

2016 希望郷 いわて国体・いわて大会通信

Ichinoseki city Hall

October 2014



競技会場と日程
こくちエリア
(二戸・久慈・県北)



全国から162人が集結 第16回バウンドテニスー関市長杯

「第16回一関市長杯バウンドテニス黄金王国大会」は10月5日、市総合体育館で開かれ、全国から集まった162人が熱戦を繰り広げました。

開会式で県バウンドテニス協会の伊東三四司会長は「スポーツには①体力・健康づくり②汗を流すことによって気持ちを切り替えるリセット機能③スポーツを通じた交流でお互いが元気になる」という3つの効果があります。今日はそのスポーツの力を存分に感じてほしい」とあいさつ。大阪・福井から参加した南俊之さんと宮前和代さんのペアが選手宣誓を行い、競技が始まりました。



今大会最高齢の今野信夫さん(80歳・一関市関が丘)は「バウンドテニスは競技性があり、若い人や女性も楽しめるスポーツ。全国の皆さんとの交流は励みになります。一人でも多くの人に挑戦してほしい」と微笑みました。

バウンドテニスは、テニスと同じようなルールで狭い場所で手軽にできるスポーツです。個人のレベルや年齢に合わせてプレーができるため、幅広い世代の人に親しまれています。世代間交流や生涯スポーツとしての役割も担い、2016年の国体ではデモンストレーションスポーツに決定。競技の普及に期待が寄せられます。



岩手県バウンドテニス協会
伊東三四司
71歳・大東町

本市にバウンドテニスが普及したのは、旧川崎市の体育指導員がみんなのスポーツとして取り入れたのがきっかけ。このスポーツが考案された当初から、本市はバウンドテニスが普及したまちとして全国に知られています。多くの皆さんにバウンドテニスの楽しさを味わってほしい。

参加者をきれいな街で迎えよう 県トラック協会一関支部が国道をクリーンアップ

27 September 2014

県トラック協会一関支部(小野寺正太郎支部長、会員68社)が主催するクリーンアップキャンペーンは9月27日に行われました。

この活動は例年この時期に行われ、2016年のいわて国体に合わせ、市国体実行委員会が取り組む「歓迎おもてなしクリーンアップ月間」の協賛事業としても行われたものです。当日は、支部に加盟する47社から約90人が参加。国道4号線の萩荘高梨交差点から宮城県境まで約5.5キロメートルを5班に分かれ、沿道のゴミなどを拾いました。沿道には、空き缶、ペットボトル、中には使用済みのおむつなども捨てられていて、用意したゴミ袋はすぐにいっぱい。参加者は、草むらなどの



ごみを協力しながら、丁寧に拾っていました。

参加した東山町の山内春来さん(18)は「ごみの多さに驚きました。みんなが使う所だから、きれいに使ってほしい」と汗をぬぐいました。同支部の三浦敏副支部長は、「一関は、岩手の玄関口。きれいな環境で県外からのお客様を迎えたい」と話していました。

洋野町

- 【競技】 ①軟式野球
②サーフィン*
③パークゴルフ*
- 【日程】 ①10月2日②～5日③

軽米町

- 【競技】 軟式野球
- 【日程】 10月2日②～3日③

二戸市

- 【競技】 剣道
- 【日程】 10月8日②～10日③

久慈市

- 【競技】 ①軟式野球
②柔道
- 【日程】 ①10月2日②～5日③
②10月8日③～10日④

九戸村

- 【競技】 軟式野球
- 【日程】 10月2日③

一戸町

- 【競技】 ①なぎなた
②ターゲット・バードゴルフ*
- 【日程】 ①10月2日②～4日③

野田村

- 【競技】 ①軟式野球
②ウォークラリー*
- 【日程】 ①10月2日②～4日③

普代村

- 【競技】 軟式野球
- 【日程】 10月2日③

*はデモンストレーションスポーツです。日程は各市町村で決定します



元気のひみつ Voice
Akihito Shoji
東海林明弘さん
一関市機織山

健康維持は家族のため

昨年の秋に結婚。最愛の妻と楽しく長生きしようと、食生活を中心に健康管理に気を付けるようになりました。油こいものを控え、遅い時間に食事を取ることも避けるようにしています。また、大好きなワインも、飲む回数を減らしています。食生活を改善したおかげで体調は万全。気になっていた体型への不安も徐々に解消できてきました。

我慢して行う食生活改善より、おいしいものを食べながら進めるほうが効果は絶大。近所の皆さんからいただく旬の野菜はどれもおいしく新鮮。皆さんの優しさとおいしい野菜は、私の元気の秘けつです。私は食品開発の仕事に携わり、全国各地でもちサミットの実行委員も務めています。一関のおいしい野菜を商品に取り入れられればうれしいですね。

