

いわてグラフ



いわてグラフ

2023年9月1日発行(年4回) 9月12日3月発行

企画・発行 岩手県産業企画部広報課 岩手県盛岡市内丸10番号
電話019(620)5555 編集・印刷 株式会社東北博報堂 盛岡支社



左から、磐井AI株式会社石井聖名さん(COO)、佐藤汰樹さん(CTO)、菊地佑太さん(CEO)、指導教諭で取締役会長の鈴木明彦さん。

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!



歩き方を感知するデバイス

一関工業高等専門学校専攻科
学生たちによるベンチャー企業
磐井AI株式会社

認知症の予防と早期発見に 画期的なシステムを開発

認知症になると、すり足や歩幅が狭くなるなど、歩き方に影響がでることをご存知でしょうか。こうした歩行の変化に着目し、AI(人工知能)を用いた解析によって、認知症を早期発見するシステムを開発した若者たちがいます。一関工業高等専門学校専攻科の菊地佑太さん、石井聖名さん、佐藤汰樹さんの三人です。三人は2022年4月、ものづくり技術とAIを活用した事業創出を競う「第3回全国高等専門学校ディブライニングコンテスト2022」で、認知症を早期発見する「D-Walk(ディーウォーク)」を発表し、最優秀賞を受賞。その賞金を活用し、同校初のベ

ンチャー企業・磐井AI株式会社を立ち上げました。このシステムは、身体にデバイスを取り付けて歩行をモニタリングし、認知症の兆候を判定するもの。「新たな試みなので試行錯誤の連続で、特に高齢者のデータ収集には苦労しました。製品化するにはもっと多くのデータを積み上げ、解析の精度を上げていくことが必要です」と、三人は意欲を見せます。認知症は、軽度の段階なら適切な治療で約4割の患者が快復するという報告があり、歩行は予防にもつながります。認知症の早期発見と予防ができる、このシステムの製品化に期待が寄せられています。

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。
- 今回の企画で興味を持ったものは何ですか?
- 身の回りで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15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 Oはがき 〒020-8570(住所不要) 岩手県広聴広報課「いわてグラフ 9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/2023年10月13日(金)必着 ■当選発表/商品の発送(11月上旬頃)をもって代させていただきます。

いわてグラフ アンケート 検索



※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。

A いわて純情米キューブ米3種 5名様

【問】株式会社純情米いわて
019-638-0120



岩手県産のブランド米のおいしさを食べ比べてみませんか。「金色の風」「銀河のしずく」「江刺産金札米ひとめぼれ」の3種類を、3合サイズで2個ずつ詰め合わせました。

B 原木椎茸のスプレッド 10名様

【問】株式会社北三陸ファクトリー
0194-75-3548



肉厚で香りが強く、噛むほどに旨味があふれる。洋野町産の原木椎茸を使用。そのままクラッカーやパンにのせたり、パスタと混ぜ合わせて楽しむのもおすすめです。

「特集1」自然災害への備え

「もしも」の時は

突然やってくる!

「特集2」新型コロナウイルス感染症対策
オンラインの活用が

これからの医療を変える!

「表紙」防災士の資格を取得した
県立久慈高校の生徒たち

(右) 中塚涼太さん

(中) 野田明里さん

(左) 松原颯汰さん



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。

お出かけください

「三陸芸能大発見サミット」開催!



©田附勝 白澤鹿子踊保存会

三陸国際芸術推進委員会は、10月7日(土)・8日(日)に大船渡市で三陸国際芸術祭2023「三陸芸能大発見サミット」を開催します。

三陸の芸能14団体のほか、インドネシアからも芸能1団体が出演。7日は篝火(かがりび)のもとでの芸能鑑賞、8日は日中の演舞とともに近隣会場の大船渡市産業まつりで海や山の幸も楽しめます。彩り豊かな芸能と食を味わえる2日間です。ぜひ、お越しください。

詳しい内容はホームページをご覧ください。



【問】三陸国際芸術推進委員会
(三陸芸能大発見サミット事務局)
0192-47-5123

テーマ展「早池峰山の花と森」

北上山地の最高峰である早池峰山。世界に一つしかないその自然の魅力を、研究史とともに紹介します。

【期間】9月23日(土・祝)~12月3日(日)
(休館日:月曜日、月曜日が休日の場合は火曜日)

