

快適なサイクリング環境整備へ 6カ所内 サイクルラックを設置



町は、粟石町内における快適なサイクリング環境整備の一環として「サイクルラック（自転車スタンド）」を設置しました。サイクルラックとは、スポーツバイクなど自転車スタンドがない自転車、サドルなどを掛けて駐輪できるものです。どなたでも自由にご利用いただけますので、ぜひご利用ください。

設置されている施設は「まちお

こしセンターしずく×CAN」、「網張ビクターセンター」、「道の駅粟石あねっこ」、「松ぼっくり」、「七ツ森地域交流センター」、「うぐいす湯の里公園」の6カ所です。各施設で空気入れの貸し出しも行っておりますが、いずれも営業時間内のみに対応となります。ご利用の場合は施設従業員にお声がけください。

また、町は快適なサイクリング

環境の整備のためのアンケートを実施中です。ご協力いただける場合には、左記アンケートフォームからご回答ください。

問 観光商工課 ☎ 692・6407



▲サドルを掛けて使用します

サイクルラックご利用にあたって

サイクルラックのご利用にあたっては、次の免責事項および注意事項をご確認ください。

【免責事項】

- ▶ サイクルラックの利用に伴い発生する自転車、その他付属装着物や積載物などの盗難、紛失または毀損^{きそん}について、設置者は一切の責任を負いません。
- ▶ サイクルラックの利用者が、他の利用者もしくはその他の人の行為、他の自転車またはその付属装着物などに起因して被った被害について、設置者は一切の責任を負いません。

【注意事項】

- ▶ サイクルラックは駐輪するための場を提供することを目的とするものであり、自転車をお預かりするものではありません。
- ▶ 盗難などの対策については、サイクルラックご利用者の責任において行ってください。
- ▶ 迷惑行為、廃棄行為を行った場合、現状復帰の費用負担や利用停止を求める場合があります。

サイクルツーリズム推進に向けたアンケート調査

アンケートフォーム QR コード



(<https://bit.ly/31CcEni>)

- 設問数 7問
- 回答に要する時間 約3分
- 調査期間：6月29日～8月16日

町敬老会 開催中止のお知らせ

例年、敬老の日に合わせて開催しておりました町敬老会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年度は中止いたします。開催を心待ちにしてくださっていた皆さまには心よりお詫び申し上げます。

なお、来年度（2021年度）から敬老会と敬老記念品の対象者が変更となります。これまでは満70歳以上の方が対象ですが、来年度からは満75歳以上の方が対象となります。2021年度は、2021年4月1日時点で満75歳以上の人（1946年4月1日以前に生まれた人）が対象となりますので、何卒ご理解くださいますようお願いいたします。問 総合福祉課 ☎ 692-6472

「i-サポ」入会登録料の半額を助成しています！

☎総合福祉課 地域福祉担当

☎ 692-6472

町は、結婚支援事業として「いきいき岩手」結婚サポートセンター「i-サポ」の入会登録料の半額を助成しています。

「i-サポ」は、県と県内市町村、各種団体などが運営する会員登録制の結婚サポートセンターで、会員同士の出会いの機会を提供し、理想のパートナー探しをサポートしています。1対1の出会いを提供する有料会員登録のほか、婚活イベント情報やセンターからのお知らせをメールで受信できる無料メールマガジン会員登録があります。

2015年10月の開設以来、累計2,387人（2020年6月末時点）が登

録。そのうち1,872件のお見合いが行われ、911組が実際に発展、82組の成婚カップルが誕生するなど、多くの実績があります。

【補助内容】i-サポの入会登録料1万円（2年間有効）の半額を助成します（1回限り）。

【対象者】町に住民登録している独身者で、i-サポに登録した人。

【i-サポへの入会方法】入会申請書、住所を確認できる書類（運転免許証やパスポートなど）、独身証明書や戸籍抄本など独身を証明できる書類、写真、入会登録料を準備し、電話予約の上i-サポを訪問してください。

