

いわてグラフ

2023
12
IWATE GRAPH



「表紙」ジオファーム八幡平

(右) 船橋友紀恵さん
ゆきえ

(左) 船橋慶延さん
よしのぶ

「特集1」脱炭素に向けた取り組み

まいにちおトクに

「エ」活しよう!

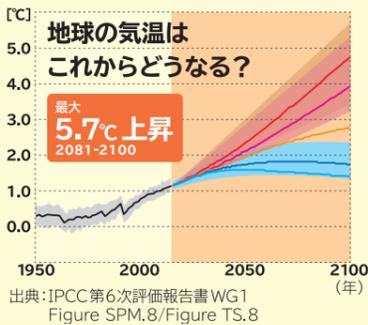
「特集2」新型コロナウイルス感染症対策

かかりつけ医を

持ちましょう!

Q2 地球の気温はこれからどうなるの？

二酸化炭素をはじめとした温室効果ガスをこのまま排出し続けると、2100年には世界の平均気温が、1850~1900年を基準として最大5.7℃上昇すると予測されています。



Q1 地球温暖化でどんな影響が出ているの？

台風や豪雨によって洪水や土砂災害が起きたり、海面の水位が上昇して高潮や高波が発生したり、高温による農産物の生育不良や品質低下などが心配されています。



豪雨により増水した馬淵川 (令和4年8月)



高温によるリンゴの着色不良

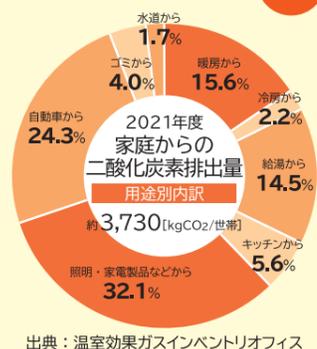


Q&A

Q4 カーボンニュートラルってなに？

温室効果ガスの排出量を「全体としてゼロ」にすることです。排出量と同じ量を「吸収」するか「除去」すれば差し引きゼロになるため、これを目指して対策に取り組んでいます。二酸化炭素だけでなく、メタン、一酸化二窒素、フロンガスを含む「温室効果ガス」が対象となっています。

Q3 二酸化炭素が排出される原因は？



日本の家庭から排出される二酸化炭素排出量を見てみると、多くを占めるのは照明や家電製品、自動車によるものです。全国と比べて岩手は、暖房や自動車からの排出量が多くなっています。

岩手県は再生可能エネルギー王国 /

太陽光

特に沿岸南部などは日照条件が良く、太陽光発電に適した地域。一般住宅用から事業用まで広く導入が進んでいます。

水力

水資源が豊富な岩手。県営17カ所をはじめ、県内に50カ所以上の水力発電があり、再生可能エネルギーの中で最も多く発電しています。

バイオマス

木材、牛や豚などのふん尿、生ゴミなど、化石燃料以外の動植物に由来するバイオマス。県土の約8割が森林のため、木質バイオマスは持続可能なエネルギー資源です。

風力

岩手県は県土が広く、安定した風に恵まれた地域が多いため、各地で風力発電の導入が進んでいます。



地熱

国内初の地熱発電所である松川地熱発電所をはじめ、葛根田地熱発電所、松尾八幡平地熱発電所、滝ノ上地熱バイナリー発電所が稼働。この4カ所の合計出力約61メガワットは、全国有数の設備規模です。

自然豊かな環境を生かして 持続可能な脱炭素社会を目指します！

自然豊かな岩手は、太陽光や水力、バイオマス、風力、地熱などを利用した再生可能エネルギーが豊富です。県はこうしたポテンシャルも生かして、2050年の温室効果ガス排出量実質ゼロを実現するため、まずは2030年

度の排出量を、2013年度比で57%削減する目標を設定。また、同年度には再生可能エネルギーによる電力自給率66%を目指しています。全国的に見ても高い目標を掲げ、オール岩手で取り組みを進めていきます。



この夏、記録的な猛暑が続いた岩手県。ここ数年は、豪雨・台風による大きな被害が相次いでいるほか、三陸沖の魚種や生態系も変化し、豊富だったサンマやサケの漁獲量も大幅に減少しました。

このような現象は、二酸化炭素(CO₂)などの温室効果ガスの増加による温暖化が影響していると言われ、県は2050年までに温室効果ガス排出量を実質ゼロにする目標を掲げ、さまざまな取り組みを進めています。

