

東日本大震災以降、日本全国
で再エネを増やして、電力の自
給率を高めようという動きが強
まっている中、本市ではすでに
市内で使う電気の3倍以上の再
エネ電力が作り出されています。

市では、この豊富な再エネを
地域の活性化につなげるため、
平成23年に「新エネルギービジ
ョン」を策定し、3つの基本目標
を定め、実現のためのプロジェ
クトを進めてきました。

電力の地産地消とは

電力の地産地消は、市民が「ど
の電気小売事業者から電気を
買っているか」、また、「その電
気料金はどこに流れているのか」
に視点を置きます。



電気料金の域内循環



ら供給、電気使用まで地域内で
完結させることが電力の地産地
消であり、電気料金を市内に循
環させることが、かづのパワーの
取り組みとなります。

現在、本市の電気料金は年間
数十億というお金が市外に流出
しています。これを市内に留め
ておくことができれば、数十億
の外貨を稼ぐのと同じ経済効果
になります。電力の地産地消は、
地域の電源を使うだけでなく、
電力資金の域内循環を生み出す
こととなります。

かづのパワーが目指す未来

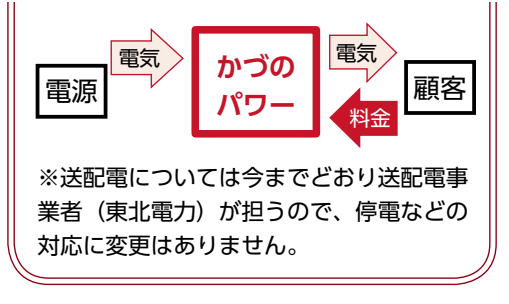
かづのパワーは、発電事業者
から電気を購入して顧客に販売
する、電気小売事業を行います。
本市の豊富な再エネ電気を購入
し、その電気を地域内に供給す
ることによって電力の地産地消
を図ります。

かづのパワーが得た利益は、
市に寄附して市の施策によつて
地域に還元する方法や、地域の
再エネへの投資、または顧客への
安価な電気料金などで還元しま
す。

令和2年4月1日から電気
の供給開始を予定していますが、
最初は市の公共施設の一部を対
象とします。ノウハウと実績を
積み重ね、電力の地産地消のメ
リットを市民にお伝えしながら、
新たな電源の獲得とともに規模
を拡大していき、最終的には市
内全域に安価でクリーンな鹿角
の電力を供給して、豊かなまち
につなげることを目指します。

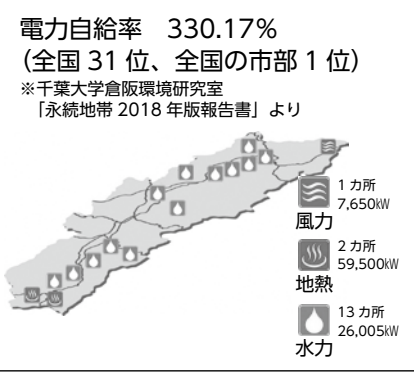
産業活力課 商工・新工班
30・0250

かづのパワーは 電気を仕入れ販売する電気小売会社



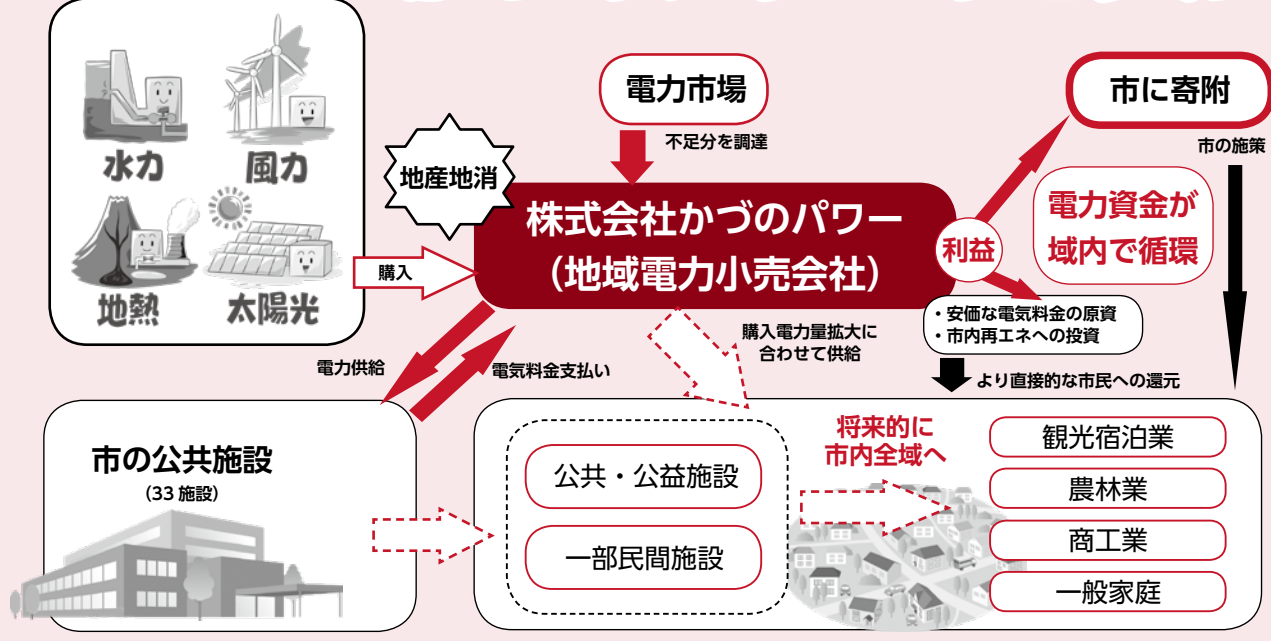
※送配電については今までどおり送配電事
業者(東北電力)が担うので、停電などの
対応に変更はありません。

本市の再生可能エネルギー



※永続地帯とは、住み続けるた
めに必要なエネルギーと食糧
をその地域で生み出すことが
できる地域のこと

電力自給率330%超 市内の既存電源・新規電源 かづのパワーのモデル



新エネルギービジョン

3つの基本方針

- ①多くの市民の目に触れ、体感することで環境意識を高める
 - ・公共施設への太陽光パネルなどの設置
- ②共働による新エネルギーの普及の仕組みをつくる
 - ・子どもたちを中心とした普及啓発講座の実施



- ・再エネに取り組む市民団体・企業の登場
- ③新エネルギーの導入により地域の活性化を図る
 - ・小水力発電、木質バイオマスなどの導入可能性調査
 - ・地域電力小売会社を設立し、電力資金の域内循環を図る

← かづのパワーの取り組み

始動

鹿角の夏祭り

歴史と伝統が息づき、多くの祭典が開催される8月。鹿角は祭り一色となり、一年で最も活気あふれる季節を迎えます。

花輪ねぶた

勇壮な武者絵の大作進
日いち 8月7日(日)～8日(日)
場所 花輪商店街通り・稲村橋など
花輪ばやし祭典委員会
☎ 22・6088

花輪ばやし

豪華絢爛「日本一」の祭ばやし
日いち 8月19日(日)～20日(日)
場所 花輪商店街通り・
JR鹿角花輪駅前など
花輪ばやし祭典委員会
☎ 22・6088

花輪の町踊り

受け継がれる江戸情緒
日いち 8月下旬から
場所 花輪商店街通りなど
花輪ばやし祭典委員会
☎ 22・6088

毛馬内の盆踊

しとやかな幽玄の踊り
日いち 8月21日(日)～23日(金)
場所 毛馬内こもせ通り
毛馬内盆踊り振興会
(コナンカード協同組合内)
☎ 30・3939

大湯大太鼓まつり

天までとどろく鎮魂の響き
日いち 8月15日(日)
場所 道の駅おおゆ
大湯大太鼓保存会
☎ 37・2165



スキーと駅伝のまち

第72回十和田八幡平駅伝競走全国大会

鹿角の夏の恒例行事であり、十八(じゅっぱち)の愛称で親しまれている十和田八幡平駅伝競走全国大会は今年も8月7日(日)に開催されます。

前大会から新たに女子の部が創設され、男子17チーム、女子6チームが真夏の鹿角を駆け抜けます。沿道からの熱い声援をよろしくお願いたします。

☎ 30・0297
大会事務局(スポーツ振興課内)



