

# 広報 かまいし

## うまく組み立てられるかな

バス停に太陽光発電設備を設置するプロジェクトの一環として、「子どもエコクラブアースレンジャーかまいし」が行われました。参加した14人の子どもたちは、普段触れることのない太陽光パネルに目を輝かせながら、キットの組み立てやバス停への設置に取り組み、再生可能エネルギーの大切さを学んでいました。

〔3月22日／市庁舎会議室〕



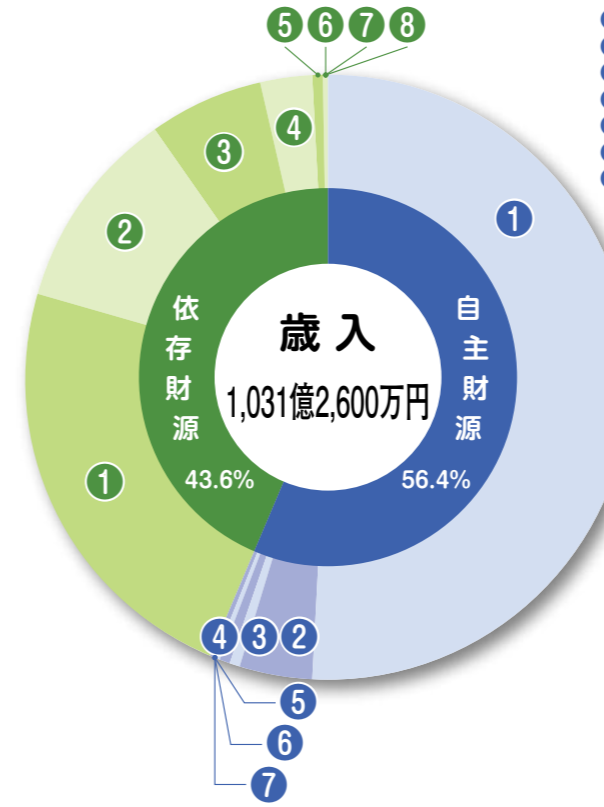
- P02 … 平成27年度当初予算
- P06 … 中小企業被災資産復旧事業費補助金申請  
4月の観光情報
- P07 … SMC㈱と市の工場立地協定  
釜石・大槌地域産業育成センター 情報便⑦
- P08 … まちの話題
- P10 … 市民のひろば
- P12 … 保健案内板
- P14 … まちのお知らせ
- P16 … 身近な防災豆知識、南三陸国道事務所が移転

釜石市

TEL.0193-22-2111 FAX.0193-22-2686

ホームページ <http://www.city.kamaishi.iwate.jp/>

- ①繰入金 524億9,207万円 (50.9%)
- ②市税 40億640万円 (3.9%)
- ③諸収入 7億7,560万円 (0.8%)
- ④財産収入 4億3,818万円 (0.4%)
- ⑤使用料及び手数料 2億7,627万円 (0.3%)
- ⑥分担金及び負担金 1億2,485万円 (0.1%)
- ⑦その他 1億円 (0.1%)



- ①地方交付税 240億2,482万円 (23.3%)
- ②県支出金 109億4,395万円 (10.6%)
- ③国庫支出金 63億2,805万円 (6.1%)
- ④市債 28億3,490万円 (2.7%)
- ⑤地方消費税交付金 5億6,700万円 (0.6%)
- ⑥地方譲与税 1億6,349万円 (0.2%)
- ⑦地方特例交付金 1,000万円 (0.0%)
- ⑧その他 4,042万円 (0.0%)

一般会計 歳入

※端数処理のため、内訳と合計が一致しないことがあります。

【用語解説】

- ・地方交付税…市町村の財政力に応じて、国から交付されるお金
- ・自主財源…市町村が自主的に得られる財源（市税や使用料、手数料など）
- ・依存財源…国や県の基準で交付される財源（地方交付税や国庫（県）支出金、市債など）

市の平成27年度一般会計当初予算は、前年度より48億7400万円少ない1031億2600万円（前年度比4.5%減）となりましたが、復興まちづくり基本計画「中期」の中間年度として、より一層、復興への取り組みを推進するため、前年度と同様に投資的経費を大きく盛り込み積極的な予算編成となりました。

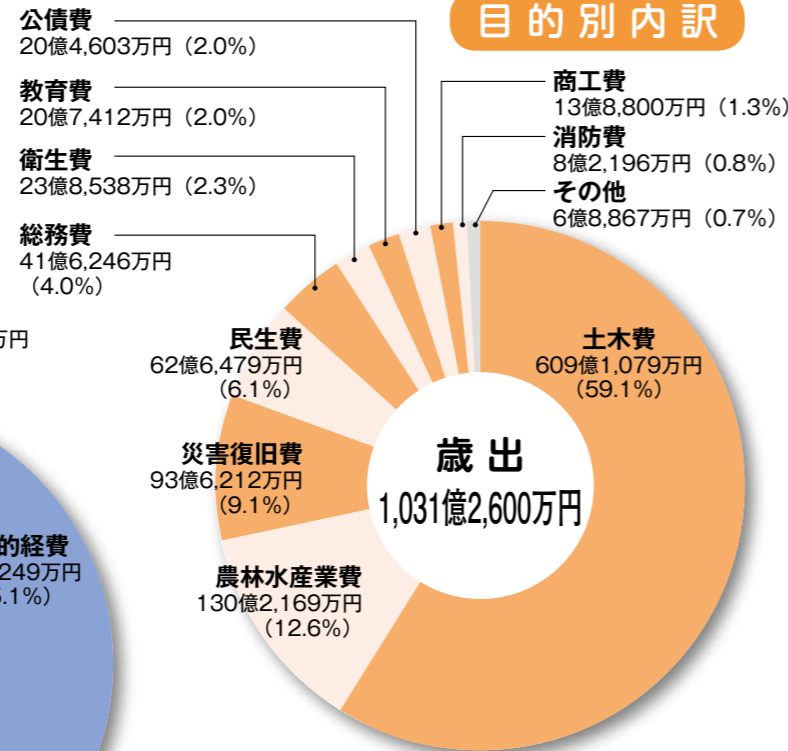
また、特別会計は、7事業合計で前年度より60億4852万円多い186億6115万円（前年度比48.0%増）となりました。特に、下水道事業と魚市場事業は復旧・復興事業を計上して予算規模が大きくなりました。

歳入で最も多いのは繰入金で、以下、地方交付税、県支出金、国庫支出金、市税、市債の順となりました。

自主財源の柱である市税は、給与所得者の増加や復興関連企業の業績好調により市民税の増加を見込み、前年度比4663万円増加の40億640万円（前年度比1.2%増）となりました。