脱炭素を意識して行動することは、岩手の環境を守るだけでなく、健康や家計にもメリットがあります。皆さんもおトクに「エコ活」してみませんか。

「特集1」脱炭素に向けた取り組み

contents

【特集1】脱炭素に向けた取り組み

まいにちエコ活！ p01

[しあわせレシピ]
南部一郎かぼちゃのパウンドケーキ p05

[復興キラリ]
イコウエルすみた p06

[まち・ひと・しごと 住みたい県へ!]
農林水産業を支えよう！ p07

[教えて！いわて県民計画]
国際交流 p08

[わがまちにズームイン]
平泉町 p09

[ローカル線であつた旅]
IGRいわて銀河鉄道&JR山田線 p10

【特集2】新型コロナウイルス感染症対策

かかりつけ医を持ちましょう！ p11

岩手県からのお知らせ p13

[NEXT STARS]
輝く岩手の若者たち！
読者アンケート&プレゼント 裏表紙

当誌に掲載されている情報は、2023年11月1日現在のものです。新型コロナウイルス感染症の拡大などの状況によっては、掲載した内容に変更が生じる場合があります。

#いわてグラフキャンペーン

X (旧Twitter)、Facebook、Instagramに「#いわてグラフ」をつけて、投稿すると岩手のいいものをプレゼント！



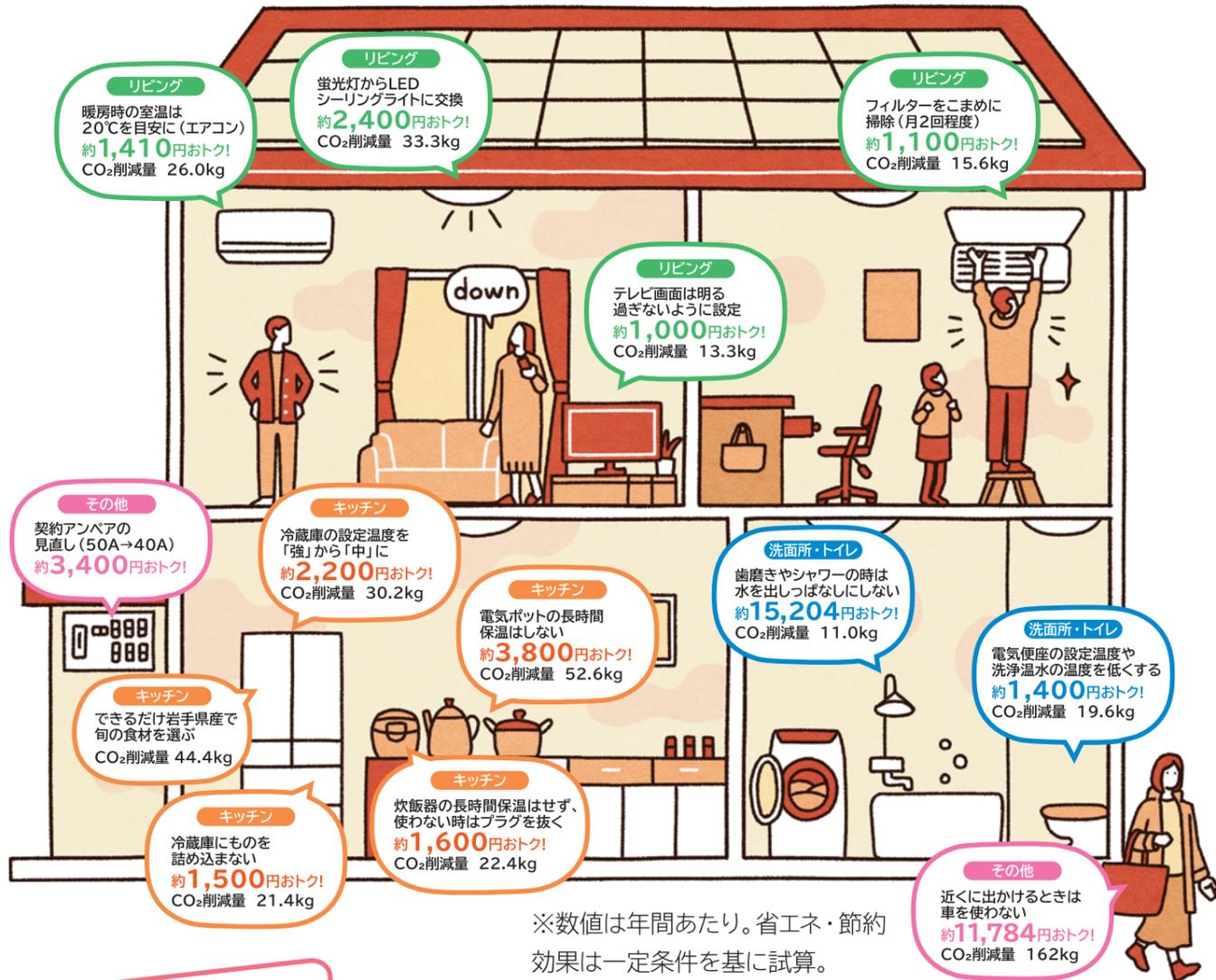
- 当選商品: 格之進の缶詰ハンバーグ3缶セット (株式会社門崎)
- 当選者数: 3名様
- 応募期間: 2023年12月1日(金) ~ 2024年1月12日(金)
- 応募方法: 「#いわてグラフ」をつけて、あなたが読んでほしい・見てほしいと感じた内容をX (旧Twitter)、Facebook、Instagram、いずれかのSNSから投稿してください。投稿いただいた方の中から抽選で岩手のいいものをプレゼントします。
- 当選発表: 当選した方にはダイレクトメッセージにてお知らせします。ダイレクトメッセージを受け取れるよう設定してください。
- 商品の発送時期: 2024年2月上旬頃を予定しています。
- お問い合わせ先: 県庁広聴広報課 019-629-5283



詳しくはこちらをご確認ください

家庭でできること

省エネというと、我慢や節約というイメージが浮かびますが、「賢くおトクにエネルギーを使う」のが省エネ生活。ちょっと工夫するだけで光熱費を削減できる、省エネに役立つヒントをご紹介します。



家族みんなで省エネにチャレンジ!

いわてわんこ節電所

「家庭のエコチェック」に参加しよう!

県民の皆さんに日常的に省エネに取り組んでいただけるよう、「いわてわんこ節電所」というサイトを公開しています。このホームページでは、皆さんが取り組んだ省エネ行動によるCO₂削減量を、岩手県名物「わんこそば」の「わんこ」に見立てて数値を見る化。わんこが重なるほど、より多くのCO₂を減らせたことがわかるようにしています。参加方法は、月に一回「家庭のエコチェック」をするだけ。どのご家庭でも取り組めますので、一緒にチャレンジしてみましょう! [詳しくはこちら▶](#)



家庭のエコチェック 2023年7月～

今年度CO₂削減量 **0kg-CO₂**
電気換算**0kWh**相当
約**0**円分の年間消費電力

エコチェックスタートからの累計

CO₂削減量 **0** kg-CO₂
参加人数 **0**人

2023年10月20日現在

HOME ACTION >>>

職場でできること

照明や空調を省エネ型製品に変える、窓を断熱にする、車を電気自動車にするなど、職場単位でできる脱炭素の取り組みはいろいろあります。ここでは県内の事例を紹介しながら、企業に役立つ認定制度や補助金制度をご紹介します。



▲毎月、全車両の燃費を集計したグラフを張り出すなど、多岐にわたる脱炭素に取り組んでいます。

省エネ診断の詳細はこちら

脱炭素に取り組んでみましょう。

職場でも省エネ診断を受診して、

省エネ診断の

補助金で事務所の照明をLEDに!

事業者向け省エネルギー対策推進事業

事務所の照明を高性能なLEDや再エネ一体型の屋外照明に更新するなど、省エネルギー効果の高い設備導入に使える補助金があります。設備の更新は光熱費の削減にもつながります。ぜひご利用ください。

[補助対象者] 県内に拠点を有する中小企業者など

[補助額など] ◎補助上限額:最大50万円

◎補助率:1/2

[詳しくはこちら▶](#)



経営メリットがいろいろ!