男子の部

No.	所属	チーム名	No.	所属	チーム名
1	茨城県	小森コーポレーション	15	三重県	NTN B
2	東京都	コモディイイダ	16	岩手県	岩手自衛隊
3	埼玉県	八千代工業	17	宮城県	BEERMAN
4	新潟県	セキノ興産			
5	東京都	警視庁			
6	秋田県	秋田陸上競技協会			
7	福島県	福島陸上競技協会			
8	青森県	青森陸上競技協会			
9	宮城県	宮城			
10	山形県	山形ミートランドクラブ			
11	秋田県	大館北秋陸協 A			
12	秋田県	大館北秋陸協 B			
13	東京都	コニカミノルタ			
14	三重県	NTN A			

女子の部

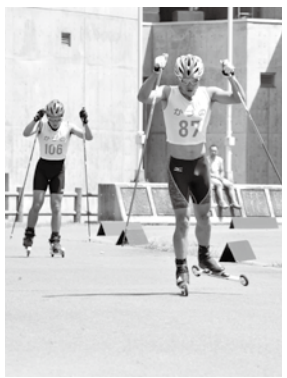
No.	所属	チーム名	No.	所属	チーム名
1	宮城県	東北福祉大学 A	1	宮城県	平塚果樹園
2	宮城県	東北福祉大学 B	2	宮城県	大湯温泉総合振興
3	埼玉県	ニトリ	3	宮城県	プラザ
4	宮城県	聖和学園高等学校	4	宮城県	錦木地区市民センター
5	千葉県	流通経済大学付属柏高等学校	5	千葉県	日産サテイト秋田鹿角支店
6	宮城県	石巻専修大学	6	宮城県	秋田県信用組合花輪支店

第30回全国ローラースキー選手権大会

クロスカントリースキーの強化を目的とした今大会も今年で30回を迎えます。

地元の小・中学生から日本代表選手までが出場し、夏場のトレーニングの成果を試します。また、前日の8月9日(日)には、全日本の指定選手およびコーチによるローラースキーのジュニアクリニックを開催します。参加費は無料で、一流選手の走りを見ることができるといっていい機会ですので、ぜひ、ご参加ください。

大会事務局(NPO法人鹿角市体育協会内) ☎ 23・5850



◆日時 8月10日(日) 10時 競技開始
11日(月) 8時30分 競技開始
◆場所 花輪スキー場ローラースキーコース
◆種目 【第1日目】クラシカル競技 小学女子3歳・小学男子3歳・中学女子5歳・中学男子7.5歳・少年女子7.5歳・成年女子7.5歳・少年男子10歳・成年男子10歳
【第2日目】フリー競技 小学女子3歳・小学男子3歳・中学女子5歳・中学男子7.5歳・成年女子7.5歳・少年女子7.5歳・成年男子10歳・少年男子10歳

◆日時 8月9日(日) 13時
◆場所 花輪スキー場ローラースキーコース
◆対象 小学生・高校生
◆講師 全日本ナショナルチーム指定選手・コーチ

**加盟店を募集します
プレミアム付商品券取扱加盟店を募集**

消費税引き上げの影響を緩和するため、10月分から販売するプレミアム付商品券を使用することができる取扱加盟店を募集します。

- ▶ **募集開始** 8月1日(木)
 - ▶ **申込方法** かつの商工会のホームページに掲載されている内容をご確認いただき、取扱加盟店申込書を記入の上、メール、FAX またはかつの商工会に直接提出してください。
- かつの商工会ホームページ**
QRコードを読み取ることでホームページを閲覧できます。
- ※医療機関や介護施設も対象となります。詳しくは、**かつの商工会 (☎ 22-0050)** までお問い合わせください。



☎ 産業活力課
商工・新エネ班
☎ 30-0250



**中学校・高校の制服や学用品などをお譲りします
鹿角市子育て応援リユース事業**

お子さまのいる家庭を対象に、市内の皆さまから提供いただいた、使わなくなった制服や学用品を無料で提供します。

- ▶ **日時** 8月24日(土) 10時～12時
 - ▶ **場所** 福祉保健センター 1階集団指導室
 - ▶ **対象者** 市内在住の小・中・高校生(新年度からの進学予定を含む) およびその保護者
 - ▶ **提供品** 市内中学校と高等学校の制服、学校指定のジャージ、学校指定の通学カバン、柔道着(体育の授業で使用するもの)、校章、組章、ピアニカ、リコーダー、習字セット、絵の具セット、彫刻刀セット
- ※お子さまの年齢を確認できるもの(健康保険証や学生証)をお持ちください。
※提供数には限りがありますので、ご了承ください。

☎ 子育て・長寿課 こども家庭応援班 ☎ 30-0235
NPO 法人子どもコンシェルジュ
☎ 080-8223-3036

**市塾「恋愛指南塾」
第2回コミュニケーション講座**

独身者を対象に開講している市塾「恋愛指南塾」の第2回目講座を開催します。第1回より恋愛に特化した内容で、人見知りや口下手と感じている方でも、楽しく会話できるコツを学びます。ぜひ、ご参加ください。

- ▶ **日時** 8月31日(土) 18時から(男性) 19時から(女性)
- ▶ **場所** 花輪市民センター 研修室(コモッセ内)
- ▶ **講師** かさいみずえ氏
- ▶ **申込方法** 電話またはメールでお申し込みください。
- ▶ **申込締切** 8月26日(月)

第1回コミュニケーション講座参加者の声



・おもしろい内容で良かったので、また参加したいです。
・自分のことを知ることができた良い機会でした。

☎ 政策企画課 政策推進班 ☎ 30-0205
E-mail seisaku@city.kazuno.lg.jp

**働き方改革への疑問を解決
秋田働き方改革推進支援センター出張相談会**

働き方改革に関する質問に専門家が答えられます。事業主に限らず、だれでもお気軽にご相談ください。

- ▶ **日時** 毎月第2木曜日(8月8日(木)～) 10時～15時
- ▶ **場所** まちなかオフィス 相談室
- ▶ **相談例**
 - ・有給休暇年5日取得の義務化について
 - ・残業時間を減らす方法
 - ・人手不足への対応策
 - ・セクハラ、パワハラなど
- ▶ **申し込み** FAXで秋田働き方改革推進支援センターまで事前にお申し込みください。当日の申し込みも可能ですが、お待ちいただく場合があります。

☎ 産業活力課 商工・新エネ班 ☎ 30-0250
秋田働き方改革推進支援センター
☎ 0120-695-783
FAX 018-823-3883

**起業・創業をお考えの方へ
まちなかオフィス入居者募集**

起業・創業者向けの貸事務所「インキュベートルーム」の入居者を募集します。入居を希望される方は、産業活力課に必要書類を提出してください。

- ▶ **提出書類**
 - ①まちなかオフィス使用許可申請書
 - ②事業計画概要説明書
 - ③都道府県税および市区町村税の滞納がない証明書

※①と②は市ホームページからダウンロードできます。
- ▶ **提出期限** 8月30日(金)