【申請方法】i-サポ入会手続き後、i-サポ入会登録料の領収書、印鑑、振込先口座がわかるものを準備し、総合福祉課までお越しください。ご家族の代理申請も可能です。

【問い合わせ先】

i-サポについて▶i-サポ盛岡

☎ 601-9955 盛岡市菜園1-3-6 農林会館6階

結婚支援事業について▶総合福祉課 地域福祉担当 ☎ 692-6472



周知

限度額適用・標準負担額減額認定証の交付について

医療機関を受診する場合は、保険証の他に「限度額適用・標準負担額減額認定証」を提示することによって、窓口での支払いを自己負担限度額まで抑えることができます。

交付申請できる認定証は年齢や所得区分によって異なりますので、町民課窓口でご確認の上、手続きしてください。また、すでに交付を受けている人も有効期限が7月31日となっていますので、引き続き必要な場合は交付申請をしてください。

【申請に必要なもの】国民健康保険証、印鑑、マイナンバーがわかるもの

☎町民課国保担当 ☎ 692-6478



周知

墓地の衛生管理のため 供物は持ち帰りましょう

お盆のお墓参りの時期が近づいてきました。墓前の供物は、そのまま放置すると腐敗が進み、鳥獣が食い散らすなど、お墓の周りが不衛生になる恐れがありますので、必ず持ち帰りましょう。

☎町民課環境対策室 ☎ 692-6403



周知

盆供養行事のため 火葬場を臨時休場します

火葬場の盆供養のため、8月7日（金）の午前中は、火葬場を臨時休場します。12時30分、14時からの火葬は通常どおり受け付けます。

☎町民課環境対策室 ☎ 692-6403

周知

全国瞬時警報システム「J-ALERT」の情報伝達試験を実施

全国瞬時警報システム「J-ALERT（ジェイアラート）」により、防災行政無線を用いた情報伝達試験が全国一斉に行われます。町はこれに参加し、下記の日程で防災行政無線で試験放送を行います。

☎ 8月5日（水）11時頃

【放送内容】▶防災行政無線チャイム「こちらは、防災しずくいし広報です。ただいまから訓練放送を行います」

▶上り音チャイム「これはテストです（×3回）。これで訓練放送を終わります。こちらは防災しずくいし広報です」

▶防災行政無線チャイム

緊急時における町民の皆さまへの迅速で確実な情報伝達手段の確認が行われますので、ご理解とご協力をお願いします。

☎防災課 ☎ 692-6490

御明神夏まつり開催中止のお知らせ

送り盆の恒例行事となりました「御明神夏まつり」は、新型コロナウイルス感染症の拡大状況から、来場者の安全確保が困難であるため、今年度の開催を中止いたします。開催を楽しみにいただいた皆さまには心よりお詫び申し上げます。

☎雫石町御明神夏まつり実行委員会事務局（御明神公民館） ☎ 692-3228



昨年の御明神夏まつりの様子

町の旬な情報を発信中！



ツイッター



フェイスブック

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。

1枚300円

7月14日(火) 発売!!

サマージャンボくじ

(公財)若手真市町村振興協会

【町内宝くじ発売場所】
道の駅栗石あねっこ

栗石町まちおこしセンターしずく×CAN

健康チャレンジ教室

体重2kg減量で、
お腹周りスッキリ大作戦!

参加者大募集!

運動不足により体重増加が気になっている人、健診の結果がメタボ判定で医師から運動を勧められている人などを対象にノルディックウォーキングなどによる「健康チャレンジ教室」を行います。

専用ポールを使うことでエネルギー消費量が平均20%程度上昇するノルディックウォーキングとヘルシーディナー試食会、体重・筋肉量などの測定、歩数記録を行い、町民の皆さんの健康づくりを応援します。仕事終わりでも参加しやすい時間帯での開催ですので、参加してみませんか？