【問】岩手県立博物館
019-661-2831



早池峰山のヒメコザラン

高畑勲展

日本のアニメーションに遺したもの



「かぐや姫の物語」©2013 畑事務所・Studio Ghibli・NDHDMTK

常に新しい表現方法を追求し、戦後の日本アニメーションの礎を築いた高畑勲。多数の未公開資料も交えながら、その作品世界をご紹介します。

【期間】9月30日(土)~12月17日(日)
(休館日:月曜日(10月9日は開館)、10月10日)

【問】岩手県立美術館
019-658-1711



企画展「幾歳経るとも要心あれ〜地震・津波災害の記憶〜」



『田老村津波(つなみ)誌』
田老尋常(じんじょう)高等小
学校編・発行(1934)

2023年は昭和三陸地震から90年、関東大震災から100年に当たります。地震大国と呼ばれる日本において、防災意識が大きく高まるきっかけとなった関東大震災、岩手県をはじめ三陸沿岸に甚大な被害をもたらした昭和三陸地震について、所蔵資料で紹介します。

【期間】10月9日(月・祝)まで
(開催期間中の休館日:8月31日(木)、9月29日(金))

【問】岩手県立図書館
019-606-1730



▲平成28年台風第10号(岩泉町)

近年、日本各地で台風や集中豪雨による河川の氾濫や土砂崩れなど、自然災害が頻発しています。また、近い将来、北海道から三陸沖を震源とした巨大地震が発生すると予測されています。若手県でも、東日本大震災津波や平成28年台風第10号、令和元年台風第19号によって、大きな被害が発生しました。

いつ起きるかわからない地震や豪雨などの自然現象は、人間の力でくい止めることはできません。しかし、災害による被害は、私たちの日頃の備えによって減らすことができます。もし今夜、大地震が起きたら?そのとき、ひとりだったら?あらゆる「もしも」に備えて、今できることから始めましょう。



◀令和元年台風第19号(山田町)



「特集1」自然災害への備え

「もしも」の時は突然やってくる!

毎年多発する自然災害、「もしも」の備えは大丈夫?

contents

【特集1】自然災害への備え

「もしも」の時は突然やってくる! p01

【しあわせレシピ】
原木しいたけの丼 p05

【復興キラリ】
道の駅「やまだ」 p06

【まち・ひと・しごと 住みたい県へ!】
いわてで働こう p07

【教えて!いわて県民計画】
こころの悩み p08

【わがまちにZoomin】
九戸村 p09

【ローカル線でいわて旅】
JR北上線&JR釜石線 p10

【特集2】新型コロナウイルス感染症対策
オンラインの活用がこれからの医療を変える! 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8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
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: グレープシードオイル (株式会社テクノボンズ)
- 当選者数: 3名様
- 応募期間: 2023年9月1日(金)~10月13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: 11月上旬頃を予定しています。
- お問い合わせ先: 県庁広報広報課 019-629-5283

詳しくはこちらをご確認ください

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)
FAX 019-651-4865[24時間受付]



岩手県ホームページ

岩手県

検索

県政情報、防災情報、
岩手の魅力情報を発信中



岩手県広聴広報課 Twitter

東日本大震災津波伝承館
の情報を発信中



東日本大震災津波伝承館 Twitter

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!



岩手県公式 LINE

**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 20:55~21:00
- 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が変更になることがあります。

今すぐできる！日頃の備え

1 避難場所を確認しておく

風水害、土砂災害、地震、津波など、災害の種類によって安全な避難場所は異なります。それぞれの災害が発生した場合の安全な場所を確認し、避難を想定して安全に移動できるルートを確認しておくことが大切です。最寄りの避難所・避難場所を市町村単位で検索できる「岩手県避難所マップ」を、いわて防災情報ポータル上で公開していますので、ぜひご利用ください。