また、復興を進めるため先に国から交付され基金として積んでいたお金を繰り入れする繰入金金が、前年度比35億7545万円減少の524億9207万円（前年度比6.4%減）となり、自主財源は56.4%（前年度比4.2ポイント減）となりました。

目的別内訳



【用語解説】

- ・扶助費…生活保護や医療給付など福祉に関する経費
- ・物件費…光熱水費、施設の管理委託料など
- ・公債費…建設事業などで借入れたお金を返済する経費
- ・補助費等…補助金や負担金、講師謝金、保険料など

予算額1031億2600万円のうち、震災対応予算として全体の82.7%となる約853億円を計上し、本格的に復興を推進する積極予算を編成しました。

また、震災対応以外の通常予算は約178億円で、橋野鉄鉱山世界遺産登録推進事業や、スマートコミュニティ推進事業など、未来への投資となる分野に手厚く予算を計上しました。

企業会計予算額

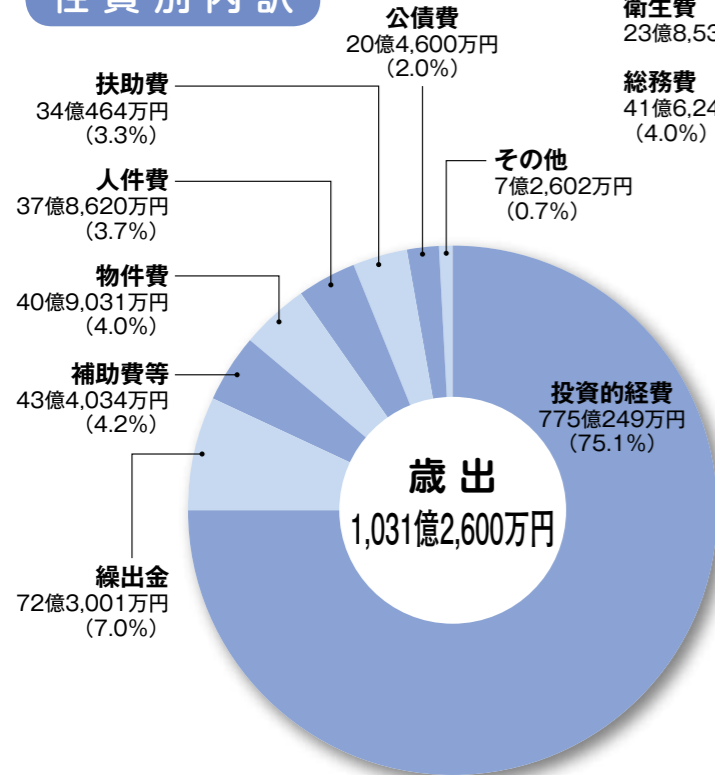
会計名	本年度予算額	伸び率
水道事業収益	7億8,344万円	△1.2%
水道事業費用	7億7,379万円	3.7%
資本的収入	12億7,632万円	143.4%
資本的支出	18億359万円	110.9%

※伸び率の△はマイナス

問い合わせ 市財政課 ☎22-2111 (内線126)

一般会計 歳出

性質別内訳



※端数処理のため、内訳と合計が一致しないことがあります。

特別会計の歳入を補う一般会計からの繰出金が前年度比96.1%増、補助費等が同9.5%増となりました。また、復旧・復興事業関連の投資的経費は同10.2%減となりましたが、全体事業費に占める同経費の割合は75.1%と依然高い数値となっています。

特別会計予算額

会計名	本年度予算額	伸び率
国民健康保険	55億3,510万円	9.1%
後期高齢者医療	4億6,281万円	7.5%
介護保険事業勘定	39億8,700万円	0.5%
介護サービス事業勘定	3,859万円	△12.1%
下水道	48億9,156万円	62.2%
漁業集落排水	3,344万円	14.0%
農業集落排水	5,709万円	12.3%
魚市場	36億5,556万円	209,267.6%
合計	186億6,115万円	48.0%

市税の内訳

税目	税額	構成比	市民1人あたり
市民税	18億7,293万円	46.8%	51,550円
固定資産税	17億4,449万円	43.5%	48,015円
市たばこ税	3億1,424万円	7.8%	8,649円
軽自動車税	7,473万円	1.9%	2,057円
都市計画税	1万円	0.0%	0円
合計	40億640万円	100.0%	110,272円

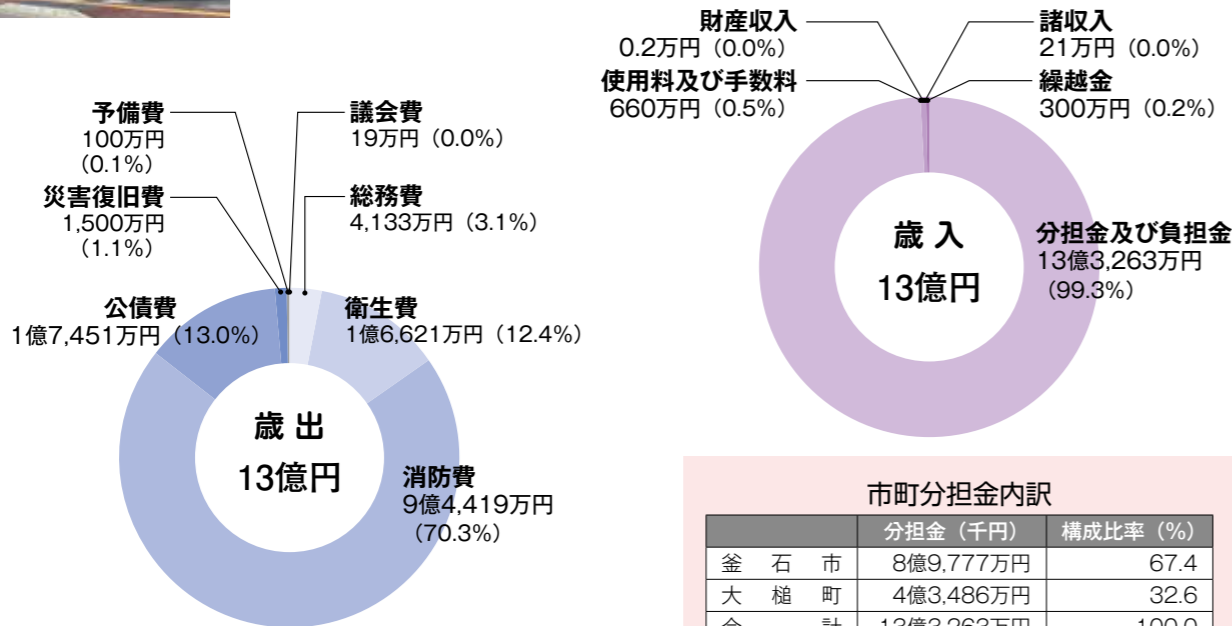
※市民1人あたりは、平成27年2月末現在の人口36,332人で算出しました。

依存財源では、震災復興特別交付税の増額により地方交付税が前年度比20.5%増となったほか、農林水産関連の復興事業の増加で県支出金が増加し前年度比9.7%増となりました。一方、国庫支出金は、学校建設事業の災害復旧費負担金の減少などで前年度比13.9%減となりましたが、震災前に比べ大幅な増加となっており、これらにより依存財源全体で43.6%（前年度比4.2ポイント増）となりました。