【日 程】

▶キックオフミーティング(計測・開講式) 日 9月2日(水) 場 保健センター

▶ノルディックウォーキング 日 9月7日(月) から 11月2日(祝日を除く毎週月曜日) 場 町総合運動公園

▶ヘルシーディナー試食会 日 9月9日(水)、9月29日(火) 場 保健センター

▶タイムアップミーティング(閉講式) 日 11月9日(月) 場 保健センター

【時 間】 18時30分から20時(各回)

【参 加 料】 2,000円、試食会は別途500円/1回あたり

【定 員】 20人(町内在住または勤務の人限定)

【そ の 他】 飲み物・タオル持参、運動しやすい服装、運動靴(雨天時は上履き) ※教室期間中は、専用ポールを貸出します。

【講 師】 町体育協会健康運動指導士 高橋 正治氏、町管理栄養士

【協 力】 町スポーツ推進委員

【申込期限】 8月25日(火)まで

☎健康子育て課 ☎692-2227

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、状況によって変更・中止になる場合があります。



飲食店事業者支援

◆「飲食店」応援クーポン券発売

☎観光商工課 ☎692-6498
栗石商工会 ☎692-3321

町内の「飲食店」を応援するため、町内の「飲食店」において購入した、その店舗限定で使用できるプレミアム付きクーポン券を販売します。

【販売場所】

クーポン券を取り扱う町内の「飲食店」でお買い求めください

【購入期間・有効期間】

購入期間▶7月11日から販売

有効期間▶7月11日から2021年1月10日まで(半年間)

【補助額・販売予定数】

補助額▶1冊(販売金額:5,000円)あたり1,000円(20%上乘せ)

販売予定数▶1店舗あたり30冊まで

※500円券12枚つづり6,000円分のクーポン券が5,000円で購入できます。

※利用者は対象の飲食店で、その店舗限定で使えるクーポン券を購入して支払いに使用します。

【参加店について】

参加店については町HPにて更新の予定です。右記QRコードからご確認ください。



「飲食店」応援クーポン券参加店(7月11日現在)

- ・さいかち家
 - ・青湖苑
 - ・山ぶどう農園カフェ 野の香
 - ・手打ちそば 山重
 - ・串物・海鮮焼居酒屋 結
 - ・利寿司
 - ・さくら亭
 - ・じゃじゃ麺 おもり
 - ・グリズファーム・キッチン
 - ・Garden kitchen ます家
 - ・葉菜cafe
 - ・いづみや食堂
 - ・麺屋 佳(ふるとり)
 - ・串焼きBAL CHOKUCHOKU
 - ・笑kado
 - ・食堂いしや
 - ・おらほ
 - ・ヴィラ館々倶楽部(K.Cダイニング)
 - ・農家レストラン らら
- (順不同)

健康センターだより

☎健康子育て課 ☎ 692-2227 FAX 692-0308

大切な人を自死でなくされたご遺族へ

大切な人を突然に自死で失うということはとてもつらいことです。同じ経験を持つご遺族が集い、自分の体験や思いを語り合い、これからのことを一緒に考えることができる場合があります。抱える苦しみを分かち合ってみませんか。

●りんどうの会

【日程】原則、毎月第2土曜日【時間】13時30分から15時【場所】アイーナ6階団体活動室3（盛岡市盛岡駅西通り1丁目7-1【申込方法】新規の人は、開催日の2日前までに予約【その他】お茶代

100円

●りんどうの会事務局（県精神保健福祉センター内）☎ 629-9617

●わかちあいの会

【日程（全て火曜日）】2020年8月25日、9月29日、10月27日、11月24日、12月22日、2021年1月26日、2月16日、3月23日【時間】17時30分から19時【場所】ソーシャルサポートセンターもりおか（盛岡市本町通り1丁目9-14JTビル3階）【申込方法】開催日前日までに予約●ソーシャルサポートセンターもりおか☎ 652-8221