いわて防災情報ポータル▶



2 身の回りのリスクを知る

事前にお住まいの市町村の危険地域や、災害時の周りの状況を把握することは、避難する上でとても重要です。次のサイトから必要な情報を確認し、もしもの時に備えましょう。

●岩手県の河川情報を確認しよう

監視カメラによる画像で、県内の46カ所(36河川)の河川の状況を確認することができます。

河川の水位、雨量などをリアルタイムで確認できる「岩手県河川情報システム」はこちらから▶



●いろいろな気象情報を収集しよう

災害時には気象台が発表する注意報・警報やキキクル(危険度分布)を確認しましょう。

気象庁の土砂・浸水・洪水のキキクル(危険度分布)が確認できるサイトはこちらから▶



●災害時に危険な場所を知っておこう

各市町村が作成した地域ごとのさまざまな種類の「ハザードマップ」を閲覧できます。

地域の「ハザードマップ」を入手できる国土交通省のサイトはこちらから▶



3 持ち出し品を準備する

災害発生時に備え、「人数×3日分」の飲料水や食料品をあらかじめ準備しましょう。また、避難所での感染対策のため、マスク・消毒液・体温計などを持参できるよう準備しましょう。

□ 衣類など

衣類、下着、毛布、タオルなど



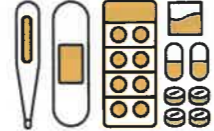
□ 貴重品

現金、預金通帳、印鑑、健康保険証、母子手帳など



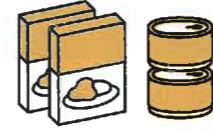
□ 救急用品など

ばんそうこう、体温計、消毒液、包帯、常用薬・常備薬など



□ 飲料水、食料品

ビスケット、缶詰、レトルト食品、チョコレートなど



□ 防寒対策

使い捨てカイロ、防寒着、厚手の靴下など



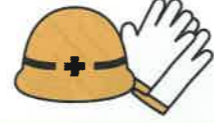
□ 衛生・生理用品

洗面用具、ウェットティッシュ、携帯トイレ、生理用品、ミルク、紙おむつなど



□ 防護品

ヘルメット、軍手、防災頭巾、マスクなど



□ 照明・情報収集ツール

懐中電灯、ろうそく、携帯ラジオ、予備電池、携帯電話の充電器など



🚶 お出かけください

三陸鉄道で旅に出よう！

三陸沿岸を走る三陸鉄道からは、美しい海岸と地形が織りなす絶景をご覧ください。また、子どもから大人まで楽しめるナイトジャングルトレインなどの企画列車もあり、何回でも足を運びたい鉄道です。

三陸鉄道の魅力は、VR技術(XRDoor)でもご体験いただけます。ぜひ実際にご乗車いただき、魅力満点三陸鉄道の旅をお楽しみください！

【問】県庁交通政策室
019-629-5206

XRDoor体験はコチラから▶



? ご存知ですか

留守番電話設定でサギを撃退！

電話による特殊詐欺の被害を防ぐには、犯人からの電話に出ないことが重要です。常に留守番電話の設定をして、誰からの電話なのかを確認するようにしましょう。

NTT東日本では、70歳以上の高齢者を対象に、かけてきた相手の電話番号を表示するサービスや、非通知の電話が鳴らないようにするサービスを無料で提供しています。ぜひ、活用してサギの被害を防ぎましょう。

【問】県警本部生活安全企画課
019-653-0110

【無料化サービスの問合せ先】
NTT東日本特殊詐欺対策ダイヤル
0120-722-455

? ご存知ですか

便利な電子申告をぜひご利用ください

法人県民税・法人事業税・特別法人事業税の申告は、eLTAX(エルタックス)を使った電子申告が便利です。

【利用できる手続きの一例】

- ・申告(確定、修正、予定、中間など)
- ・届出(法人設立、設置、異動など)
- ・共通納税(申告に係る納付など)

【利用できる方】

岩手県に申告を行う法人(税理士等代理人を含む)

詳細は、eLTAXの公式ホームページ、または最寄りの広域振興局の県税窓口までお問い合わせください。

県サイト内ページ番号検索 1011195

【問】県庁税務課 019-629-5146
または
最寄りの広域振興局の県税窓口

地方税ポータルシステム
eLTAXはこちらから▶



ハンセン病元患者家族に対する補償金のご案内

厚生労働省では、ハンセン病元患者のご家族で、対象となる方々に補償金を支給しています。この補償金は、法に基づき、ハンセン病元患者のご家族が被った精神的苦痛を慰謝するためのものです。秘密は守られますので、まずは、下記担当窓口にご相談ください。