いわて脱炭素化経営企業等認定制度

二酸化炭素排出を抑制する取り組みを積極的に行っている職場を、「いわて脱炭素化経営企業等」として認定しています。認定されると、県の補助金の上乗せのほか、社会的評価の向上につながるなど、さまざまなメリットがあります。皆さんの職場でも認定に挑戦してみましょう。

[詳しくはこちら▶](#)



ZEH(ゼッチ)で健康に、家計と環境にやさしい暮らしを!

省エネ性能が高く、光熱費が抑えられる住宅「ZEH(ゼッチ)※」は、経済的なだけでなく、ヒートショックを防ぐなど、住む人の健康づくりにもつながります。

既存住宅の省エネルギー改修工事をする場合に使える県の補助金「住まいの省エネルギー改修推進事業費補助金」や、省エネ住宅に関する講習会(2024年1月19日開催予定「ライフプランで考える省エネ住宅」講師:ファイナンシャルプランナー)もあります。リフォームや新築の際には、健康で快適な暮らしのために省エネルギー住宅について考えてみませんか。

※ ZEH(ゼッチ):Net Zero Energy House(ネット ゼロ エネルギー ハウス)の略で、断熱・省エネルギー・創エネルギー(太陽光発電などで創るエネルギー)により、住宅の年間エネルギー消費量を実質ゼロにする住宅。



※住まいの省エネルギー改修推進事業活用例

補助金の詳細はこちら▶

講習会の詳細はこちら▶

復興の歩みを進めるいわて三陸の姿を紹介します。

復興キラリ

イコウエルすみた (住田町)



左から地域プロジェクトマネージャーの関博充さん、「イコウエルすみた」でのイベント企画などを行っている一般社団法人 邑(ゆう)サポートの伊藤美希子さんと奈良朋彦さん、住田町企画財政課の紺野尚之さん。



仕事をしたり学生たちが勉強をしたり、自由に活用できるワークスペースを備えた共用棟。



【問】イコウエルすみた
0192-47-5075

東日本大震災津波が発生した後、住田町は沿岸部で被災した方々を支援するため、地元の木材を使用し93戸の木造戸建ての仮設住宅を建設しました。林業のまちならではの技術を生かした住宅は注目を集め、ボランティアに訪れた多くの支援者との交流が生まれました。

こうした後方支援の記録や記憶、絆の輪をつないでいくため、仮設住宅団地の跡地を活用した新たなプロジェクトが始動。2023年5月、仮設住宅の部材の一部を再利用して、「仕事と学び複合施設イコウエルすみた」が誕生しました。

「リモートワークができる拠点を作ることで、移住者やUターン者を受け入れることが狙いです」と住田町の紺野尚之さんが話すように、ここは新たな働き方の受け皿となる施設。仕事や勉強に使えるワークスペースを備えた「共用棟」や「オフィス棟」、お試し移住に利用できる「滞在体験棟」などが整備されています。

「町内外のさまざまな人が共に学べるよう、イベントや講座を考えていきたい」と、施設を運営する関博充さん。人との交流から生まれる新たなつながりと、地域に新たな活気を呼び込む拠点として重要な役割を担っています。

町内外の人を「つなぐ」場として、仕事や学びに活用できる拠点が誕生！

震災の教訓を忘れない！



実際の仮設住宅を体感しながら、後方支援活動の大切さを学ぶ

「イコウエルすみた」内には、震災後に被災者の方々が暮らした木造戸建ての仮設住宅を活用した「展示棟」があります。「住田型」として注目を集めた仮設住宅は、被災者の心を癒した木の温もりが心地よい空間。室内には、震災後の住田町の後方支援活動から、災害ボランティアセンターの設置、仮設住宅の整備、その後のコミュニティ支援まで、順を追って紹介するパネルを展示しています。仮設住宅をリアルに体感しながら震災や後方支援について学ぶことができる場として、学習や研修などにも活用されています。

イコウエルすみたのHPはこちら▶



いわての旬をいただきます！

しあわせ

レシピ



いわては美味しい食材の宝庫です。味わい豊かな食材を使って、楽しくクッキング。今回ご紹介するのは、一関市の特産「南部一郎かぼちゃ」を使ったスイーツのレシピ。クリスマスケーキとして手作りに挑戦してみませんか。

今号の食材

南部一郎かぼちゃ



一関市の「骨寺荘園(ほねでらしょうえん)地区」が特産品として育てている、ユニークな形のかぼちゃ。日本在来種(鶴首(つるくび)かぼちゃ)を改良したもので、収穫後に約1カ月、ハウスの中で風乾・追熟を行い甘さを引き出します。果肉はしっとりとして粘りがあり、鮮やかな黄色と強い甘みが特徴。お菓子から惣菜まで幅広く使い、生で食べることもできます。

材料
(約18×6cmのパウンド型1台分)

- 南部一郎かぼちゃペーストにしたもの 120g
- 無塩バター 100g
- 塩 ひとつまみ
- きび砂糖 80~100g (かぼちゃの甘みで調節)
- 卵 2個
- 薄力粉 120g
- ベーキングパウダー 6g
- ラム酒 大さじ1 [下準備]

○オーブンは180℃に予熱しておく。
○パウンド型にオーブンペーパーを敷き込んでおく。

作り方

- かぼちゃは洗って適当な大きさに切り、種と皮をそぎ取り、蒸し器で20分程かけて蒸す。熱いうちにザルなどでこして滑らかにしておく。
- 無塩バターをボウルに入れ、やわらかくなるまで室温に置く。塩ひとつまみを加え、泡立て器で混ぜる。きび砂糖を2~3回に分けて混ぜる。
- ①のかぼちゃのペーストを②に加え、よく混ぜる。室温に戻し、溶きほぐしておいた卵を、3回に分けて生地に混ぜ入れる。
- 薄力粉とベーキングパウダーを合わせて③のボウルにふるい入れる。泡立て器で生地をすくうように混ぜ、粉がよく混ざったらラム酒を加え、ヘラに持ち替えて滑らかになるまで混ぜ、型に入れる。
- 予熱で温めたオーブンに入れ、170℃で45分程かけて焼き上げる。真ん中あたりに竹串を刺し、生地が付いてこなければ焼き上がり。一日寝かせて味を落ち着かせるとおいしさが増す。