■磐井病院がん患者・家族サロン「ころば」
◇日時・内容：①11月7日②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺
◇日時・場所：11月20日④9時30分～12時30分・千厩保健センター
◇対象：26年2月～6月生まれの子供の保護者◇定員・費用：先着10組・100円◇内容：栄養士・保健師の講話、調理実習、試食など◇受付期限：11月13日④
☎千厩支所保健福祉課 ☎3952

■もぐもぐ離乳食教室(予約)
◇日時・場所：11月20日④9時30分～12時30分・千厩保健センター
◇対象：26年2月～6月生まれの子供の保護者◇定員・費用：先着10組・100円◇内容：栄養士・保健師の講話、調理実習、試食など◇受付期限：11月13日④
☎千厩支所保健福祉課 ☎3952

■第16回ふれあいフェスティバル「みんなで歌おう会」
参加団体の合唱、作品や活動紹介を通して、心の病や障がいへの理解を深めます。ゲストでツジヤマガクさんも出演。参加無料です。
◇日時・場所：11月14日④13時～16時・一関文化センター
☎健康づくり課(一関保健)

■すこやか幼児教室
◇日時・場所：11月18日④9時30分～12時30分・一関保健センター
◇内容：栄養士・保健師の講話、調理実習、試食など◇対象：おおむね10カ月～1歳6カ月の子供と保護者◇定員・費用：先着12組・200円◇受付期限：11月11日④
☎健康づくり課(一関保健)

■「キララ」明るく生きるこころのシンポジウム
田中尚県立大学教授の講演、シンポジウムや「心の応援歌コンクール」の作品発表などを行います。
◇日時・場所：11月29日④13時30分～16時・大東コミュニティセンター◇テーマ：心の病や障がいを抱えた人に必要な福祉サービスや相談支援を考える◇費用・定員：無料・80人
◇受付期限：11月11日④
☎ほのぼのステーション ☎4889

■自死遺族交流会「こころサロン一関」
◇日時・場所：11月15日④13時30分～15時・一関地区合同庁舎◇申し込み：11月12日④に電話で
☎一関保健所保健課 ☎1415

健康塾 効果的で望ましい子どもの叱り方は？

文・健康づくり課(一関保健センター内)

「子供をどのように叱ったらいいかわからない」と悩むことはありませんか。悩める親の皆さんに、よい叱り方のポイントは①感情的にならない／②叱っている理由をわかりやすく伝える／③その場ですぐに、短時間で叱る(手短に)／④キャラクター(人格)を否定するようなことは言わない／⑤他の子やきょうだいと比較しない／⑥叱ったことを引きずらない(根に持たない)／⑦いま問題になっていることだけを言う(個別に)一です。

子供は褒められることによって、脳から「やる気ホルモン」が分泌され、積極性や活力を生み出すといわれています。叱るだけでなく、子供が「できたこと」理解したことを認め、温かい「言葉」と「手」でしっかり褒めることが大切です。

11月の4歳5歳歯科健康診査

11月中に市内の契約歯科医療機関で受診してください。対象者には10月末に受診券を郵送しています。体調不良などで11月中に受診できない場合は下記へ連絡してください。

健診名	対象者
4歳歯科健診	22年5月生まれ
5歳歯科健診	21年5月生まれ

☎健康づくり課(一関保健センター内)

12月のこころの健康相談(要予約)

臨床心理士が無料で応じます。

日	場所	時間	定員
1①	一関保健センター	10:00～12:00 13:30～15:30	4人
8⑧	大東保健センター	13:30～15:30	2人
15⑮	花泉支所	13:30～15:30	2人
22⑳	一関保健センター	10:00～12:00	2人

☎健康づくり課(一関保健センター内) または各支所保健福祉課

11月の献血カレンダー

日	献血会場	時間
2②	一関高専	9:30～15:30
3③	イオンスーパーセンター一関店	10:00～16:30
4④	JAいわて平泉西部営農振興センター	9:00～11:00
	ジョイス三関店	14:30～16:00
9⑨	室根きらめきパーク	10:00～12:00 13:00～15:00
	東里工業(株)	9:30～10:30
10⑩	(株)柴宿ファッショ	11:30～13:00
	千住スプリンクラー(株)岩手事業所	14:30～16:00
17⑰	磐井農業共済組合	9:30～10:30
	一関警察署	14:30～16:30
18⑱	(株)平野組	9:00～12:00
	市役所千厩支所	9:30～10:30
19⑲	千厩ショッピングモール エスパ	12:00～14:00
23⑳	イオン一関店	10:00～16:00

*天候などにより、時間や会場が変更になる場合がありますので、ご了承ください

☎健康づくり課(一関保健センター内)