募集物件	①インキュベートルームB (15.08㎡) ②インキュベートルームC (14.63㎡)
月額使用料	10,000円(電気料・通信料・駐車場代含む) ※市外在住者が転入して使用する場合は無料
入居要件 ※②・③は、どちらか一方に該当する者	①農林漁業、保険・金融業、風俗法の許可または届け出が必要な業種以外の業種 ②創業を計画しており、施設の使用を開始する日以後1年以内に事業を開始する者 ③創業後1年以内の個人もしくは法人
入居期間	入居許可日から3年以内

☎ 産業活力課 商工・新エネ班 ☎ 30-0250

**申請受付を開始します
かつのの宝育成支援補助金(小中学校)**

かつのの宝育成支援補助金	
補助金の額	・小学校に在籍する第3子以降の子1人につき、年額12,000円(月額1,000円) ・中学校に在籍する第3子以降の子1人につき、年額24,000円(月額2,000円)
手続き方法	必要書類(戸籍謄本など)を9月30日(月)までに在籍する学校または市教育委員会に提出

- ▶ **対象** 小学校、中学校に在籍する第3子以降の児童生徒を養育している保護者(以下の要件すべてに該当していること)
 - ①平成31年1月1日現在、本市に住居登録していること
 - ②第3子以降の子が、1学期の始期に小学校または中学校に在籍しており、今後も在籍する見込みがあること
 - ③第3子以降の子が、就学援助事業、特別支援教育就学奨励事業の認定を受けていないこと
 - ④世帯内において市税および学校集金に滞納がないこと

※第3子とは、同一の戸籍謄本または出生届の受理証明書に記載されている出生年月日順が3番目の子のことです。ただし、離婚などにより養育していない子は数に含まれません。

☎ 総務学事課 学事指導班 ☎ 30-0291

**身体障害者手帳の診断や補装具の交換・修理
身体障害者巡回相談(肢体)**

- ▶ **日時** 8月5日(月) 9時30分～11時30分(受付) 10時～12時(診察)
 - ▶ **場所** 大館市中央公民館(大館市字桜町南45-1)
- ※認め印、身体障害者手帳(すでにお持ちの方のみ)をご持参ください。

☎ 福祉総務課 地域福祉班 ☎ 30-0238

**農地の活用状況を確認します
農地パトロール(利用状況調査)**

現在耕作していない農地(遊休農地・不作付地)がある方は、草刈・耕起を行うなど、適正な農地管理をお願いします。

- ▶ **実施期間** 8月20日(日)～9月30日(月)
 - ▶ **対象地** 市内すべての農地
 - ▶ **調査方法** 農業委員や農地利用最適化推進委員が巡回します。
- ※農地内に立ち入ることやお話をお伺いすることもありますので、ご理解とご協力をお願いします。

☎ 農業委員会事務局(農業総合支援センター内) ☎ 30-0283

**8月11日は山の日
まるごと八幡平“体感”観光キャンペーン**

国立公園八幡平地域の雄大な自然の恵みを体感できる観光キャンペーンを開催します。ぜひ、ご来場ください。

- ▶ **日時** 8月11日(日)(山の日) 9時～15時
- ▶ **場所** 八幡平ビジターセンター
- ▶ **内容**
 - ①体験イベント
ツリークライミング・クラフト体験・ミニガイドツアーなど
 - ②鹿角の特産品販売
味噌付けたんぼの実演販売や北限の桃ジュースの販売など
 - ③観光PRコーナー
鹿角の旬な観光情報や森林セラピー情報を提供
 - ④来場者プレゼント
当日使用可能な無料入浴券やノベルティグッズ

☎ 産業活力課 観光交流班 ☎ 30-0248
(株)かつの観光物産公社 ☎ 22-0555

令和元年度 敬老会

令和元年度敬老会を開催します。笑顔で長寿を祝いましょう。

日程	対象地区
8月27日(日)	花輪地区(柴平地区を除く)
8月28日(月)	八幡平地区、尾去沢地区
8月29日(火)	十和田地区

◆時間 10時～11時40分
※会場内の飲食はありません。

◆対象 昭和19年4月1日以前に生まれ、本市に1年以上居住している方
◆駐車場の使用禁止期間 8月27日(日)～8月29日(火)8時～14時
式典終了後、祝賀公演を行います。

◆公演内容 園児お遊戯(市内保育園)、鹿角民謡(鹿角民謡保存会)、なまげ太鼓(恩荷)

敬老祝い金

高齢者に敬老の意を表し、福祉の増進を図ることを目的に、敬老祝い金を支給します。

◆対象 9月15日現在で満88歳の方(昭和5年9月16日から昭和6年9月15日までに生まれた方)で、本市に1年以上居住している方

◆支給方法 敬老会または自治会(婦人会)を通して支給します。

健康長寿表彰

高齢者の自立した生活を讃えるとともに、介護保険料の納付および介護予防について意識の高揚を図ることを目的に、健康長寿表彰を行います。

- ◆対象 次のすべての条件に該当する方
- ①平成31年4月1日現在で満90歳以上
 - ②本市に1年以上居住している
 - ③要介護認定または要支援認定もしくは介護予防・生活支援サービス事業対象者の認定を受けたことがない
 - ④当該年度以前の介護保険料を滞納していない

◆贈呈方法 表彰状および記念品を、敬老会または自治会(婦人会)を通して贈呈します。

子育て・長寿課 高齢者支援班
☎30・0234



昨年の敬老会の様子

家族介護者交流会

介護者同士の交流や情報交換を通じて介護者ご自身の健康づくり・心身のリフレッシュを図ります。在宅で介護している方や介護経験のある方、介護について学びたい方など、どなたでも参加できます。

- ◆日時 9月19日(日)10時～12時
◆場所 花輪市民センター(コモッセ内)研修室
◆内容 介護者の健康管理「骨密度を測定してみませんか」
・かかとの骨密度を測定します。
・心と体の癒し、セラピー効果のあるハンドマッサージを行います。

健康ライフ課 介護予防班
☎30・0103

減塩&野菜を食べようキャンペーン

8月31日(日)は「野菜の日」です。生活習慣病予防のためには、1日に野菜を350g以上食べることが推奨されています。日本人は、あと+70gで目標を達成できます。野菜の美味しい食べ方を知り、しっかりと食べて健康寿命をのばしましょう。

- ◆日時 8月20日(日)15時～16時
◆場所 いくとく鹿角ショッピングセンター

子宮がん・乳がんの検診

希望される「検診の種類、医療機関、日にち」をお伝えください。ご連絡いただいた方へ検診日前に「案内通知」と「受診票」をお送りします。

- ◆予約締切 8月30日(金)
◆予約方法
①健康ライフ課健康づくり班に電話で予約
②市ホームページ(くらし・手続き・保健・健康)にアクセスし予約



健康ライフ課健康づくり班
☎30・0119

8月の健康教室

国保の加入者に限らず、参加費無料でどなたでも参加できます。参加希望の方は、前日までに電話でお申し込みください。

- 日時/場所/持ち物など
ストレッチポール教室
ストレッツボール教室
5日(日)10時/記念スポーツセンター
/運動ぐつ、水分補給の飲料

◆内容 減塩でたくさん野菜が摂れるレシピの試食、ティッシュなどの配付

健康ライフ課健康づくり班
☎30・0119

LINEの個別相談

こころの健康回復を支援する専門員(臨床心理士)が、こころの悩みをやらわげるためのアドバイスをします。苦しい気持ちや落ち込んだ気分が続いているなどで悩まれている方はもちろん、家族など周囲の方も相談できます。相談には予約が必要です。相談の日時・場所については、相談者のご都合に合わせて調整します。相談は無料で、秘密は厳守します。まずはご連絡ください。