## 平成27年度釜石大槌地区行政事務組合会計の予算

釜石大槌地区行政事務組合では、釜石市・大槌町からの分担金により共同で消防業務や、し尿処理業務を行っています。



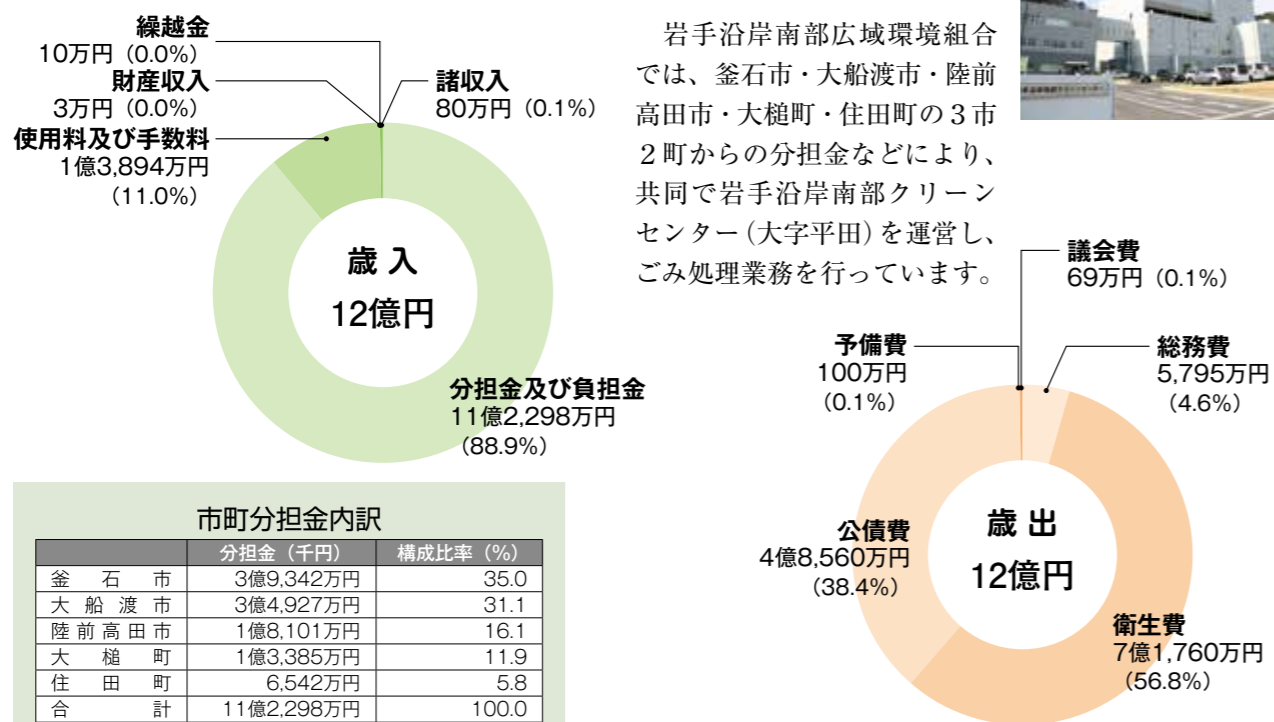
※端数処理のため、内訳と合計が一致しないことがあります。

問い合わせ 釜石大槌地区行政事務組合 業務部 総務課 ☎31-1336

## 平成27年度岩手沿岸南部広域環境組合会計の予算



岩手沿岸南部広域環境組合では、釜石市・大船渡市・陸前高田市・大槌町・住田町の3市2町からの分担金などにより、共同で岩手沿岸南部クリーンセンター(大字平田)を運営し、ごみ処理業務を行っています。



※端数処理のため、内訳と合計が一致しないことがあります。

問い合わせ 岩手沿岸南部広域環境組合 事務局 ☎27-7020

## 平成27年度の主要事業

平成27年度当初予算額1,031億2,600万円は、前年度に続き2年連続で1,000億円を超え、そのうち震災対応予算は853億円を計上しました。また、将来の資本としてストックされる投資的経費は、予算全体の4分の3を占めるなど積極的な復興予算となっています。ここでは平成27年度の主な事業(補正予算第1号含む)を紹介します。市では、健全な財政運営に努めながら、震災からの一日も早い復興の実現と次世代に誇りうるまちづくりに着実な取り組みを進めていきます。



今月完成の唐丹町・片岸地区災害復興公営住宅(①)、土地区画整理事業造成工事が本格化した嬉石松原地区(②)・平田地区(③)、待望の世界遺産登録実現が目前の橋野鉄鉱山(④)