80歳歯科検診は7月末までです

【対象者】1940年1月1日から12月31日生まれの町民【期間】7月31日（金）まで【費用】無料※検査や治療に要する費用は自己負担【実施医療機関】つなぎ歯

科医院、沼田歯科クリニック、雫石歯科医院、たにふじ歯科医院、土樋歯科医院※対象者にはすでに案内を送っていますので、事前予約の上受診してください。

結核・肺がん・大腸がん検診のお知らせ

【対象者】町民で40歳以上の人【会場】各地区公民館、保健センターなど（新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年度は集落公民館での検診実施はありません。ご不便をおかけいたしますがご了承ください）【日程】8月4日（火）

から8月29日（土）【受付時間】9時30分から11時30分、13時30分から15時※日程により受付時間が異なる場合があります。4月に申し込みをしていない人で受診を希望する人は、健康子育て課までご連絡ください。

「ひきこもり」のことで悩んでいませんか？

長期にわたって家庭にとどまり続けている状態にある人やそのご家族でお困りのことはありませんか？お悩みになっていることなど、どのようなことでも結構です。

一歩を踏み出したいタイミングでお気軽にご相談ください。ご家族の相談もお受けします。【相談先】健康子育て課☎ 692-2227、岩手県ひきこもり支援センター☎ 629-9617

雫石診療所 8月のご案内 問い合わせ先☎ 692-3155

◆◆◆ 外来診療 ◆◆◆

受付時間▶ 8時30分～11時30分
13時30分～16時30分

- 診療は内科のみです。
- 土曜日は午前中のみ診察です。
- 夜間・休診日の場合、当診療所を受診している患者さまについてはお問い合わせください（休日当番医は実施します）。
- ※発熱症状で受診希望の方は、あらかじめお電話でご相談ください。
- ※病棟に面会の際は、感染防止のため、マスクをお持ちになりご着用ください。
- ※担当医は予告なく変更となる場合があります。

日にち	午前	午後
3 (月)	千葉・七海	千葉・七海
4 (火)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
5 (水)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
6 (木)	千葉・七海	千葉・七海
7 (金)	千葉・七海	千葉・七海
8 (土)	千葉	
10 (月)	休日当番医	
11 (火)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
12 (水)	千葉・七海・増田	七海・増田
13 (木)	千葉・七海	千葉・七海
14 (金)	千葉・七海	千葉・七海
17 (月)	千葉・七海	千葉・七海
18 (火)	千葉・七海・増田	千葉・増田
19 (水)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
20 (木)	千葉・七海	千葉・七海
21 (金)	千葉・七海	千葉・七海
22 (土)	七海	
24 (月)	千葉・七海	千葉・七海
25 (火)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
26 (水)	千葉・七海・増田	千葉・七海・増田
27 (木)	千葉・七海	千葉・七海
28 (金)	千葉・七海	千葉・七海
31 (月)	千葉・七海	千葉・七海

◆ 8月の乳幼児健診、各種相談

会場▶保：保健センター
健：健康センター

実施日	内容	対象者	受付時間	会場
7日(金)	乳幼児健康診査	3～4カ月児、9～10カ月児、1歳児	13時～13時30分	保
18日(火)	心の健康相談	悩みのある人（要予約）	14時30分～17時30分	保
21日(金)	ことばの相談	ことばについて心配や相談がある就学前のお子さん（要予約）	10時～	保
26日(水)	赤ちゃん相談	1歳までのお子さん	9時30分～11時	保

※乳幼児健診の対象者▶ 3～4カ月児＝2020年4月生まれ、9～10カ月児＝2019年10月生まれ、1歳児＝2019年8月生まれ

※乳幼児健診などの母子健康手帳の受け付けは、保健センターで正午から行います。また、オリエンテーション・相談は13時から行います。

※新型コロナウイルスの感染状況により、中止または延期することがあります。

◆◆◆ 健康ミニ情報 ◆◆◆

～食中毒にご用心～

カレーやスープ、シチューなどは空気が嫌いな細菌が増えやすいので、加熱するときは空気を含ませるようにかき混ぜながら全体をよく温めましょう。

バーベキューや焼肉をするときは、専用の箸やトングを使用し、生肉に触れた箸などで食事をしないようにしましょう。