※ご自宅のオーブンによって焼き上がりが変わりますので、焼き時間は調整してください。ケーキの粗熱が取れたら乾燥を防ぐためラップで包んでください。

【レシピ監修】

料理家：橋本玲奈さん
盛岡市在住。飲食店のメニュー開発やケータリング、料理撮影のスタイリングなど、県内を中心に活躍中。

表紙MEMO



生で食べられるほど新鮮でおいしい、マッシュルーム。地元の人たちや障がいを持った人たちの雇用の場にもなっています。

馬を真ん中に、循環型農業の輪を広げる！

「ジオファーム八幡平」は、競馬を引退した馬たちを引き取り、その馬ふん堆肥と温泉の地熱を使ってマッシュルームを育てています。栽培後の菌床は、肥料として放牧地や畑に再活用。馬と人との共生を目指しながら、循環型農業を確立しています。幼い頃から馬術競技に携わってきた代表の船橋慶延(よしのぶ)さんにとって、馬たちが安心して余生を送れる仕組みづくりは長年の夢でした。「引退馬が堆肥づくりを担うことで馬たちの新たな可能性も広がりますし、地域で馬ふん堆肥を活用する人も増え循環型農業の輪が広がっています」と語ります。

教えて! いわて 県民計画

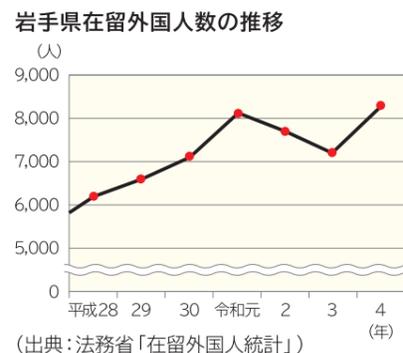
みんなで目指す岩手の未来像のための「いわて県民計画(2019~2028)」。
10の政策分野から、今回は「居住環境・コミュニティ」の取り組みを紹介します。

国際交流



Q 外国人が増えているって聞くけど、暮らしやすい環境づくりのために、どんな取り組みをしているの?

A 外国人にとっても暮らしやすく、居住先として選ばれるよう、日本語学習支援や多様な文化、習慣の理解促進などに取り組んでいます。



まずは関心を持ち、お互いを知りましょう 歩み寄ることから交流が始まります

2022年12月末現在の県内の在留外国人数は8,374名。年々増えてきています。外国人が岩手でいきいきと暮らせる環境づくりのために、どのような意識を持つといいでしょうか。岩手県国際交流協会の大山美和さんにお話を伺いました。

「外国人の中には、母国とは違う法律や制度に戸惑い、受けられるサービスを知らなかったり、言葉の壁によって情報を得られない方もいます。それが心の壁につながり、誤解が生じ、周囲とうまく付き合えなくなることも。まずはお互いに興味関心を持って、ふれあうことから始めてみましょう」と大山さんは話します。

話しかける時には、分かりやすい「やさしい日本語」が役に立ちます。外国人は、私たちの大事なパートナー。相手に関心を持って知ろうとすることから、最初の一步が始まります。国籍や文化の違いを理解し、みんなが暮らしやすい環境を作っていきましょう。



「日本人は遠慮して距離を置きがちですが、緊急時などはお節介をする
ことも大事」と話す、岩手県国際交流協会の大山美和さん。

言葉でもっとコミュニケーションを!

岩手県国際交流協会では、外国人向けの日本語教室の開催や、日本語の勉強をお手伝いする「日本語サポーター」を紹介しています。日本語を楽しく勉強できるサイトも公開していますので、お知り合いの外国人にぜひご紹介ください。



いわて日本語学習サイト
「いわてをはなそう」
はこちら



お互いの文化をもっと知ろう!

県や各地域の国際交流協会や、外国人との交流会を開催しています。外国人による母国の紹介やミニゲームなどを通じて、外国の文化を楽しく学ぶことができます。興味のある方はお近くの国際交流協会にお問い合わせください。



日本語教室や交流会の
開催情報ははこちら



外国人の困りごと相談窓口 いわて外国人県民相談・支援センター

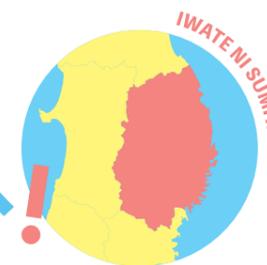
分からないこと、困っていることがあったら、なんでもご相談ください。外国人の家族や友人、外国人を雇っている企業の方もご利用いただけます。(無料)

019-654-8900
9:00~20:00(年末年始を除く)



お問い合わせ 県庁国際室 019-629-5765

まち・ひと・しごと 住みたい県へ!



今号のテーマ

農林水産業を 支えよう!

県は、一人ひとりの暮らしや仕事、学びに寄り添って人口減少対策に取り組んでいます。今回は、農林水産業を担う仕事をクローズアップ。経験者のキャリアアップや、就業希望者の知識、技術の習得を目指す研修を紹介します。

自然と向き合い、育む仕事にチャレンジしてみませんか。

農業経営を学びたい!