### 震災対応予算(853億円)の主な事業(予算額)

※地区名は、各事業計画上の名称です。

#### 災害復興公営住宅建設事業(120億円)

仮設住宅などで暮らす被災者向けに、定額の家賃で入居できる災害復興公営住宅を建設します。

◆7地区…片岸町・箱崎町・鶴住居中心部・東部天神町・東部中心部・小白浜・荒川

#### 土地区画整理事業(155億円)

被災地区の街路などの調査、測量、詳細設計のほか、地盤かさ上げによる住宅地、道路、公園などの整備を行い、安全な居住地の確保とコミュニティの再構築を行います。

◆4地区…片岸・鶴住居・嬉石松原・平田

#### 防災集団移転促進事業(75億円)

被災した漁村集落において、防災施設整備、津波浸水区域外への住宅団地整備により、安全な居住地の確保とコミュニティの再構築を行います。

◆12地区…室浜・根浜・箱崎・箱崎白浜・桑ノ浜・両石・尾崎白浜・花露辺・本郷・小白浜・唐丹片岸・荒川

#### 漁業集落防災機能強化事業(51億円)

被災した漁業集落の災害危険区域について、漁業関係用地などの活用に向けた計画づくりや基盤整備を行います。

◆13地区…室浜・根浜・箱崎・箱崎白浜・仮宿・桑ノ浜・両石・新浜町・尾崎白浜・佐須・本郷・唐丹・大石

#### 海岸施設災害復旧事業(34億円)

被災した海岸防潮堤の復旧工事を行います。

◆7漁港…室浜・仮宿・桑ノ浜・嬉石・平田・白浜(釜石)・佐須

#### 学校等建設事業(45億円)

被災した唐丹地区、鶴住居地区の学校施設などについて、地域の生活・防災拠点などの新機能を兼ね備えた学校として整備します。

#### 市民文化会館災害復旧事業(9億円)

被災した市民文化会館の代替施設として、東部地区新商業拠点区域(フロントプロジェクト1)内に、釜石市民ホール(仮称)を建設します。

### 震災以外の通常予算(178億円)の主な事業(予算額)

#### 橋野鉄鉱山世界遺産登録推進事業(3,296万円)

ユネスコ世界遺産登録に向けた取り組み、登録が決定した場合の記念事業を行います。

#### スマートコミュニティ推進事業(3,605万円)

釜石市スマートコミュニティ基本計画の具体化に向けて、公共施設のエネルギー管理などのスマート化への取り組み、普及啓発活動を行います。

#### 工業団地整備事業費補助金(6億円)

釜石市土地開発公社が行う用地造成事業の一部を助成し、円滑な用地分譲を行います。

#### ラグビーワールドカップ推進事業(680万円)

[※補正予算第1号で計上]  
当市が会場の一つとなる2019年のラグビーワールドカップ開催に向けた準備として、推進委員会準備会の開催やワールドカップ2015イングランド大会の視察・現地活動、機運醸成などに取り組みます。

#### 小規模保育設置促進事業補助金(630万円)

[※補正予算第1号で計上]  
小規模保育を行うために必要な改修費や家賃を事業者に補助します。

# 中小企業被災資産復旧事業費補助金 申請を受け付けています

市では、東日本大震災で事業用資産が被災した中小企業者の施設設備復旧に対する補助金の交付申請を受け付けています。この補助金は復旧済みの中小企業者も対象となります。

◆受付期間：10月30日(金)まで  
◆受付場所：市商工労政課(市第3庁舎1階)  
◆対象：次の条件をすべて満たす場合が対象です。

① 施設設備を取得する場合  
東日本大震災で事業用資産が被災した中小企業者で、市内で震災前と同じ業種の事業を再開するため、新たに施設設備を取得する場合

② 施設設備を修繕する場合  
東日本大震災で事業用資産が被災した中小企業者で、市内で震災前と同じ業種の事業を直ちに再開するため、施設設備を修繕(原状回復)する場合

③ 事業の業種が中小企業信用保険法第2条第4項第5号に規定するもの

◆補助金額：事業再開に必要な被災資産の復旧経費(交付対象経費)の2分の1に相当する額(千円未満は切り捨て)。ただし、上限額は次のとおり

- ・交付対象経費1億円以上：2000万円
- ・交付対象経費1億円未満：1000万円

※卸売業、サービス業(宿泊業を除く)、小売業の事業者が施設設備を修繕する場合は200万円が上限。

市では、東日本大震災で事業用資産が被災した中小企業者の施設設備復旧に対する補助金の交付申請を受け付けています。この補助金は復旧済みの中小企業者も対象となります。

◆受付期間：10月30日(金)まで  
◆受付場所：市商工労政課(市第3庁舎1階)  
◆対象：次の条件をすべて満たす場合が対象です。

① 施設設備を取得する場合  
東日本大震災で事業用資産が被災した中小企業者で、市内で震災前と同じ業種の事業を再開するため、新たに施設設備を取得する場合

② 施設設備を修繕する場合  
東日本大震災で事業用資産が被災した中小企業者で、市内で震災前と同じ業種の事業を直ちに再開するため、施設設備を修繕(原状回復)する場合

③ 事業の業種が中小企業信用保険法第2条第4項第5号に規定するもの

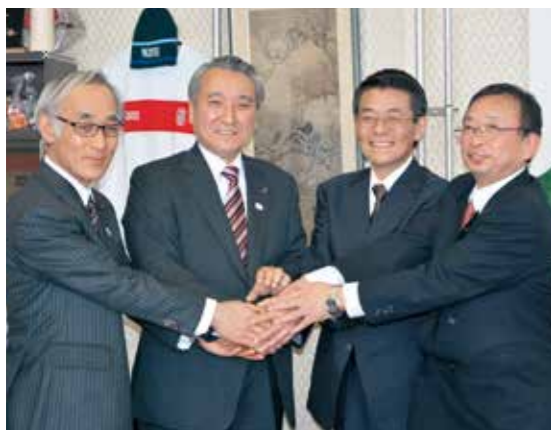
◆補助金額：事業再開に必要な被災資産の復旧経費(交付対象経費)の2分の1に相当する額(千円未満は切り捨て)。ただし、上限額は次のとおり

- ・交付対象経費1億円以上：2000万円
- ・交付対象経費1億円未満：1000万円

※卸売業、サービス業(宿泊業を除く)、小売業の事業者が施設設備を修繕する場合は200万円が上限。

**【問い合わせ】**  
市商工労政課  
☎22-2111 (内線321)

## SMC(株)と市が工場立地協定結ぶ 雇用増大、定住促進へ期待高まる



協定を結んだSMC(株)の佐竹専務(右から2人目)、野田市長ら

市内に生産拠点を置く国内最大手の空気圧機器メーカー・SMC株式会社と市は、このほど工場増設に向けて立地協定を結びました。3月13日に市長室で行われた立地協定調印式には、同社の佐竹正彦専務らが出席し、佐々木和延沿岸広域振興局長、海老原市議会議長立ち会いのもと、野田市長と協定書を取り交わしました。

同社は、自動車組み立てライン、食品、IT(情報技術)などで使われる空気圧機器の分野では国内で約6割、世界で約3割のシェアを誇る世界トップクラスの企業で、市内4工場の従業員数は1000人を超えます。

工場の建設規模や雇用人数などは今後具体化される見込みですが、市では、100人以上の雇用を期待しています。工場の立地により、雇用の増大や若者の定住促進のほか、道路や港湾の整備を活かした当市の拠点性・優位性向上に期待が高まります。