◆時間 10時～16時 ※土曜・日曜・祝日を除く
※相談時間は1時間程度です

健康ライフ課健康づくり班
☎30・0119

介護保険制度説明会

◆日時 8月21日(日)10時～11時
◆場所 福祉保健センター

子育て・長寿課 高齢者支援班
☎30・0234

ココから体操教室(華美会)

9日(金)10時/大湯温泉保養センター
湯都里/運動ぐつ、水分補給の飲料

ゆったりヨガ教室(くびれてみヨガ)

9日(金)10時15分/花輪市民センター(コモッセ内)/ヨガマットまたは大判バスタオル、水分補給の飲料

リズム運動教室(ヘルスデザイン)

21日(日)10時/花輪市民センター(コモッセ内)/運動ぐつ、水分補給の飲料

ちよ筋ストレッチ教室(ホリデーサークル)

25日(木)10時/福祉プラザ/ヨガマットまたは大判バスタオル、水分補給の飲料

浅利ゆみ先生の健康体操教室(スマイル教室)

27日(土)13時30分/福祉保健センター
/水分補給の飲料
※無料託児を利用される方は、1週間前までにお申し込みください。

市民課 国保医療班
☎30・0222



鹿角市自殺防止キャラクター「いのっぴ」

鹿角市障がい者総合サポートセンターをご利用ください

鹿角市障がい者総合サポートセンターでは、障がいに関するさまざまな相談を受け付けています。相談者(ご本人・ご家族・関係者など)のお話をお聞きして、どのような援助が必要なのかを一緒に考えます。どこに相談してよいかわからないときは、まずは当センターにご相談ください。

障がいとは

- 身体障がい ○知的障がい
 - 精神障がい ○発達障がい
 - 高次脳機能障がい ○難病
- ほか、心身の障がいや社会的な障壁により生活に援助が必要な方
※手帳の有無は問いません

たとえば・・・

急に入院しなければならなくなったが、知的障がいのある子どもが一人になってしまうので心配。どうすればいいの？

子どもに障がいがあると言われたけど、どう接したらよいかわからない。

障がいのある家族が、退院して自宅に戻ってくるけれど、どんな支援が受けられるの？

就職したいと思うけど、どんなふうにおすすめがいいかわからない。就職しても長続きしない。

日中活動できる場所を紹介してほしい。サービス等利用計画ってなに？

来所による相談のほか、電話やご自宅を訪問しての相談にも対応しています。お気軽にご相談ください。

鹿角市障がい者総合サポートセンター

住所：鹿角市花輪字上中島 93 番地 ☎30 - 1088

営業日時：月曜～金曜 (年末年始を除く) 8時15分～17時15分

大湯ストーンサークル館

親子体験学習 JOMOLABO

「縄文ひものストラップを作ろう！」

- ◆日時 8月24日 10時～15時
- ◆場所 大湯ストーンサークル館 縄文工房
- ◆内容 縄文土器に模様をつける時に必要な特別なひもに飾りをつけてストラップを作ります。自分だけのストラップを作ってみませんか。
- ◆参加費 無料(一人1個限り)

大湯ストーンサークル館 ☎37・3822

鹿角GENKIカレッジ

専門講座

グラフィックハーベスティング基礎講座

- ◆日時 8月24日 10時～17時(前編)、8月25日 10時～17時(後編)
- ◆場所 花輪市民センター 研修室
- ◆講師 牧原 ゆりえ氏(一般社団法人 サステナビリティダイアログ代表理事)
- ◆対象 鹿角GENKIカレッジ塾生のほかどなたでも参加できます(中学生以上)
- ◆募集人数 50人(ただし塾生優先)
- ◆内容 会議などの内容を絵やイラストを用いて記録する方法を学び、上手な振り返りや共有の仕方考えます。

生涯学習課 社会教育班 ☎30・0292

花輪図書館

よるとしよ mini ～祭りの夜に RUN! RUN! RUN!

- ◆日時 8月7日 19時～20時
- ◆場所 花輪図書館
- ◆内容 「花輪ねぶた」「十八駅伝」の開催日にあわせ、開館時間を1時間延長します。無料の飲み物を用意していますのでお立ち寄りください。

花輪図書館 ☎23・4471

十和田図書館

参加費 無料(全イベント)

夏休み工作教室

「オリジナルバッグを作ろう」

- ◆日時 8月4日 10時30分～11時30分
- ◆内容 図書館の蔵書入替で不要になった、美術全集などの空箱を再利用して、おしゃれなバッグを作ります。

図書館おばけ屋敷

夕暮れ時から夜にかけての逢魔時に、雰囲気たっぷりの図書館に遊びに来ませんか。

◆日時 8月12日 17時～19時

郷土を語る会 講座「毛馬内郷土史2」

- ◆日時 8月16日 14時～16時
- ◆講師 阿部 正記氏(郷土を語る会)
- ◆内容 毛馬内郷土史2

よるとしよ

開館時間を延長します。お仕事帰りに図書館に寄ってみませんか。

◆日時 8月21日 17時30分～19時30分

本のリサイクル

まだまだ読めるものの、古くなった本などを無償でお譲りします。

◆日時 8月21日 19時～23日 19時

※21日のみ、よるとしよに合わせて19時30分まで開催します。22日・23日は通常通り17時30分で閉館です。

古典読書講座「源氏物語」

- ◆日時 8月24日 13時30分～15時30分
- ◆講師 小田嶋 哲夫氏(元高校教員)

十和田図書館 ☎35・3239

先人顕彰館

開館時間の変更 8月21日 19時～23日 19時

は毛馬内盆踊りの開催に合わせて開館時間を18時30分まで延長します。

湖南を知る会

- ◆日時 8月3日 13時30分
- ◆講師 猪股 俊彦氏

◆内容 明治21年4月に湖南から父十湾へ宛てた書簡を解説します。

◆参加費 無料

先人顕彰館 ☎35・5250

子ども未来センター

子育てでくすくす学校

「子育てって？子どもの感性」

1歳からスマホが使える時代。ゲーム脳にならないか心配。でもどう育てたらいいの？そんな悩みに松延先生がズバットお答えします。

◆日時 8月31日 10時～12時

◆場所 交流センター

◆講師 松延 康氏(理科教育研究フォーラム 夢・サイエンス代表 農学博士)

◆参加費 100円

◆対象 市内の子育て中の方 ※託児無料(要予約)

産んで楽しい「うみたの」

新しい命を授かって、嬉しいものに見えない不安がいつぱい。そんなあなたの不安や疑問を、専門家と先輩ママたちと一緒にお茶を楽しみながら語らう会「うみたの」。育児の悩み、寝かしつけや抱っこの仕方など産後に役立つ育児のコツが盛りだくさん。

◆日時 9月1日 10時～12時30分

◆場所 小坂町ゆとりあり

◆講師 菅原 光子氏(助産院イスキア)

◆対象 鹿角市・小坂町の妊婦さんとそのご家族(無料託児有・要予約)

※産後間もないママも参加できます

◆持ち物 母子手帳

Cafeの日&あのねの日

◆日 8月1日 10時～12時(保健師・心理士)

◆日 8月9日 10時～12時

Cafeの日

◆日 8月22日 10時～12時

◆日 8月29日 10時～12時

子ども未来センター ☎30・0855

児童センター

第6回全国KAPLA大会in鹿角

今年もやってきましたカプラ大会。巨大な塔やお城、ロボットを作ったり、たくさん並べて街を作ったり、毎年素敵な作品が出来上がっています。今年はどうな作品ができるのでしょうか。全国で入賞すると素敵な景品がもらえます。ぜひ挑戦してみてください。

