

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

## 6月の行事予定

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
1 大湯リハビリ病院 ☎37-3511						
2	3 ■ストレッチボール教室	4	5	6	7	8
9 本田医院 ☎35-3002	10 なかのクリニック ☎22-7335	11 小坂町診療所 ☎29-5500	12 三ヶ田医院 ☎31-1231	13 笹村整形外科 ☎30-0035	14 本田医院 ☎35-3002	15 鹿角中央病院 ☎23-4131
16 かづの厚生病院 ☎23-2111	17 長橋医院 ☎23-7612	18 大湯リハビリ病院 ☎37-3511	19 大里医院 ☎22-1251	20 福永医院 ☎35-3117	21 三ヶ田医院 ☎31-1231	22 笹村整形外科 ☎30-0035
23 長橋医院 ☎23-7612	24 鹿角中央病院 ☎23-4131	25 小坂町診療所 ☎29-5500	26 なかのクリニック ☎22-7335	27 本田医院 ☎35-3002	28 笹村整形外科 ☎30-0035	29 いけがみクリニック ☎30-0111
30 かづの厚生病院 ☎23-2111						

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します。  
☎0120-959-783

市議会 6月定例会  
▶日程 5月31日金本会議(開会)、6月13日(休)～14日金一般質問、6月17日(休)～18日(休)常任委員会、6月24日(休)本会議(閉会)  
※都合により変更になる場合があります。  
☎ 議会事務局 ☎30-0280

## 雨の日はゆっくり読書。今月の新刊。

**農家が教える鳥獣害対策あの手この手**  
(農山漁村文化協会)



本市でもイノシシが出没しているようです。大切な作物が被害に遭わないために、全国の農家が実践している対策情報が豊富な写真や図で紹介されています。(花輪)

**中川原信一のあけび籠**  
堀 恵以子 文・白井 亮 写真(文藝春秋)



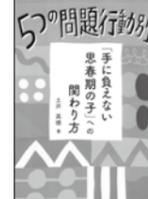
あけび蔓籠の編み手として名高い秋田在住の中川原信一氏に密着。籠作りの魅力に迫ります。(十和田)

**寄生虫のサバイバル**  
ゴムドリ co. 文・韓 賢東 絵  
HANA Press Inc. 訳(朝日新聞出版)



楽しく学べるサバイバル科学まんが。はたして、主人公はアフリカの奥地で寄生虫「メジナ虫症」に感染した村人を救うことはできるのか。(花輪)

**5つの問題行動別「手に負えない思春期の子」への関わり方**  
土井 高徳 著(小学館)



暴力・非行・依存などで、養育困難とされた子どもたちと暮らしてきた治療的里親が、問題行動の実例と対応を教える1冊。(十和田)

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》

- 八幡平コース 6月4日(休)・18日(休)
  - 花輪コース 6月6日(休)・20日(休)
  - 尾去沢コース 6月7日(金)・21日(金)
  - 毛馬内コース 6月11日(休)・25日(休)
  - 大湯①コース 6月13日(休)・27日(休)
  - 大湯②コース 6月14日(金)・28日(金)
- ※尾去沢コースが21日(金)以降からコースを変更しています。  
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。

人口と世帯(平成31年4月末現在) 男性: 14,486人 合計: 30,715人  
女性: 16,229人 (12,970世帯)

## 今月のシルリハ体操教室

日にち	時間	場所
3日(月)、20日(休)	13時30分～	尾去沢市民センター
6日(休)、27日(休)		福祉保健センター
11日(火)、25日(火)		十和田市民センター
13日(休)、27日(休)		八幡平市民センター

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。

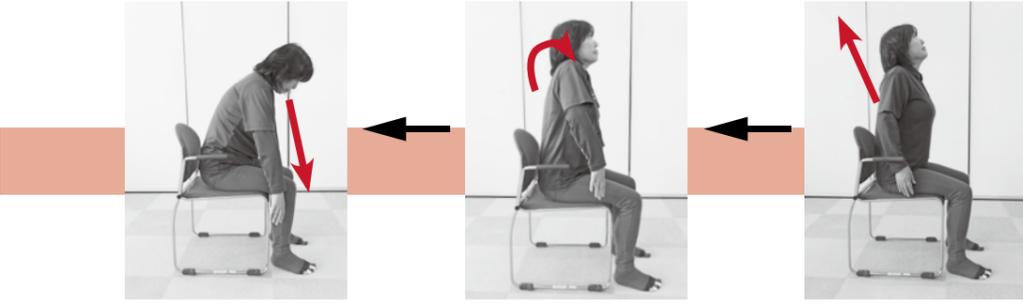
# みんなで広めよう シルバーリハビリ体操

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・シルバーリハビリ体操を紹介します。

## ココがポイント

ただ単に肩を上下させるのではなく、しっかりと回すことを意識しましょう。

- 息を吐くのと同時に、脱力するように肩をスッと下ろします。
  - 手足を肩幅に広げ、背筋を伸ばします。
  - 息を吸いながら、肩を首の根元に寄せ集めるように斜め後ろに引き上げ、ゆっくり前方に回します。
- 手順



健康ライフ課 介護予防班 ☎30-0103

## 会社外観



企業ホームページ: <http://www.kimurakohan.jp>

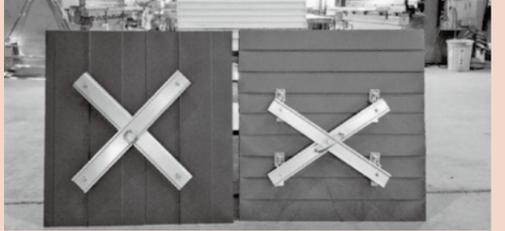
## 会社概要

昭和30年に「キムラブリキ店」として、先代が創業しました。創業当時は、個人住宅の屋根工事や流し台の槽の製作、ラジエーター修理などを行っていました。社訓として「協調の精神、明朗な性格、安全能率も整理整頓から」を掲げ、現在は、屋根工事や内外壁工事、各種鋼板加工取付工事などを行っています。岩手県盛岡市と埼玉県川口市にも営業所を構え、県外での仕事も積極的に行っています。

- ◇所在地 花輪字柳田20-1
- ◇設立 昭和30年4月
- ◇代表者 木村 邦樹
- ◇連絡先 ☎22-1213

## うちの会社のここがスゴイ

従業員の工藤さんの会社自慢  
「セーフティX」という、雪下ろし事故防止の金具です。オールステンレス製品で、4カ所を固定することで強度があるのが特徴です。



## 代表から

代表取締役 木村邦樹さん  
住宅をはじめ、工場、学校、寺、神社の屋根のみならず、鋼板で加工製作できるものは、全てを施工できる会社です。時代の変化に伴い、建物の工事内容や材料が日々進化するなか、これまでの実績に加え、新たに「人が集う快適空間づくり」というテーマを持ち、企業努力を重ねたいと思います。



代表取締役 木村 邦樹さん

魅力あふれる地元企業を紹介  
鹿角の企業 いいね!

株式会社キムラ鋼板