また、市では、水産業における永年の命題である産地間競争への対処、産地としての機能向上、水産経済の活性化を目的とした「水産業共同利用施設復興整備事業」による水産加工機能の強化を進めており、現在の3社の立地が決定しています。

**参考 市内への企業立地の状況**

① 企業誘致の実績

- ・立地協定締結企業 32社 (昭和47年～平成26年)
- ・稼働企業 14社 (平成27年4月1日現在)
- ・稼働準備中 1社 ( )

② 東日本大震災後の企業誘致

(1) 新規誘致企業 5社 (うち4社稼働中、1社準備中)

- ① (株)オーテック・さつき(株) ※一部稼働中
- ② 双日食料水産(株)
- ③ 釜石ヒカリフーズ(株)
- ④ エア・ウォーター物流(株)
- ⑤ トリナ・ソーラー [準備中]

(2) 誘致企業の工場増設 1社

- ① SMC(株)
- ・立地協定締結日：平成23年11月1日
- ※ 製造専用工場が平成24年11月から操業開始
- ・立地協定締結日：平成27年3月13日 [準備中]

(3) 水産業共同利用施設復興整備事業 3社

- ・岩手罐詰(株) [準備中] ※第1回公募
- ・釜石水産物商業協同組合 [準備中] ※第2回公募
- ・南菊鶴商店 [準備中] ※第2回公募

◆ 問い合わせ 市企業立地課 ☎22-2111 (内線324)  
市水産課 ☎22-2111 (内線306)

## 釜石・大槌地域産業育成センター 情報便 7

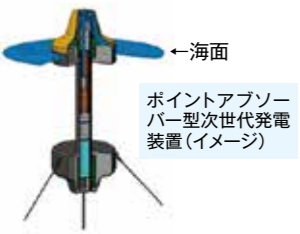
### 釜石湾での海洋エネルギーの研究開発

昨年12月、釜石・大槌地域産業育成センターなどが、国立研究開発法人新エネルギー・産業技術総合開発機構(NEDO)に提案した「次世代海洋エネルギー発電技術研究開発」事業が採択され、東京大学、東北大学、横浜国立大学、海上技術安全研究所と共同で、釜石湾をフィールドに海洋再生可能エネルギーの研究開発を行うことになりました。

この研究開発は、平成32(2020)年以降の事業化を目指し、発電コストを20円/kWh(1kW(1000W)の機器を1時間運転したときの消費電力量)以下に抑えるために必要な機械装置と、そのアレイ(配列方法)に関する次世代の発電制御技術の開発を目的とするものである。

日本近海はヨーロッパやアメリカの西沿岸部に比べて、波力が通常時では小さいものの、台風などの暴風時には極端に大きいとされています。こうした自然条件下にあって釜石湾では、実用化の可能性が最も高いとされる波力発電方式の一つのポイントアブソーバー型(浮体が上下動揺する力で発電機を駆動するタイプ)の研究開発の対象とします。併せて、波の上下動による力を直接的に電気に変換する先進技術のほか、その効果を最大限に活用した発電装置の係留方法についても研究開発を行います。

また、4月3日付で釜石沖海域が、海洋再生可能エネルギー実証フィールドとして追加選定されたことにより、今後、さらなる研究開発プロジェクトの導入に弾みがつくものと期待されています。



■ 問い合わせ 釜石・大槌地域産業育成センター (大字平田 ☎26-7555)

## 4月の観光情報

◎釜石さくら祭  
300年以上の歴史をもつ「釜石さくら祭」が6年ぶりに開催されます。

●期日：4月26日(日)

※雨天の場合は、27日(月)に行列を行います。

●コース：唐丹町字片岸・唐丹町字小白浜(往復)

●スケジュール  
9時・天照御祖神社前での神楽・虎舞奉納  
9時45分・同神社繰り出し/10時30分・御旅所着(小白浜 漁協番屋前広場) / 11時15分・郷土芸能奉納祭/13時・御旅所繰り出し / 14時30分・同神社着 / 15時・同神社前での還御奉祝神楽・郷土芸能奉納

※時間に多少のズレが生じる場合があります。

◎SL銀河  
SL銀河が「花巻」釜石間」を運行します。

●運転日  
4月25日(土)・6月28日(日)の土・日  
曜日(6月13日・14日は除く)、4月29日(水)、4月30日(木)、5月5日(火)、5月6日(水)

※運転日は変更になる場合があります。

●運転開始記念イベント  
①釜石駅でのお出迎え  
日時：4月25日(土) 15時～15時20分  
場所：釜石駅1番ホーム  
内容：歓迎横断幕と手旗で出迎え、郷土芸能披露、海鮮汁のお振る舞い

②釜石駅出発式  
日時：4月26日(日) 10時30分～11時  
場所：釜石駅3番ホーム  
内容：テープカット、郷土芸能による見送り、出発合図

【問い合わせ】  
市観光交流課 ☎22-2111 (内線332)



仮設のお母さんたちとの会話に花が咲きます

## 釜石girlsによるお茶会

3月26日 [天神仮設談話室]

釜石の復興のために活動する有志4人の女子高校生グループ「釜石girls」が仮設でお茶会を開きました。代表の寺崎幸季さん（釜石高校2年生）はASHOKA JAPANの東北Youth Venture14期生としても活動し、仮設住宅の外観をマグネットでデザインする「釜石マグネットめりえプロジェクト」を行おうとしています。今回は、お茶会で仮設団地のみなさんとつながり、釜石のことをいろいろ教えてもらう場としました。メンバーの鎌田茜音さんと浦島杏芳さん（共に釜石商工高校2年生）は「話すことは負担をかけるかとも思いましたが、みなさん率直に震災のことや釜石のことを話ってくれたことがうれしかった」と喜びました。  
 ※ASHOKA JAPANとは、世界最大の社会起業家のネットワークであり、グローバルな社会改革のシンクタンク。  
 ※東北Youth Ventureは「東北のためになにかしたい」と思う若者に試行錯誤の場を提供する取り組み。

## 劇団もしよこむ旗揚げ公演

3月29日

[平田第6仮設 平田パークホール]

小さな劇団が釜石に誕生しました。釜石市民劇場に出演していたメンバー2人が「釜石で小劇場をやりたい」と意気投合したことが始まり。2人の呼びかけに共感し、6人のメンバーが集まりました。「もしよこむ」は、その8人のイニシャルを並び替えたもの。旗揚げ公演の演目は、仮設住宅に住む二人姉妹の葛藤と4年間の変化を描いた「平行螺旋—へいこうスパイラル—」。二回公演で約150人が来場しました。2人の熱演に魅せられ、涙する人も。初回の公演には岩手県議の達増知事も観劇し、釜石の若者の新しい挑戦に惜みない拍手が送られました。劇団代表の小笠原景子さんは「釜石だから、被災地だからできない」ではなく、やりたいことをやれる環境を自分たちでつくり、その時のメンバーで一番面白い芝居を作っていきたい」と力強く語りました。