◆日時 8月18日 10時～18時(受付は17時まで)

◆場所 花輪市民センター 講堂 (コモッセ内)

◆参加費 無料

※3歳児未満託児有(要予約)



昨年度の佳作 [KAPLA 神殿]

親子DEのびのび子ども塾

「親子でわくわく〜どきどき!理科実験」

親子で楽しく理科実験をするチャンスです。理科離れと言われている現代。松延先生の理科実験でわくわくどきどきを味わいましょう。

◆日時 9月1日 10時～12時

◆場所 十和田市民センター

◆講師 松延 康氏(理科教育研究フォーラム 夢・サイエンス代表 農学博士)

◆定員 30組

◆参加費 子ども一人につき300円

◆対象 市内の小学生とその保護者

◆申し込み 8月9日 10時～(定員になり次第締切)

児童センター ☎23・7180

病児保育室 なおくれ

病児保育を行います

病気やけがで通園・通学できないお子さんをお預かりします。市内のどなたでもご利用になれます。

◆利用料 1千円(1日)

病児保育室なおくれ ☎23・2220



文化の社交流館「コモッセ」

文化の社交流館開館4周年記念公演

名取裕子みちのく巡礼芸楽劇場「津軽世去れ節」

直木賞作家長部日出雄の受賞作「津軽世去れ節」を美しい風景写真と津軽三味線をバックに女優 名取裕子さんが情緒豊かに語ります。

◆日時 8月24日 14時～15時30分

◆場所 文化の社交流館 コモッセ

◆入場料 一般2500円(当日3千円)、高校生以下1千円 ※全席指定、未就学児入場不可

◆プレイガイド コモッセ窓口、各市民センター、大湯支所、セパーム(小坂町)、ほくしか鹿鳴ホール(大館市)

◆名取裕子さんご本人からのメッセージ 「鹿角のみなさん、名取裕子です。8月24日土曜日、コモッセ文化ホールに長部日出雄作、津軽世去れ節朗読舞台でおじゃまします。8月24日土曜日、コモッセでお会いしましょう。」 ※QRコードを読み取りいただけますとメッセージが再生されます。

文化の社交流館 ☎30・1504



乳幼児の健診カレンダー

とき	内容	対象	受付開始
2日 10時	3歳児健診	平成28年4月生(八、尾、花)	12時45分
21日 10時	3~4か月児健診	平成31年4月生(全地区)	12時45分
22日 10時	1歳6か月児健診	平成29年12月生(全地区)、平成30年1月(八)	12時45分
27日 10時	乳児相談(4~5か月児)	平成31年3月生(全地区)	9時45分

※(花)(八)(尾)(十)(大)は、花輪・八幡平・尾去沢・十和田・大湯を指します。

子育て・長寿課 こども家庭応援班 ☎30-0265

誕生日の思い出に写真を掲載してみませんか。(未就学児のお子さんに限ります) 詳しくは政策企画課 政策推進班 (☎30-0205) までご連絡ください。

今月のお誕生日

ゆざわかなで 湯澤 花奏ちゃん 1歳



平成29年8月8日生/十和田 父 周平さん・母 美羅さん
パパと体を動かして遊ぶのが大好きななっちゃん!動物にも興味津々!どん兵衛兄ちゃんとうさ丸兄ちゃんと仲良しです♥

みんなの情報広場のコーナーです。
原稿の締切日は発行月の前月30日です。

◎FAX 郵送でもお申し込みできます。
政策企画課 FAX 30-1122

農業振興地整備計画の全体見直し

「農業振興地域の整備に関する法律」に基づいた計画の全体見直しを行っています。
農地利用などについてのアンケートを実施します

対象農家に調査票を配布しますので、ご協力をお願いします。
提出期限：8月31日
計画決定までの一定期間は、農用地利用計画の変更申請受付を休止します

来年度に農業振興地域の除外や編入、用途区分の変更をご検討されている方は、受付期限までに申請してください。
受付期限：令和2年5月31日
受付休止期間：令和2年6月1日～計画決定まで（令和3年3月予定）

◎農林課 構造改革推進班
☎30-0274

戦没者顕彰式・平和祈念のつどいの開催

市民の皆さんのご参加をお願いします。

日時：8月9日 10時
場所：文化の交流館コモッセ文化ホール

※後方座席が自由席となります。
◎福祉総務課 地域福祉班
☎30-0238

あきた結婚支援センター出張センターの開設

日時：8月4日 11時～16時
場所：文化の交流館コモッセ
内容：会員登録の受付、お相手検索、結婚に関する相談
申込：完全予約制のため、利用を希望する本人が、開設日の2日前までに（☎0800-800-0413）まで電話で予約してください。

◎政策企画課 政策推進班
☎30-0205

ツキノワグマ出没注意報発令中

県内で捕獲されたツキノワグマの頭数が例年より多く、またブナの結実予測が大凶作となっており、住宅地や農地周辺への出没による人身被害などの発生が危惧されることから、ツキノワグマ出没に関する注意報を発令します。

期間：8月31日 15時まで
注意報発令区域：県内全域
対策：目撃情報の共有、出没箇所のパトロール強化など
◎秋田県生活環境部 自然保護課
☎018-860-1613

夏の交通安全運動

8月1日～10日間は「夏の交通安全運動」期間です。
また、8月は「飲酒運転追放県民運動」の強調期間となっています。
交通ルールを再確認し、事故の未然防止を心がけましょう。

◎市民共働課 環境生活班
☎30-0224

使用済み乾電池の収集

収集日：9月1日
集積場所：各自治会が指定する場所または各市民センター
※市ホームページでも確認できます
◎市民共働課 環境生活班
☎30-0224

不燃物投棄場のお盆休み

休業日：8月15日 16日
※毎週木・金・土曜日が通常の開場日です。
◎市民共働課 環境生活班
☎30-0224

かごのInstagram投稿キャンペーン

「#鹿角いいね」と「#かごのプレミアムツアー」をつけて投稿した方の中から抽選で豪華賞品をプレゼントします。鹿角の素敵な写真を世界中に発信しませんか。
※あんたらあが企画・販売している着地型旅行商品で、8月のツアーを販売中です。（道の駅かごのあんたらあ 22・0520）
期間：8月31日 15時まで
参加方法：
① Instagramで鹿角市公式アカウント (@kazunocity-official) をフォロー
② 本市の魅力的な写真を撮影
③ 「#鹿角いいね」と「#かごのプレミアムツアー」をつけてInstagramで写真を投稿
※抽選結果はダイレクトメールでお知らせします。
◎産業活力課 観光交流班
☎30-0248



見返峠駐車場再整備工事（第1期）

見返峠駐車場において、再整備工事を行います。何かとご不便、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
期間：7月上旬～10月下旬（予定）
場所：見返峠駐車場の一部
※各施設は通常どおり営業してあります。駐車台数は減りますが、駐車可能です。
※駐車場出入口が通常と変わる場合があります。最新情報については、現地案内や八幡パークサービスセンター（自然公園財団八幡平支部）のFacebookをご確認ください。
※日曜日・祝祭日は原則として作業を行いません。

毎月勤労統計調査特別調査

厚生労働省では、常用労働者1～4人の事業所を対象に毎月勤労統計調査特別調査を実施します。調査対象となる事業所には、8月から9月にかけて調査員が訪問しますので、調査へのご理解とご協力をお願いします。
◎秋田県企画振興部 調査統計課
☎018-860-1256

あきた回帰キャンペーン

県では市町村と連携し、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」を年間を通じて展開しています。「そろそろ秋田に帰ろうかな」「秋田に住んでみたい」という方がおりましたら、ぜひ相談窓口にお問い合わせください。