【厚生労働省 補助金担当窓口】
受付時間10:00~16:00 月~金
(土日祝日、年末年始を除く)

【請求期限】

2024年11月21日(木)まで

県サイト内ページ番号検索 1026733

【問】厚生労働省 補助金担当窓口
03-3595-2262

「シルバー110番」のご案内

岩手県高齢者総合支援センターでは、シルバー110番を開業して、高齢者に関する福祉・法律・認知症などの相談を受け付けています(相談は無料で、秘密は厳守されます)。

なお、専門的な相談は、弁護士や認知症介護経験者などの各分野の相談員が対応します。

ご利用の際は、ご予約をお願いします。
【受付時間】9:00~17:00 月・水・金
(祝日、年末年始を除く)

【電話番号】

9月まで 0120-84-8584(無料通話)
10月から 019-625-0110

県サイト内ページ番号検索 1003650

【問】県庁長寿社会課
019-629-5432

震災からの歩み(主なもの)

2023年6月~

- 6月 4日(日) 陸前高田市で「第73回全国植樹祭いわて2023」開催
- 11日(日) SL銀河最終運行
- 7月 9日(日) 宮古市で「令和5年第1回いわて復興未来塾」開催
- 10日(月) 宮古市で「三陸復興防災会議2023」開催

【被害状況】2023年6月30日現在

- 死者5,145人(震災関連死470人を含む)
- 行方不明者1,110人(うち死亡届の受理件数1,101件)

放射線影響対策のお知らせ

野生きのこ採取に当たっての留意点

県は市町村と連携して野生きのこの放射性物質濃度検査を行っています。検査の結果、一般食品の基準値(100ベクレル/kg)を超えた場合、その市町村の野生きのこの全種類を対象に、国から出荷制限が指示されます。野生きのこの採取する際は、県ホームページを参考にしてください。また、野生きのこの販売する場合は、販売前に自主検査を行い、基準値(100ベクレル/kg)以下であることを確認してください。

県サイト内ページ番号検索 1002102

野生きのこ出荷制限地域(2023年7月31日現在)



※1種類でも基準値を超えると、その市町村の全ての野生きのこが出荷制限の対象となります。

【問】【放射性物質濃度検査】県庁県民くらしの安全課 019-629-5322
【出荷自粛要請など】県庁林業振興課 019-629-5775
【全般】県庁復興危機管理室 019-629-6912

【訂正】6月号掲載の3月11日(土)東日本大震災津波「岩手県・大槌町合同追悼式」は「岩手県・釜石市合同追悼式」の誤りでした。

大雨や台風が近づいてきたら

避難のタイミングを正しく知る

集中豪雨は、同じような場所で数時間にわたり強く降るため、あっという間に河川などの水位が危険レベルに達します。こうした際に判断の基準になるのが、市町村から出される避難情報です。これは図に示したように、5段階の警戒レベルで提供されます。危険度が一番高いレベル5では、すでに避難が困難な状況です。危険な地域にいる方は、レベル4の「避難指示」の段階で安全な場所に全員避難しましょう。

警戒レベル	避難情報等
5	緊急安全確保 ※1
警戒レベル4までに必ず避難	
4	避難指示 ※2
3	高齢者等避難 ※3
2	大雨・洪水・高潮注意報(気象庁)
1	早期注意情報(気象庁)

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではないなどの理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。
 ※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。
 ※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

避難する時の注意点

できるだけ動きやすい服装で

水が入ると動きにくい長靴は避け、履き慣れたスニーカーなどで避難しましょう。

冠水している場所には入らない

水深が膝の高さ(50cmほど)を超える場所には絶対に近づかないでください。やむを得ず、近くを移動する際は、傘や長い棒などで足元を確認しながら、できるだけ2人以上で行動しましょう。