いわてアグリフロンティアスクール (IAFS)

IAFSは、経営能力とビジネス感覚を兼ね備えた、先進的な農業経営者を育成するスクール。最先端の生産技術をはじめ、消費者ニーズをつかむマーケティング、経営管理、戦略計画の立て方など、幅広く学ぶことができます。すでに、現場で経験を積んでいる農業者の学び直しや、さらなるキャリアアップを目指したい方におすすめです。
(2024年度受講生は2024年1月中旬から募集予定です。)



IAFSの詳細情報は
こちら



就農支援の情報は
こちら(いわて
アグリバンチャー
ネット)



お問い合わせ

県庁農業振興課 019-629-5643

岩手の森林を守り育てる

いわて林業アカデミー

林業は木を育て、利用するだけでなく、人々の暮らしを守り、環境や社会に貢献する仕事です。そんな林業に関する知識・技術を基礎から体系的に学べるのが、「いわて林業アカデミー」。1年間、仲間と一緒に実践的に学びながら、さまざまな林業機械の知識や操作技術を身に付け、林業に関わるさまざまな資格が取得できます。



いわて林業アカデミーの詳細は
こちら



お問い合わせ 県林業技術センター 019-697-1536

地域漁業をリードする人材を育成

いわて水産アカデミー

岩手県沿岸部は、親潮や黒潮、津軽暖流が混ざり合う世界でも有数の漁場であり、さまざまな漁業が行われています。三陸の海で漁師として活躍したいという方は、「いわて水産アカデミー」へ。漁業経験や知識のない方でも安心して仕事に就けるよう、1年間の研修で水産業の幅広い知識や技術を身に付け、資格も取得できます。



いわて漁業担い手ポータル
はこちら



お問い合わせ 県庁水産振興課 019-629-5806

ローカル線でいわて旅♪

岩手県には、地域のさまざまな魅力が詰まった多くのローカル線があることをご存じですか。

いつもと違った車窓から眺めるいわての景色で、素敵な旅を満喫しましょう。

今回は、盛岡駅と目時駅をつなぐIGRいわて銀河鉄道と、盛岡駅と宮古駅をつなぐJR山田線を紹介します。



ウィンタースポーツや温泉を楽しみに おトクなきっぷを使って出かけよう！

内陸北部を走るIGRいわて銀河鉄道の沿線には、冬を満喫できるさまざまなスポットがあります。奥中山高原ではスキーやスノーボードで雪を楽しみ、座敷わらしの里として有名な金田一温泉郷ではゆっくりと温泉で体を温めるなど、冬ならではの楽しみ方がたくさん。土日祝日にたっぷり沿線の旅を楽しみたい方には、IGR全線（盛岡駅～目時駅間）が3,000円で1日乗り放題になる「IGRホリデーフリーきっぷ」[※]がおすすめ。おトクなきっぷを使って出かけましょう。

※土日祝日及び12月30日～1月3日に利用可能。小児は1,500円。

IGRいわて銀河鉄道の情報はこちら▶



山間の景観やグルメを楽しもう！ 冬の三陸は雪でも快適な列車がおすすめ

盛岡～宮古間を結ぶJR山田線は、盛岡～上米内間が開業100周年[※]。沿線には、区界高原の「兜明神岳」^{かぶとみょうじんだけ}や宮古市川井地区の大峠ダム^{おおとうげ}があり登山や紅葉を楽しむことができます。これからの季節は、車窓から広がる美しい冬景色がおすすめです。また、宮古市では、「浄土ヶ浜」を遊覧船で周遊したり、毛ガニやマダラなどの旬のグルメを味わったり楽しみ方はいろいろ。JR山田線に乗って三陸の自然や海の幸を満喫しに行きませんか。

※全線開通は1939年。

宮古市の観光情報はこちら▶



広告 広告は県が推奨するものではなく、一切の責任は広告主に帰属します。

わがまちにズーム in 平泉町



左／毎年7月に行われる平泉水かけ神輿（みこし）。河野さんも参加して大いに楽しんだそう。写真提供：平泉町



右／束稲山の麓に広がる長島地区の田園風景。四季折々の景色が楽しめる。写真提供：平泉町

地域おこし協力隊の皆さんを通して市町村の魅力をご紹介します。今号は「平泉町」へご案内します。



【ご案内役】平泉町・地域おこし協力隊の河野綾華さん
【プロフィール】福岡県出身。2023年春に平泉町に着任。ダンススタジオの経営や地域活性化に関わっていた経験を生かし、町の特産品開発とPRIに取り組んでいる。

歴史が身近な暮らしを楽しみつつ、 新たな遊び方や魅力を発信する。

町内を少し歩くだけで、中尊寺や毛越寺をはじめ、由緒ある寺院や史跡、歴史的な景観に出会える世界遺産のまち平泉町。岩手を訪れたこともなかった河野綾華さんがこの町に惹かれたのは、歴史とつながる暮らしにありました。「伝統的な祭りや行事が暮らしに根付いており、地域の方々がそれを大事にしている。歴史がとても身近なんです」。春・秋の藤原まつりをはじめ、毎月のように開催される祭事を継承し、支えてきた住民たち。その姿に河野さんは、「伝統を守ってきた人々の誇りと絆を感じる」と言います。また、平泉町では、歴史的景観の保存に取り組んでいるため、周辺の景色が美しいのも魅力の一つ。特に束稲山^{たしなやま}から見下ろす長島地区の田園風景は、「他にはない感動的な景色」とお気に入りのポイントです。

河野さんは、町の特産品や米を使った商品開発に取り組み一方、若者たちと着物姿でまちなかや史跡を巡り、写真を撮って楽しむ遊びなどを企画しています。「名所も何気ない景色も、今の感覚に落とし込んで遊び方を考えると新しい価値が見えてきます」と河野さん。自由な発想で新たな平泉の楽しみ方を模索しています。



着物姿での写真撮影。世界遺産の一つ観自在王院跡（かんじざいおういんあと）の庭園に映えている。写真提供：河野綾華さん

広告 広告は県が推奨するものではなく、一切の責任は広告主に帰属します。

平泉町

子どもが病気やケガをした時は？

日中は元気でも夜になったら急に発熱するなど、子どもの体調は急に変わるもの。日中はかかりつけ医に相談できても、夜間はどこへ相談してよいか困ったことはありませんか？

そんな時は「小児救急医療電話相談」を活用しましょう。病気への対処など、経験豊かな看護師がアドバイスします。

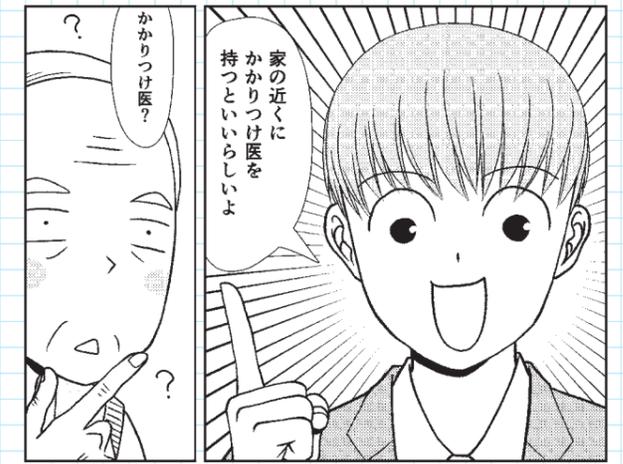
電話：019-605-9000または局番なしの#8000
受付時間：19時から翌朝8時（年中無休）