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」
☎0120-122-2105
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」
☎080-9292-5195
移住相談窓口「秋田移住定住総合支援センター」
☎018-8993-9981
Aターン就職登録・相談窓口「秋田県ふるさと定住機構」
☎018-826-1731
◎政策企画課 鹿角ライフ促進班
☎30-1310

し尿汲み取りの申し込み

受付時間：8時～17時 月～金曜日（祝祭日を除く）
休業日：8月13日 15日 15日 困
※家庭ごみの収集はお盆期間中も通常どおり行います。
◎鹿角衛生協業組合
☎23-7501

危機管理型水位計の運用開始

河川の監視体制や情報提供を強化するため、県内81河川177箇所にて「危機管理型水位計」を新たに設置し、平成31年4月1日から運用を開始しています。鹿角地域振興局管内では、新たに15河川21箇所にて水位計を設置し情報提供します。今後の梅雨、豪雨などによる河川の増水時の避難判断の目安としてご利用ください。

なお、河川の水位情報をご覧いただくには、インターネットで「秋田県河川情報」と検索し「秋田県河川砂防情報システム」をクリックしてください。
◎鹿角地域振興局 建設部
☎23-2316

消費生活セイフティ地域講座受講者募集

演題：消費税10%対応で消費生活はどう変わる
日時：9月4日 13時30分～15時30分
場所：北秋田市民ふれあいプラザ（コムコム）大研修室
講師：齋藤 廣勝氏（秋田県金融広報アドバイザー）
定員：40人
申込締切：8月27日 15時
◎秋田県生活センター 北部消費生活相談室 ☎45-1041

今月の相談日程

■出張年金相談（鷹巣年金事務所）

相談日：8月7日 14日 21日 28日 28日 31日
相談場所：市役所1・2会議室
開設時間：9時30分～12時、13時～15時30分
*相談日の1カ月前から前日までに鷹巣年金事務所への予約が必要です。基礎年金番号のわかる年金手帳や年金証書をご準備の上、電話で予約してください。

◎鷹巣年金事務所 お客様相談室
☎0186-62-1308

■無料総合相談（人権擁護委員・行政相談委員）

相談日：8月6日 10日 13日 16日 19日 22日 25日 28日 31日
相談場所：市役所会議室
受付時間：13時30分～16時
◎市民共働課 共働推進班 ☎30-0202

■無料相続・登記相談（司法書士）

相談日：8月20日 27日 31日
相談場所：交流センター
受付時間：13時30分～15時30分
*前日までに予約が必要です。
◎消費生活センター ☎30-0258

■無料弁護士相談（秋田弁護士会）

①相談日：8月8日 15日 22日 29日
相談場所：交流センター
受付時間：13時30分～16時
担当：緑川 正樹 弁護士
②相談日：8月22日 29日
相談場所：交流センター
受付時間：13時30分～16時
担当：川田 繁幸 弁護士 *どちらも前日までに予約が必要です。
◎消費生活センター ☎30-0258

令和元年度 鹿角市職員採用試験

◆試験会場 鹿角市役所

◎総務課 職員班 ☎30-0607

試験区分	採用人数	受験資格	第一次試験の内容
上級	若干名	平成元年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた方で、学校教育法による4年制大学を卒業または令和2年3月31日までに卒業見込みの方	大学卒業程度の教養試験、職場適応性検査
初級	若干名	平成6年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方（ただし、上級の受験資格のある方を除く）	高校卒業程度の教養試験、職場適応性検査

専門職 採用試験

試験区分	採用人数	受験資格	第一次試験の内容
上級土木	若干名	平成元年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた方（学歴不問）	大学卒業程度の土木専門試験、職場適応性検査

令和元年度 鹿角広域行政組合職員採用試験

◆試験会場 消防庁舎

◎鹿角広域行政組合事務局 ☎22-2611

試験区分	採用人数	受験資格	第一次試験の内容
初級	若干名	平成6年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方	高校卒業程度の教養試験、適性検査、体力検査

共通事項

- ◆試験日時 9月22日 9時30分～
- ◆合格発表（第1次試験） 10月9日 15時（予定）
- ◆受付期限 8月26日 8時30分～17時15分（土日祝日を除く）
- ◆申込書 ・鹿角市（総務課または各支所に申込書を請求してください）
・鹿角広域行政組合（事務局に申込書を請求してください）

*郵便で請求する場合は、封筒の表に「職員採用試験」と朱書きし、あて先の住所・氏名・郵便番号を記入して、120円切手を貼った返信用封筒（A4対応）を同封して各請求場所にお送りください。市ホームページからもダウンロードできます。





自主防災訓練の様子

三ヶ田自治会は八幡平地区の南側に位置し、夜明島川と田んぼに囲まれています。昔から農作業の時期に合わせた地域行事や自治会活動を行ってきました。

当自治会では、自治会全体での活動のほかに、子ども会や婦人会、老人クラブなどの各組織でも役割を分担しながら活動していますが、近年は自治会員の減少に伴い、地域行事や自治会活動への参加者も減少してきました。

このような状況を打開するため、

工夫し改善に取り組む自治会



三ヶ田自治会 会長

阿部 寿幸さん
Toshiyuki Abe

三ヶ田自治会
44世帯
約130人



市民共働課 共働推進班

☎ 30-0202

AED (自動体外式除細動器) の使用訓練を真似た種目を自治会運動会に追加して自主防災意識の向上を図り、また、自治会盆踊りの開催場所や日程を変更するなど、参加しやすい環境づくりに工夫を重ねてきました。工夫や改善しながら自治会活動に取り組んでいることで、今では沢山の住民が参加するようになりました。

このような活動は、新しい取り組みを否定することなく、理解し協力してくれた年配の方々の方が大変大きいと感じています。

今後、自治会員の減少により自治会活動の低迷が心配されますが、住民同士の団結はもちろんのこと、近隣自治会とも連携、協力して、今ある課題を新たな財産に変えられるよう頑張っていきたいと思えます。

(ショプロンからこんにちは!)

日本語指導員現地レポート
第10代日本語指導員 堀川さゆみさん
秋田市出身。大学時代に留学経験があり、帰国後もホームステイの受け入れや、多くの異文化交流プログラムに参加するなど、豊富な国際交流経験を活かして渡航。

ショプロンでは気温が30度前後の、暑い日が続いています。ただ、日本の蒸し暑さとは違い、乾燥しているのが、日本の夏よりも過ごしやすく感じます。日本では、紫外線対策として、日傘をさして肌を守る人を多く見かけましたが、ハンガリーでは、「日傘率」ほぼ0%です。代わりに「サンングラス率」がとっても高く感じます。日照りの中でも、日焼けをあまり気にしないのか、タンクトップにショートパンツなど、肌を出す人も多いです。文化の違いだと思えますが、面白いと思います。

6月11日から14日にかけて、みんなで楽しむ自由参加のイベント「スペシャルウィーク」を実施しました。

「スペシャルウィーク」では、カルタやトランプ、すごろく、折り紙、歌の練習、紙風船、映画鑑賞などのプログラムを用意しました。トランプは一休さんや七五三が描かれているものを使ったり、歌の練習では、夕焼け小焼けを歌ったりと、日本人にとっても懐



スペシャルウィークの様子

かしいものを揃えました。猛暑が続く中、たくさん生徒が参加してくれました。中には毎日来てくれた生徒もいました。日本の遊びは予想以上に盛り上がり、生徒同士もおしゃべりを楽しんでいました。私も、生徒と一緒に楽しい時間が過ぎて嬉しかったです。

日本語教室は、場所をお借りしている高校が夏休みに入ったため、教室も夏休み期間中はお休みです。その間は、プライベートレッスンをしたり、イベントを企画したりして、夏もアクティブに活動していく予定です。