時間の経過をバントマイムと照明と音響で表現

## 釜石まるまる会議

3月28日

[釜石・大槌地域産業育成センター]

釜石をより良くしていきたい思いを共有した釜石百人会議（昨年6月）に引き続き、釜石で共通のやりたいこと「〇〇」を持つ仲間を探す場に92人が集まりました。第1部では、居酒屋甲子園で有名な大嶋啓介さんによるトークショー。大嶋さんのお店で実践されている朝礼では、人が前向きに変わっていくという事例が紹介されました。第2部では、京都市未来まちづくり100人委員会を運営された嘉村賢州さんによるワークショップ。グループに分かれ、他己紹介やグループワークで気持ちをほぐした後、釜石でやりたい「〇〇」をA4用紙に書き出し、同じ仲間を探して、グループで話し合いました。観光を活性化させたいグループやラグビーワールドカップを盛り上げたいグループ、若者が集まる場所をつくりたいグループなど、13グループができ、それぞれ活発にディスカッションしました。

〇〇会議では、今回できたグループを中心に、今後、具体的なアクションを起こしていきます。下記の日程で開催される予定です。

### ■今後の予定

内容	日程	場所
チームを作ろう!	4月19日(日) 13時~17時	釜石・大槌地域産業育成センター
やっていることを他のチームと共有しよう!	5月10日(日) 時間未定	未定
やったことをみんなに知ってもらおう!	6月21日(日) 時間未定	未定

※詳細や申し込みについては、市ホームページを確認してください。



それぞれの「〇〇」を掲げ、仲間探し



集まったグループでさまざまな企画ができました

## 震災から4年 2015年3月11日の釜石

震災から4年が経ちました。

復興工事も進み始め、まちの姿も少しずつ変わってきましたが、それでも変わらないことは、犠牲者たちに対する追悼の心。市内各所で開催された追悼行事の様子をお伝えします。



### 釜石市追悼施設（常楽寺境内）の様子

花が手向けられ、ノートには数多くのメッセージが寄せられています。



### 東日本大震災犠牲者追悼式（県立釜石高校体育館）

釜石では行方不明者152人を含む1059人が犠牲に。日本の皆さんと世界の皆さんと、14時46分、黙とう。



### 第4回かまいし復興の祈り（釜石駅前広場）

みんなの手でつく、復興の鐘。



### とうほくこよみのよぶね3・11釜石（根浜海岸）

よぶねは強風のため、大槌湾には浮かべず、松林で灯りをともしました。



### 根浜海岸・3.11キャンドルナイト

ほのかで、ぬくもりある、灯りが根浜をともしました。若者たちは「進」に、命を吹き込んで明日へ向かいます。





楽しい! 和・話 輪

甲子歌う会

※「楽しい! 和・話」では、市内で活動している文化、スポーツ、ボランティアなどのグループを紹介しています。

平成3年10月に発足した「甲子歌う会」は、日本の美しい童謡などを、楽しく・伸よく・元気よく歌い、和気あいあいと笑顔で楽しむことをモットーに活動しています。現在、会員は50人で最高齢90歳の人も元気に歌っており、会員の励みとなっており、一人一人が歌をこよなく愛し、心豊かに歌い続けられるようお願いしながら、これからも活動を続けていきたいと思います。私たちといっしょに歌う仲間を募集しています。興味のある人はぜひご連絡ください。

- 会員数...50人
■ 会費...月1000円
■ 場所...甲子公民館
■ 時間...午後1時~2時30分
■ 活動日...毎月3回(第1・2・3火曜日)
■ 連絡先...坂本慶子さん (☎27-13210)



鈴木雪美さん (20歳・小川町) 餅処 小島かひえ 勤務

夢は親子で小川鹿踊り

お店のかわいらしい雰囲気がとても気に入り、2月から主にウェイトレスとして働いています。お客さんが増える週末は特に忙しくなりますが、毎日ワクワクしながら出勤しています。早く自分で作った飲み物をお客さんに出せようになりたいです。

子どもが大好きで、よく休日には3歳のおいっこの面倒を見ながら遊んでリフレッシュしています。近い将来、自分も3人は子どもがほしいです。幼少のときに始めた郷土芸能：小川鹿踊りを今でも続けていて、毎年、釜まつりなどで披露しています。踊りの魅力をその子どもたちに伝え、将来親子で共演するのが夢です。

※「フレッシュ キラリ」では、まちで見かけた次代を担う青年男女を紹介しています。



※市食生活改善推進員協議会の協力・監修で、おすすめヘルシーメニューを紹介します。



お手軽!! 健康レシピ

[ネギと豚肉の混ぜご飯]

- 材料 [4人分]
米 4合
豚バラ肉 200g
キュウリ 2本
長ネギ 2本
ザーサイ(味付瓶詰め) 40g
花かつお 24g
A: 料理酒 大さじ2, 砂糖 大さじ2
B: 砂糖 大さじ2, 濃口しょうゆ 大さじ1, ショウガ 40g

- 作り方
1 豚肉は3cmの長さに切る。ショウガはすりおろしておく。花かつおは、フライパンで乾煎りし、細かく砕いておく。
2 長ネギは5cmの長さの細切りにし、水にさらして水気を切る。キュウリは縦半分に分けて種を除き、2mm幅に切る。ザーサイは水洗いをし、粗みじん切りにする。
3 フライパンを中火に熱し、1の豚肉を炒める。(A)を加えて汁気がなくなるまで炒める。
4 2を(B)で和える。
5 3と4の汁気を切ってご飯と混ぜる。
6 最後に花かつおを入れ、混ぜ合わせる。

ポイント

- \*花かつおは、乾煎りすることで香ばしくなり、風味が増します。
\*ザーサイには、体内の余分な水分を体外に排出してくれるカリウム、歯や骨の健康に役立つカルシウム、食物繊維が含まれており、便秘解消に有効です。

Table with 5 columns: 主な栄養価, エネルギー, たんぱく質, 脂質, カルシウム, 塩分. Values: 416kcal, 13.8g, 9.5g, 31mg, 1.7g.