岩手県適正受診啓発マンガ



かかりつけ医を持つことの重要性や救急医療の適切な利用、大病院と診療所の役割分担について、漫画で分かりやすく紹介しています。

漫画を読みたい方はこちら▶



岩手県適正受診啓発マンガ
「みんなで守ろういわての医療！」
執筆：田中美菜子

※医療機関を受診する際はできるだけ平日・日中の診察時間内に受診しましょう

まずは体調管理を！ あらためて基本的な感染対策を心がけましょう

年末年始は、帰省などによる移動や会食の機会が増え、感染リスクが高くなる可能性があります。新型コロナウイルス感染症だけでなく、インフルエンザも流行しやすい時期です。あらためて基本的な感染対策を心がけ、ウイルスから身を守りましょう。

● 基本的な感染対策

手洗いやマスクの着用

手洗いや消毒、場面に応じた適切なマスクの着用は、感染防止に有効です。



換気

定期的に換気をして、室温18℃以上、湿度40%以上を目安に調整をしましょう。



● 発熱など体調が悪い時

- 市販薬などを服用して様子を見て、新型コロナウイルス感染症の感染の不安がある場合は、国から承認を受けた抗原定性検査キットで検査をお願いします。
- 自己検査で陽性になった場合でも、医療機関の受診は必須ではありません。症状が軽い場合は市販薬を服用し療養しましょう。
- 症状が重い場合や、65歳以上の方、基礎疾患のある方などは、かかりつけ医または外来対応医療機関への相談・受診をお願いします。
- 平日・日中の医療機関での相談・受診にご協力をお願いします。
- 医療機関に電話が繋がらない場合（夜間・休日など）やどの機関に電話すればよいか迷う場合は、いわて健康フォローアップセンターに電話相談をお願いします。

● 相談窓口

かかりつけ医がない方・相談する医療機関に迷う方 いわて健康フォローアップセンター

相談内容：発熱などの症状がある場合の健康相談、受診先相談

電話 0570-089-005
FAX 050-3730-7658

受付時間：24時間（土日・祝日含む）

新型コロナワクチンについて相談をしたい方

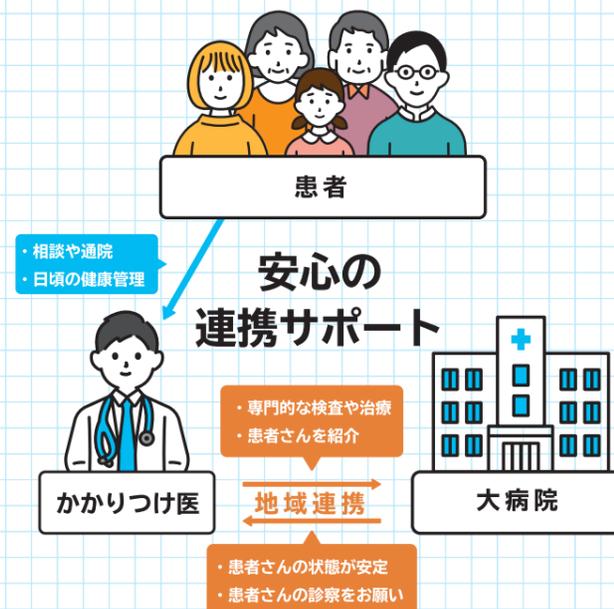
新型コロナワクチン専門相談コールセンター
相談内容：ワクチンの効果、身体への影響、副反応についての相談

電話 0120-89-5670
FAX 0570-20-0863

受付時間：8時～20時（土日・祝日含む）

かかりつけ医を持つメリット

- 1 日頃の健康状態を知ってもらえる
- 2 病状に応じた専門医の紹介がスムーズ
- 3 病気の予防や早期発見・早期治療につながる



新型コロナウイルス感染症
やインフルエンザをはじめ、何
かと体調を崩しがちな時期に
なりました。「体調がおかしい
な」と感じた時、どこに相談し
ていますか？風邪など、軽症
の場合は、まず、かかりつけ医
に相談しましょう。

かかりつけ医とは、主に地
元の開業医などで、健康に関
することをなんでも相談で
き、必要な時は専門の医療機
関を紹介してくれる身近で
頼りになる医師のこと。普段

から診てもらっている医師な
ら、これまでの病歴やアレ
ルギー情報なども把握してい
ますし、日頃の健康状態をよく
知っているため、小さな変化に
も気づきやすく、病気の予防
や早期発見、早期治療も可能
です。

もし、重病の可能性があつ
た時でも、大きな病院や専門
医を紹介してもらえるので安
心。病気の情報も共有される
ので、紹介先でもスムーズに医
療を受けることができます。

かかりつけ医を 持ちましょう！

お出かけください

企画展「第36回賢治資料展」

過去2年の間に当館が新たに収集した宮沢賢治関連資料を展示するほか、テーマ展示として、賢治の音楽との関わりや、音楽を題材にした賢治作品について所蔵資料で紹介いたします。

【期間】2024年1月14日(日)まで
(開催期間中の休館日: 11月30日(木)、12月28日(木)~2024年1月3日(水))

【問】岩手県立図書館
019-606-1730



企画展「そのとき、岩手では一展覧会でたどる、いわて美術の歴史」

岩手の近代美術史から、各時代を象徴する展覧会や出来事にスポットライトをあて、そのあゆみを振り返ります。

【期間】2024年1月6日(土)~2月18日(日)
(休館日: 月曜日(1月8日、2月12日は開館)、1月9日、2月13日)

【問】岩手県立美術館
019-658-1711



特別展「ポケモン化石博物館」

人気ゲーム『ポケットモンスター』シリーズに登場する、カセキから復元されるポケモン「カセキポケモン」と、私たちの世界の「化石・古生物」を見比べながら、古生物学について楽しく学べる展示です。