ブログ公開中 <http://termeszetszereto.blogspot.com/> ぜひご覧ください。

世界遺産登録に向けて

ストーンサークル館 ☎ 37-3822

世界遺産

大湯環状列石

世界遺産登録に向けた取り組み

世界遺産と無形文化遺産

世界遺産は有形の不動産が対象で、自然遺産や文化遺産、複合遺産の3種類があります。2019年7月時点で自然遺産213件、文化遺産869件、複合遺産39件の合計1121件が登録されており、日本では自然遺産4件、文化遺産19件の合計23件が登録されています。

無形文化遺産は、芸能や祭礼、伝統工芸技術などが対象で、世界遺産とは異なるものです。本市では2009年に「大日堂舞楽」、2016年に「花輪祭の屋台行事」を含む「山・鉦・屋台行事」が無形文化遺産に登録されています。

たに締結され、無形文化遺産の保護が確立しました。

大湯環状列石は、世界遺産の文化遺産への登録を目指しており、登録されると本市初の世界遺産となります。



世界遺産と無形文化遺産はどちらもユネスコの条約に基づいた制度ですが、無形文化遺産は世界遺産の有形不動産の保護方法とは異なるため、2003年に「無形文化遺産の保護に関する条約」が新



花輪祭の屋台行事



大日堂舞楽 (鳥舞)

ECO & LIFE

ECO

快適なくらしの情報

その電話、「アポ電」かも? 知らない番号からの電話に要注意
不審電話に注意してください

警察や市役所などの公的機関、実在する企業、家族などをかたり、家族構成や資産状況を確認するアポイントメント電話、通称「アポ電」とみられる不審電話が増加しています。振り込み詐欺や還付金詐欺といった財産的被害のきつかけとなるだけでなく、強盗や窃盗といった人的被害にもつながる可能性があります。注意が必要です。

アポ電は、会話をしているうちに個人情報を出さそうとするものです。住所や生年月日、家族構成などの個人情報や資産状況を聞き出すなど、お金に関する話になった場合はすぐに電話を切りましょう。家族を名乗る電話であっても、一度電話を切って自らかけ直すことでトラブルが避けられます。

固定電話や携帯電話の着信番号通知機能のほか、留守番電話機能を活用し、誰からの着信であるか把握したうえで電話に出るようにしましょう。不審な電話があった場合はすぐに電話を切り、警察や消費生活センターに相談してください。

また、消費生活センターでは、通話録音装置の貸出を無料で提供しています。この装置は、電話の発信者に録音を知らせるアナウンスを流し、通話を自動で録音する装置です。貸出の対象は、高齢者のみの世帯(日中に高齢者のみとなる世帯も含む)、過去に特殊詐欺などの被害に遭ったことのある方です。詳細や申し込みについては、お問い合わせください。

消費生活センター
(市民共働課内)
☎ 30-0258

8月の行事予定 (在宅当番医)

※かづの厚生病院の入り口は「救急入口」になります。カレンダート下部「在宅当番医」の診察時間…月曜から金曜は17時～20時、土曜は14時～17時、日曜祝日は8時30分～17時

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
				1 シルリハ体操教室 福祉保健センター	2	3
		テレフォン病院 24 をご利用ください。 医師・看護師などが、健康や介護に関する相談をお聞きます。 ☎ 0120-959-783				
4 錦木塚まつり・奉納	5 ストレッチポール教室 シルリハ体操教室 尾去沢市民センター	6 ■無料総合相談	7 花輪ねぶた 7日・8日 十和田八幡平駅伝競走 全国大会	8 ■無料弁護士相談 シルリハ体操教室 八幡平市民センター	9 ココから体操教室 ゆったりヨガ教室	10 全国ローラースキー 選手権大会 10日・11日
大里医院 ☎ 22-1251	なかのクリニック ☎ 22-7335	大湯リハビリ病院 ☎ 37-3511	本田医院 ☎ 35-3002	福永医院 ☎ 35-3117	いけがみクリニック ☎ 30-0111	笹村整形外科 ☎ 30-0035
11 かづの厚生病院 ☎ 23-2111	12 花輪ばやし 19日・20日	13 ■無料相談・登記相談	14 水沢盆踊り太鼓	15 谷内先祓舞・大里先祓舞 15日・16日 大湯太鼓まつり	16	17
本田医院 ☎ 35-3002	鹿角中央病院 ☎ 23-4131	なかのクリニック ☎ 22-7335	大里医院 ☎ 22-1251	福永医院 ☎ 35-3117	本田医院 ☎ 35-3002	
18 長橋医院 ☎ 23-7612	19 大湯リハビリ病院 ☎ 37-3511	20 小坂町診療所 ☎ 29-5500	21 毛馬内の盆踊り 21日～23日 リズム体操教室	22 ■無料弁護士相談 シルリハ体操教室 尾去沢市民センター	23	24
大湯リハビリ病院 ☎ 37-3511	小坂町診療所 ☎ 29-5500	三ヶ田医院 ☎ 31-1231	笹村整形外科 ☎ 30-0035	鹿角中央病院 ☎ 23-4131	長橋医院 ☎ 23-7612	
25 ちょ筋ストレッチ教室	26	27 浅利ゆみ先生の健康 体操教室 シルリハ体操教室 十和田市民センター	28	29 シルリハ体操教室 福祉保健センター シルリハ体操教室 八幡平市民センター	30 鹿角市敬老会 花輪 27日/柴平・八幡平・尾 去沢 28日/十和田 29日	31
かづの厚生病院 ☎ 23-2111	福永医院 ☎ 35-3117	大湯リハビリ病院 ☎ 37-3511	大里医院 ☎ 22-1251	いけがみクリニック ☎ 30-0111	長橋医院 ☎ 23-7612	鹿角中央病院 ☎ 23-4131

みんなで広めよう シルバリーリハビリ体操

道具を使わず、いつでも、どこでも、ひとりでもできる介護予防体操・シルバリーリハビリ体操を紹介します。

今月のシルリハ体操教室

日にち	時間	場所
1日(日)、29日(日)	13時30分～	福祉保健センター
5日(月)、22日(日)		尾去沢市民センター
8日(日)、29日(日)		八幡平市民センター
27日(火)		十和田市民センター

参加することが介護予防につながります。まずは月1回から参加してみませんか。

健康ライフ課 介護予防班 ☎ 30-0103



- 息を吐きながら、5秒6秒思いつきり力を入れます。
- 手を逆にして同様に行います。
- 片方の手をへその20センチ前で、手のひらを顔の方へ向けます。
- 反対の手で手首を上から握ります。
- 下の手は肘を曲げる方向に、上の手は肘を伸ばす方向に、同時に力を入れます。

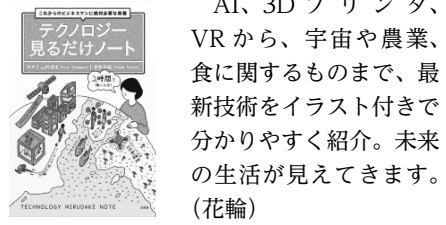
「上下で腕の押し合おう」
モデル：成田チギさん
(シルバリーリハビリ体操 3級指導士)

こまがポイント

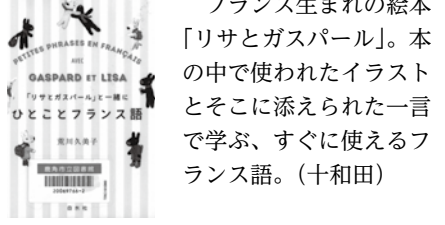
- ・ 息を止めないように、必ず息を吐きながら行いましょう。
- ・ 両方の肘が曲がったり、伸びたりしないようにしましょう。