久保綺良里ちゃん(2歳) 優しく元気に育ってほしい

すこやか アイドル



小川原青葉ちゃん(2歳) 明るくて優しい子になってほしい



川崎花音ちゃん(3歳) 明るく元気に育って欲しいなあ



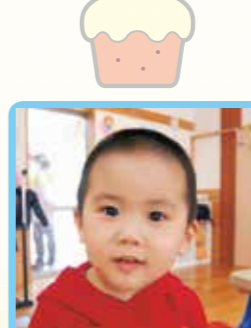
小野寺舞妃ちゃん(1歳) 優しく元気に育ってね!



加辺白菜乃ちゃん(1歳) 元気に大きく育ってね



山田健太くん(2歳) 元気で優しく、たくましい子になってね



松田翔希くん(4歳) 元気に大きくなってね



佐々木陽莉ちゃん(1歳) 優しく、元気にすくすくと育ってね



中野壮南くん(2歳) みんなに優しく、元気に遊ぶ子になってね

※「すこやかアイドル」では、子どもの笑顔とお家の人からのメッセージを紹介します。1~3歳くらいのお子さんの写真を広報に掲載しませんか?希望の場合は市広聴広報課(☎22-2111内線137)までご連絡ください。

このコーナーは、投書のほか市ホームページなどに寄せられた市政に対する質問・意見、などのうち、記名入りで寄せられ、市が回答したものの中から紹介させていただきます。寄せられた意見などは、関係課で内容を検討し施策の参考にするとともに、回答が必要なものについては、概ね2週間以内で回答いたします。ただし、匿名の場合は、直接回答することができないため、参考意見とさせていただきます。なお、収集した個人情報等は、当該事務以外の目的には一切使用しません。

意見をお寄せください

当センターでは、震災後から原料がえり」の放射性物質濃度の検査を年4回実施しており、基準値200ベクレル/kg以下に対し原料汚泥では「不検出」、し尿汚泥肥料「咲土がえり」ではおよそ10~30ベクレル/kgと基準を大幅に下回っており問題なくお使いいただけます。(釜石・大槌汚泥再生処理センター)

釜石・大槌汚泥再生処理センターで製造されている咲土がえりを家庭菜園で使ってみようと思っておりますが、放射能の残留が気になります。汚泥には結構残留すると聞きましたが、咲土がえりは安心して使えますか? (市内・女性)

市政Q&A みんなの声

～看護の心をみんなの心に～

平成27年度「看護の日」健康フェアのご案内

日時…5月9日(土) 11時～15時(受付14時30分まで)  
 場所…いわて県民情報センター「アイーナ」(盛岡市) 4階・7階  
 内容…測定(血管年齢測定、骨密度、血圧、体脂肪率など)、相談(健康、栄養、訪問看護、介護など)、  
 ハンドケアとフットケア、ナース撮影会、写真展など  
 問い合わせ…公益社団法人岩手県看護協会 ☎019-662-8213

保健だより

乳幼児健康診査

健診(予防接種)内容	日時	医療機関・会場	対象者	個別通知
1カ月児健診	5月中	県内小児科	平成27年4月生	なし
3～4カ月児健診	5～6月中		平成27年2月生	
9～10カ月児健診			平成26年8月生	
1歳6カ月児健診	5月中	(小児科) 県立釜石病院 岩井小児科医院 (歯科) 市内歯科医院	平成25年10月生	あり
3歳児健診			平成23年10月生	
6カ月児健診・BCG接種	5月27日(水) 受付13:00～13:15	市保健福祉センター 9階	平成26年11月生	あり
2歳児いい歯健診	5月14日(水) 受付 9:00～ 9:30		平成24年10月生	
4歳6カ月児発達検査	5月21日(水) 受付 9:00～ 9:30		平成22年10月生	

各種教室・集団予防接種

内容	日時	会場	対象者	申込期限
①パパママ準備教室(※1) ②ベビーマッサージ(※2)	5月9日(土) ① 9:30～11:30(受付9:20～9:30) ② 10:00～11:30(受付9:50～10:00)	市保健福祉センター 9階	①妊娠6～7カ月の妊婦 および配偶者 ②おおむね4～12カ月児	5月7日 (木)
もぐもぐごっくん教室 【初期】(※2)	5月13日(水) 10:15～11:30(受付10:00～10:15)	青葉ビル研修室 1・2	おおむね5～6カ月児	5月11日 (月)
かみかみごっくん教室 【中・後期】(※2)	5月20日(水) 10:15～11:30(受付10:00～10:15)	青葉ビル研修室 1・2	おおむね7～12カ月児	5月18日 (月)
三種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)・不活化ポリオ(※3)	5月12日(火)(受付13:15～13:45)	市保健福祉センター 9階	平成23年12月31日までに生まれた子ども※接種を受ける当日の年齢が7歳6カ月未満であること。	当日受付

※1 母子健康手帳、母子健康手帳副読本持参 ※2 母子健康手帳、バスタオル持参 ※3 母子健康手帳、予防票持参  
 母子健康手帳の交付日…5月1日、8日、15日、22日、29日(祝日を除く毎週金曜日 受付時間13:30～15:00)  
 問い合わせ…市健康推進課保健予防係(保健福祉センター2階) ☎22-0179

釜石保健所開設相談

内容	日時	対象者	備考
精神保健相談 (こころの相談)	5月26日(火) 13:30～16:00	認知症やうつ、思春期のこころに関する事など、悩み、不安をもつご本人やご家族	毎月第4火曜日 (予約制、無料)
酒害相談 (リ阿斯断酒新生会による)	5月20日(水) 13:00～14:30	アルコール問題に関わる困りごとや不安をもつご本人やご家族など	毎月第3水曜日 (予約制、無料)

問い合わせ…釜石保健所保健課 ☎25-2702

正しい靴選び

合っていない靴を履いたり、履き方が間違っていると腰痛や肩こりの原因になったり、スポーツ傷害の原因になったりします。実際、私は疲労骨折になった症例を経験しています。靴擦れやマメがでるという事はサイズが合っていないか、正しく靴を履いていない証拠です。また、外反母趾に対して緩い靴はかえって症状を悪化させることがあります。中敷きなどで調整することもできます。正しく調整された靴だと体に負担をかけずに気持ちよく歩けます。