【期間】12月19日(火)~2024年3月3日(日)(予約、入館料などは、当館HPでご確認ください)

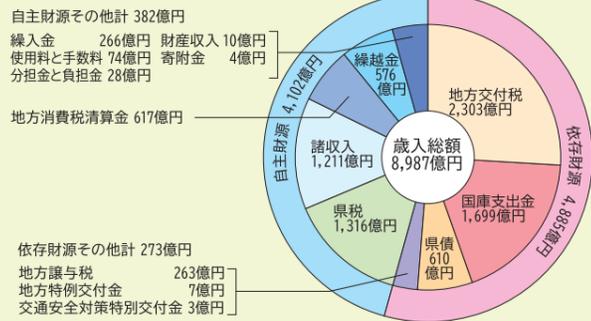
【問】岩手県立博物館
019-661-2831



2022年度一般会計歳入歳出決算の概要をお知らせします

歳入

県に入ったお金を示す「歳入」の決算額は8,987億円で2021年度より984億円、9.9%減少しました。増加額が大きかったものは、繰入金(+107億円)、地方譲与税(+27億円)です。一方、減少額が大きかったものは、繰越金(△362億円)、国庫支出金(△239億円)です。

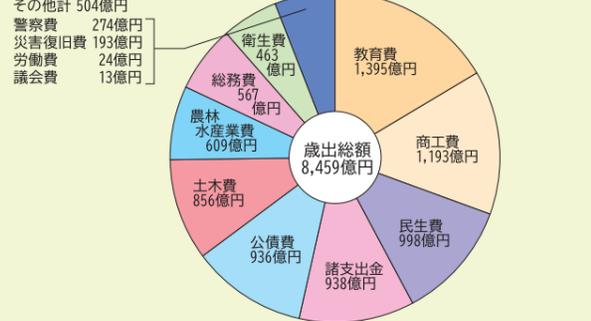


■歳入と歳出の差額528億円のうち、翌年度に繰り越す財源は330億円で、これを差し引いた実質収支は198億円の黒字になりました。

【問】県庁出納局会計課 019-629-5985

歳出

県が使ったお金を示す「歳出」の決算額は8,459億円で2021年度より936億円、10.0%減少しました。増加額が大きかったものは、衛生費(+26億円)、民生費(+12億円)です。一方、減少額が大きかったものは、土木費(△329億円)、総務費(△173億円)です。



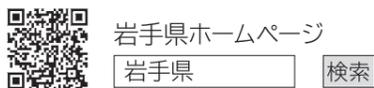
【問】県庁出納局会計課 019-629-5985

広聴広報ガイド

ご意見・ご提言はこちら

手紙・はがき 〒020-8570 (住所不要)
岩手県広聴広報課
電子メール koucho@pref.iwate.jp
電話 019-629-5110
受付時間 8:30~17:00
(土・日・祝日・年末年始を除く)

F A X 019-651-4865[24時間受付]



県政情報、防災情報、岩手の魅力情報を発信中



東日本大震災津波伝承館の情報を発信中



岩手県公式LINEはこちら

岩手県の最新情報、防災・くらしに関する情報をお届けします。ぜひ登録を!



県政テレビ番組「いわて!わんこ広報室」 毎週 放送中!!

○テレビ岩手……………月曜日 18:54~19:00 (再放送)……………土曜日 21:54~22:00
○岩手めんこいテレビ……………日曜日 8:55~9:00
○岩手朝日テレビ……………水曜日 23:10~23:15
○IBC岩手放送……………木曜日 18:55~19:00
※都合により放送時間に変更になることがあります。

ご存知ですか

個人住民税の特別徴収のご案内

県と市町村は、個人住民税の特別徴収の実施を推進しています。

個人住民税の特別徴収とは、事業者(給与支払者)が、毎月従業員(給与所得者)に支払う給与から個人住民税をあらかじめ引き去り、市町村に納入する制度です。

所得税の源泉徴収を行う義務のある事業者は、特別徴収を行う必要がありますので、皆さまのご理解とご協力をお願いします。詳細は、従業員がお住まいの市町村の税務担当課までお問い合わせください。

【問】県庁出納局会計課 0111246

【問】従業員がお住まいの市町村の税務担当課

いわてで働く保育士の求人・就職相談を受け付けています

岩手県保育士・保育所支援センターは、潜在保育士などへの就労支援や保育事業所の人材確保支援を行っています。

「ブランクがあって不安」、「短時間で働きたい」などの悩みや希望を保育士経験のあるコーディネーターがお聞きし、就職活動をお手伝いします。また、現在の保育現場を知りたい方を対象として、「はいくの職場見学会」も実施しています。

相談は無料です。ぜひお気軽にご相談ください。

【問】県庁出納局会計課 1003437

【問】岩手県保育士・保育所支援センター(ふれあいランド岩手内)
019-637-4544

「いわて認知症の人と家族の電話相談」のご案内

岩手県高齢者総合支援センターは、いわて認知症電話相談を開設し、認知症介護の経験のある相談員が、認知症や認知症介護に関わる相談に応じています。(相談無料・秘密厳守)

【受付時間】9:00~17:00
月~金(土日祝日・年末年始を除く)

【電話番号】0120-300-340
※岩手県高齢者総合支援センターが公益社団法人認知症の人と家族の会岩手県支部に委託し実施しています。

【問】県庁出納局会計課 1003652

【問】県庁長寿社会課
019-629-5432

「アイ-ルーム」の開設

岩手県立図書館は、震災・防災などの学び合いのスペース「アイ-ルーム」を、11月に開設しました。

東日本大震災津波・防災に関するパネルの展示や沿岸部の震災関連施設の紹介、資料・図書の配架などを行い、いわての復興教育や防災教育の推進、児童生徒やグループによる探究的な学習を支援しています。

学校や県民の皆さまの積極的な活用をお願いします。活用に関しては、当館までお問い合わせください。

【問】岩手県立図書館
019-606-1730

募集しています

『岩手県学生会館』入寮生募集

「岩手県学生会館」(東京都豊島区)は2024年4月からの入寮生を募集します。

【募集人数】40名程度(男子20名程度、女子18名程度)