お盆に楽しむ本探し。今月の新刊。

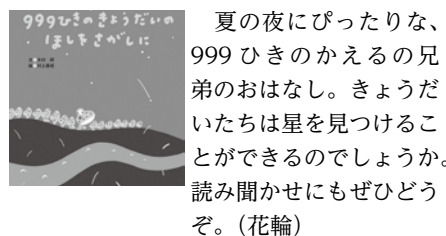
テクノロジー見るだけノート ～これからのビジネスに絶対必要な教養～
山形 浩生 監修/安田 洋祐 監修 (宝島社)



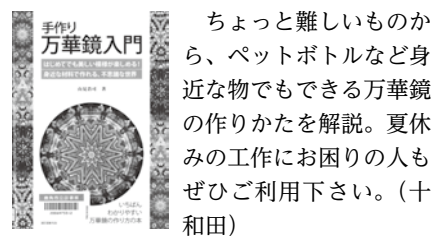
「リサとガスパール」と一緒にひとことフランス語
荒川 久美子 著 (白水社)



999ひきのきょうだいのほしをさがしに
木村 研 文/村上 康成 絵 (ひさかたチャイルド)



手作り万華鏡入門
山見 浩司 著 (誠文堂新光社)



花輪図書館 (コモッセ内) ☎ 23-4471
十和田図書館 ☎ 35-3239

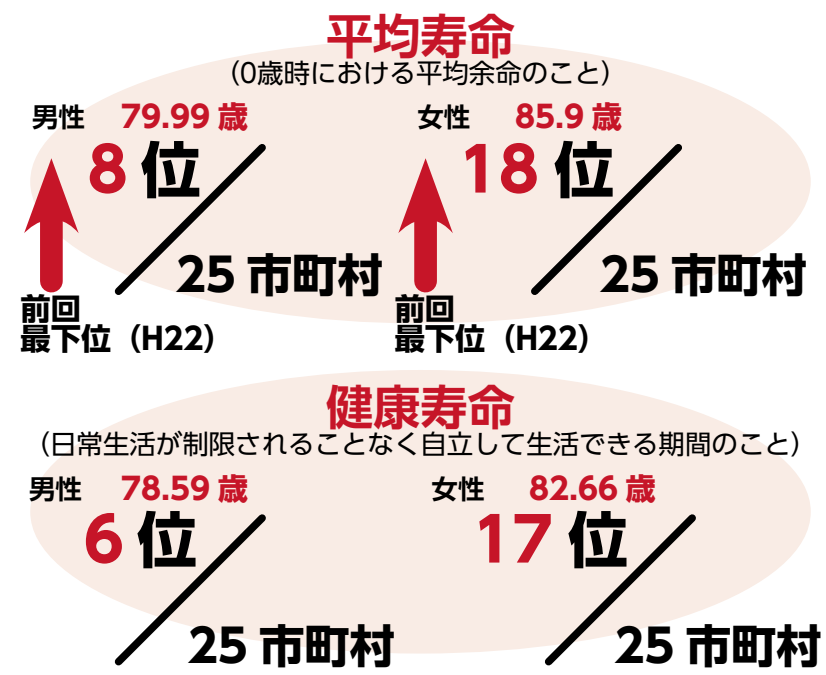
黄色い「かづの号」が走る
《今月の移動図書館巡回日》

- 花輪コース
8月1日(日)・15日(日)・22日(日)
- 尾去沢コース
8月2日(日)・16日(日)・30日(日)
- 毛馬内コース
8月6日(火)・20日(火)
- 大湯①コース
8月8日(日)・22日(日)
- 大湯②コース
8月9日(日)・23日(日)
- 八幡平コース
8月12日(水)・27日(火)

※尾去沢コースを次のとおり変更しています。
変更前 新堀・上山 13時～13時50分
変更後 尾去沢小学校前 13時～13時50分
※詳しくは十和田図書館にお問い合わせください。

健康寿命県内「10年後、脳卒中で亡くなる方を8割減らします」

本市は、県内でも脳卒中の死亡率が高く、平成22年の平均寿命は県内では男女ともワースト1位でした。そして、平成28年の平均寿命・健康寿命が発表されましたので、お知らせします。



ワースト1位から上昇

男女とも順位と年数の上昇がみられます。特に男性の改善が目立っています。平均寿命と健康寿命の差を少なくすることが元気で長生きする秘訣です。みんなで健康寿命県内一を目指して、健康づくりに取り組みましょう。

健康ライフ課 健康づくり班 ☎ 30-0119

秋田県所有宅地分譲のお知らせ

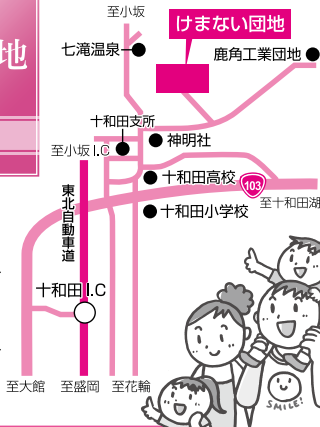
けまない団地
Kemanai danchi

29区画

販売価格 **179** 万円より

308.34㎡ (93.27坪) ~ 570.82㎡ (172.67坪)

平均坪単価 (3.3㎡) **2.0** 万円



次のいずれかの方が居住用に宅地を購入する場合は、

販売価格から **25%OFF**

Aターンの支援 結婚支援
子育て支援 障害者支援 高齢者同居

さらに詳しくは
美の国あきたネット 秋田県建築住宅課
美の国あきたネット 検索 <http://www.pref.akita.lg.jp/>
☎ **018(860)2436** 広告

美容室 LaLa SAISON

令和最初のストレートキャンペーン

8. 9月限定

★お手軽 4800円
髪質改善が 4300円~ (カット込)

★しっかり 13000円
縮毛矯正も 9000円~ (カット込)

お得感がた〜〜くさん。
この機会にお試しください。
事前のご予約をお願いします。

ご予約優先

年中無休
☎0186-23-4628

スタッフ募集



塗装の事ならお任せ下さい!!

屋根・外壁のメンテナンスは大丈夫ですか?

マイホームを長持ちさせるには、
定期的なメンテナンスが大切です。

屋根が錆びてきた・雪が滑らない
外壁が剥がれてきた・変色してきた

気軽になんでもご相談下さい!!

*こんなサインが出たら要注意!



仲介業者に委託されるよりも直接塗装屋に
依頼した方が、余計な料金が掛らないのでお得!!
お問い合わせ・お見積り無料

一級建築塗装技師士・一級鋼橋塗装技師士

湯瀬塗装

TEL0186-37-2540 携帯 090-6229-3206 (常時対応可)

秋田県鹿角市十和田大湯字中田 37-10

広告

秋田県鹿角市の
痛くない脱毛サロン
「イリゼスパ」

ご自身が毛深い方にはもちろん
ご家族をはじめ
大切な方が毛深いというみなさま

大人から子どもまで
毛深い皆さんが
来店するたびに
ちょっとうれしくなる脱毛サロンです。

予約制 休業日、空席状況はオフィシャルホームページのカレンダーをご覧ください。

IRISER SPA
イリゼスパ

鹿角市花輪字上花輪120 青山ビルテナントA(ゲオ鹿角店横向かい)
営業時間 10:00~最終受付 18:30 休業日 月末最終日他、不定休

詳しくは QRコードから ホームページへ

イリゼスパ 検索 施述前のご説明を重視しています。だから脱毛が初めての方も安心!

広告掲載のお問い合わせ

政策企画課 ☎30-0205

●広報かづの今月号の印刷経費は1部26円です