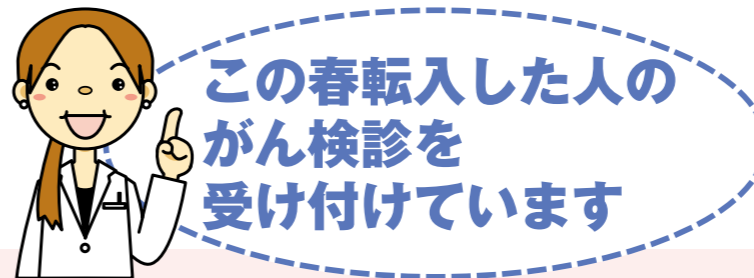
(1)ひもがある靴は、紐を緩めて踵を合わせて履き、しっかりと紐をしめて歩いて確かめましょう。  
 (2)ひもが無い靴は靴べらを使って履き、踵をあわせて足の指先がどのくらい動かせられるのか確かめてから歩いてみましょう。  
 (3)いつも買うサイズより足長の短い靴や狭い靴もぜひ、試してみてください。

あなたが今履いている靴は、本当に自分の足に合っていますか。市販の靴には、長さ(足長)と幅の広さ(足囲)が表示されています。しかし、JIS規格で例えば25cmで3Eの靴といってもそのサイズは外寸でも中寸でもありません。靴の製造会社やモデル(木型)によって実際のサイズや履いた時の感じがそれぞれ違うのです。自分のサイズは、何cmの何Eだと思いついては選ばず、実際に両足に履いて歩いてみて確認することが大切です。購入時に注意する点を3点挙げます。

ワンポイントアドバイス



せいてつ記念病院 鈴木啓之



市健康推進課では、この春に釜石市に転入した人を対象に、市の実施する各種がん検診の受検申し込みを受け付けています。

平成27年度に市が実施するがん検診

検診内容	対象者	検診料	実施予定期間
肺がん(結核)検診	40歳以上の人	1,000円	6月24日～7月10日
大腸がん検診	40歳以上の人	1,000円	【容器配付】 7月13日～8月8日 9月24日～9月30日 【容器提出】 8月17日～9月19日 10月6日～10月30日
乳がん検診	40歳以上の女性で、平成26年に受検していない人	【40～49歳】 2,000円 【50歳以上】 1,700円	8月26日～9月14日
子宮頸がん検診	20歳以上の女性で、平成26年度に受検していない人	1,800円	8月26日～9月14日
胃がん検診	40歳以上の人	1,600円	10月6日～11月8日

※平成28年3月31日時点で70歳以上、生活保護世帯、市民税非課税世帯のいずれかに当てはまる人は無料です。

平成27年度釜石市予防接種についてのお知らせ

- 市は次のとおり予防接種を実施します。それぞれ、案内に記載する医療機関に予約し、接種してください。
- ① 日本脳炎予防接種  
第1期の対象者には、対象年齢の3歳になった時点で予防票を送付します。第2期の対象者には、対象年齢の9歳になった時点で予防票を送付します。
  - ② 水痘予防接種  
対象年齢の1歳になった時点で予防票を送付します。すでに水痘に罹患している場合は、接種する必要はありません。
  - ③ 高齢者肺炎球菌予防接種  
対象者には4月中旬に予防票を送付します。なお、対象は平成27年度中に次の年齢になる人で、接種日時点で市内に住所を有する人です。すでに、23価肺炎球菌ワクチン(ポリサツカライド)を接種している場合は対象になりません。  
対象年齢：65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳  
※60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がい(身体障害者手帳1級程度)のある人も対象です。  
接種料金：4,000円
- 問い合わせ  
市健康推進課 ☎22-0179

保健案内板

問い合わせ…市健康推進課

保健予防係(☎22-0179)  
※保健福祉センター2階

受付期限

4月30日(木)※消印有効

対象

この春に釜石市に転入した人

申し込み

市健康推進課、市市民課、各地区生活応援センターに備え付ける申込書類に必要事項を記入して、同封の返信用封筒(切手不要)で郵送か持参

※転入者以外の申し込みは既に終了していますが、各検診実施の1週間前をめどに、追加受け付けを行う予定ですので、その際に忘れずに申し込んでください。

問い合わせ

市健康推進課 ☎22-0179





## 避難行動に対する人間の心理的特性

わたしたちの命を災害から守るための避難行動はとても大切ですが、人は危機的状況にあっても避難行動ができない場合があります。人の心は予期しない出来事や危険に対し、ある程度鈍感な面があることがその一因と考えられています。こうした状況にその都度反応していたら心が疲弊してしまうため、自身が限界に感じるまでは正常な範囲として処理しようとする特性があります。危険が迫っていても「自分はまだまだ大丈夫」と過小評価する心理的特性を「正常性バイアス（正常化の偏見）」と言います。

また、一人だと自分の判断で避難行動を起せるのに、多くの人と一緒にいた場合、「みんながいるから」と安心感を持つことや、「ほかの人の動きに合わせてよう」と行動を抑制する心理的特性を「多数派（集団）同調バイアス」と言います。これら二つのバイアスがはたらき、危機的状況下での避難行動を妨げることがあります。

群馬大学大学院の片田敏孝教授が提唱する津波避難3原則：「想定に捉われるな」「いかなる状況でも最善を尽くせ」「率先避難者たれ」は、避難行動への人の心理的特性に基づくものとされています。津波はいつかまた必ず来襲します。津波避難3原則をいつも胸に、津波注意報発表など津波の可能性がある場合にはちゅうちよせず避難行動への心のスイッチを押しましょう。

防災行政無線の放送内容を無料で確認できます。ぜひご利用ください。(☎0800-800-3199)

## 南三陸国道事務所が移転



鵜住居町第7地割の仮設庁舎で業務を行っていた南三陸国道事務所が、同町13地割（旧養護老人ホーム「五葉寮跡地」）に移転し4月1日から業務を始めています。

平成24年4月に当市に設置された同事務所は、県沿岸南部地域の三陸沿岸道路と釜石花巻道路の整備を手掛けており、東日本大震災早期復興プロジェクトの一日も早い完成に向けて取り組んでいます。

## 市と災害協力協定を結びました

南三陸国道事務所と市は4月13日、災害時の協力体制に関する協定を結び、同事務所の佐藤事務所長と野田市市長が協定書を取り交わしました。

協定は、市内で災害が発生、または発生するおそれがある場合、市民の安全を確保するために双方が協力する内容を定めており、市からの協力要請に応じ同事務所が対応するものです。

その内容は、①津波のおそれがある場合、同事務所裏側にある指定津波緊急避難場所への避難路と

して事務所に設置された非常階段などの利用、②津波以外の災害で避難してきた市民に一時的な避難施設として建物の一部提供、③避難者への応急資材や備蓄資機材の提供、④ライフライン復旧までの通信・情報連絡の拠点として利用などとなっています。

造成工事が進み、復興公営住宅の建設や宅地引き渡しなどの復興まちづくり整備が本格化する鵜住居地区において、災害時の安全確保に大きな効果が期待されます。