【選考日】第1回:2024年2月16日(金)、第2回:2024年3月11日(月)

【申込期間】第1回:2024年1月9日(火)~2月13日(火)、第2回:2024年2月17日(土)~3月6日(水)

【選考方法】書類選考(身上書、調査書、作文 他)

【費用】寮費80,000円/月(朝夕2食付)、入寮時諸費用100,000円

【問】岩手県学生会館
03-3972-4783



震災からの歩み(主なもの)

2023年8月~

- 8月 11日(金) 東日本大震災津波伝承館が来館者80万人達成
- 9月 23日(土) 岩手県立陸前高田オートキャンプ場リニューアルオープン(通称:スノーピーク陸前高田キャンプフィールド)
- 10月 15日(日) 「響け!復興の太鼓2023in盛岡」開催

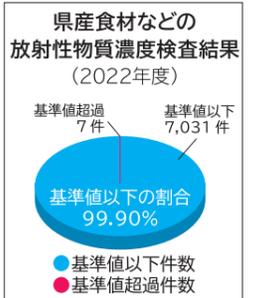
【被害状況】2023年10月31日現在
■死者5,145人(震災関連死470人を含む)
■行方不明者1,107人(うち死亡届の受理件数1,098件)

放射線影響対策のお知らせ

県産食材などの放射性物質濃度検査

県や国は、県産農林水産物や流通食品などの放射性物質濃度を検査しています。2022年度の検査件数7,038件のうち、野生きのこなど4件及び野生鳥獣肉3件を除く7,031件(99.90%)については、国の定める基準値(一般食品:100ベクレル/kg)を超える放射性物質は検出されていません。検査の結果、基準値を超えた場合には、出荷制限、出荷自粛要請、販売者による自主回収などを行っています。

【問】県庁出納局会計課 1002101



【問】【農林水産物の検査】県庁農林水産企画室 019-629-5623
【流通食品の検査】県庁県民くらしの安全課 019-629-5385
【全般】県庁復興危機管理室 019-629-6912



阿部泰洋さんのパートは、バリトン。「将来はイタリアに留学して、オペラ歌手としてもっと成長したい」と語ってくれました。

若者たちの活躍は、いわてに元気をもたらします。スポーツ、音楽、芸術など、さまざまな分野で夢に向かって活躍する若者たちをご紹介します。

NEXT STARS

輝く岩手の若者たち!



声楽家・東京藝術大学大学院3年
第76回全日本学生音楽コンクール声楽部門
大学の部第一位
阿部泰洋さん

一生、自分という楽器を 磨き続けていきたい

好きなことにのめり込む性格で、小・中学生の頃はサッカーに夢中だったという阿部泰洋さん。中学時代の音楽の先生から「いい声しているから歌をやってみては?」と勧められ、音楽の道を志しました。

県立不来方高校の芸術学系音楽コースに進学した阿部さんは、3年生の時に声楽家になることを決意。以来、意識も取り組み方もガラリと変わり、1日のほとんどを音楽の勉強と練習に費やし、音楽大学へ進学しました。

「最初の2年間は死に物狂いで練習し、本物を吸収しようとしたくさんの演奏会に通いました」。自分にとって、良い声とは何か。良い音楽とは何か。阿部さんは、刺激を受けた演奏の素晴らしさを文字にして細やかに分析し、「自分の軸」を形作りながら、歌に反映させていったと言います。

そして、東京藝術大学大学院2年の時に、第76回全日本学生音楽コンクール声楽部門大学の部で、見事優勝。現在は学業の傍ら、声楽家として精力的に活動しています。

「山を一つ越えると、もっと高い山が目の前に現れる。常にその繰り返しですが、正解のない道を追求していく楽しさがあります」と、阿部さん。舞台を世界へと広げながら、自分を育ててくれた岩手に、音楽の素晴らしさを伝えていきたいと考えています。

読者アンケート & プレゼント

- 記事は分かりやすかったですか? (番号で回答)
 ①非常に分かりやすい ②分かりやすい ③普通 ④分かりにくい
 ⑤非常に分かりにくい ※④または⑤の方は、どのような点が分かりにくかったかお書きください。
- 今回の企画に興味を持ったものは何ですか?
- 身の回り知りたい分野は何ですか?(番号で回答・複数回答可)
 ①産業 ②医療・福祉 ③防災 ④教育・文化 ⑤環境 ⑥社会資本整備
 ⑦その他 ※⑦その他の方は、関心があるものをお書きください。
- 本誌へのご意見・ご要望がありましたら、ご自由にお書きください。

アンケートにお答えいただいた皆さまの中から抽選で合計10名様にプレゼント!
 住所・氏名・年齢・職業・電話番号・ご希望のプレゼントのアルファベット記号(A・Bのいずれか)をお書きの上、はがき、FAX、電子メール、または右の二次元バーコードや県ホームページに掲載している応募フォームから応募ください。■送り先 ○はがき 〒020-8570(住所不要) 岩手県広報誌編集部「いわてグラフ12月号・読者アンケート」係 OFAX 019-651-4865 ○電子メール kouhou@pref.iwate.jp ■応募締切/2024年1月12日(金)必着 ■当選発表/商品の発送(2024年2月上旬頃)をもって代えさせていただきます。



いわてグラフ アンケート 検索

A 南部一郎かぼちゃと白だしのポタージュ 5名様

【問】株式会社八木澤商店
0192-55-3261



一関市の特産品「南部一郎かぼちゃ」を裏ごしし、特製白だしを加えました。かぼちゃの甘みとだしの旨味が溶け合い、優しい味わいが広がります。2袋入。

B 骨まで食べられるお魚セット 5名様

【問】TRS 食品有限会社
0193-55-6400



カルシウムたっぷり、骨まで食べられる三陸産の焼き魚のセットです。サンマ・サケ・ブリを使用し、味付けは5種類。常温で5カ月保存できます。

※ご記入いただいた個人情報やアンケートの内容につきましては、厳正な管理の下で取り扱い、アンケート集計、プレゼントの発送にのみ利用させていただきます。



いわてグラフは岩手県が制作する広報誌です。518,500部作成し、県内全世帯に配布しています。1部当たりの単価は、約23円です。