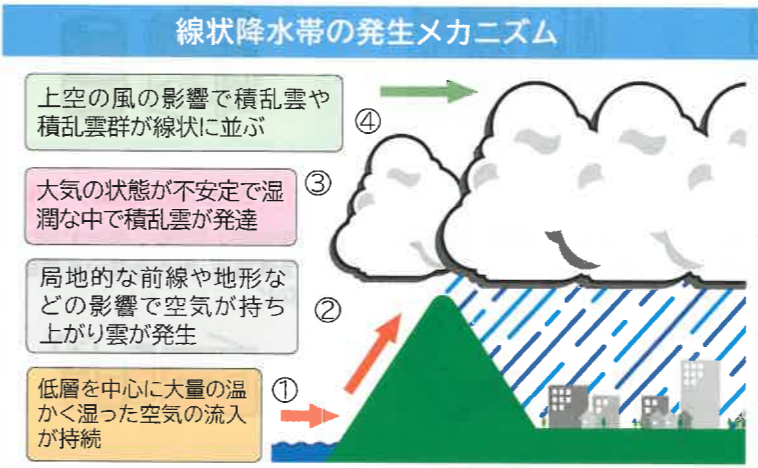
車での避難の際も注意

水深が浅くても流れが強い場所では、車でも簡単に流されます。川沿いや田んぼの近くなど、浸水リスクが高い場所には絶対に近づかないでください。

最近よく聞く「線状降水帯」とは？

次々と発生する発達した雨雲(積乱雲)が、同じ場所に停滞することによって作り出される強い降水域を「線状降水帯」と言います。線状降水帯が発生すると、激しい雨が数時間にわたって降り続くため、河川の氾濫や土砂災害を引き起こします。平成25年8月9日に秋田県と岩手県で発生し、大きな被害を出した大雨は、2つの線状降水帯によってもたらされたもので

す。気象庁では、線状降水帯による大雨の可能性がある程度高いと予想された場合に、「線状降水帯」というキーワードを使って呼びかけを行います。大雨による災害発生は、線状降水帯の発生と関係が深いと考えられています。大雨に関する気象情報が発せられるので、その他の大雨情報と合わせて注意するようにしましょう。



◎岩手医科大学附属病院の取り組み

診療と面会にオンラインを活用し、感染リスクから患者と家族を守る

岩手医科大学附属病院では、小児科の専門医による高度で専門的な医療を受けることができます。一方、遠方に暮らしながら定期的な診療が欠かせない子どもとその家族は大変な思いをしながら通院していました。そこで、県と岩手医科大学附属病院が連携し、2021年4月からオンライン診療のシステムを導入。通院の負担軽減に加え、コロナの感染拡大時には感染リスクから患者と家族を守ることもつながりました。

「片道2時間以上もかけて通院される方もいましたので、とても楽になったという声をいただいています。ただ、対面での視診や触診も重要なので、オンラインと組み合わせながら患者さまに合った診療を行うことが大切です」と、小児科の赤坂真奈美教授は話します。さらに、同年6



岩手医科大学附属病院・小児科の赤坂真奈美教授(右)と外館玄一朗特任准教授(左)

月からは、この機能を活用して、NICU(新生児集中治療管理室)に入院している赤ちゃんや家族とのオンライン面会もスタート。看護師がその日の様子などを説明し、家族は画面越しに赤ちゃんの様子を見守ることができました。「新生児の場合、母子関係の確立や愛着形成がとても大切なのですが、コロナ禍で赤ちゃんに会えない状況が続いていました。オンライン面会を始めたことにより、両親だけでなく、兄弟や祖父祖母も参加でき、喜んでもらっています」と話すのは、外館玄一朗特任准教授。患者側と病院側の負担を減らすだけでなく、新たな活用の形を広げるオンライン診療・面会。小児科の取り組みをきっかけに、他の診療科でも導入の動きが広がっています。

◎北上市の取り組み

モバイルクリニックの導入で医療機関のない地域をカバー

北上市では、診療所のない地域に、医療機器を載せた車両で看護師が訪問し、病院にいる医師がテレビ会議システムを用いてオンライン診療を行う「モバイルクリニック」という取り組みが始まっています。市内16地区のうち病院・診療所がない8地区では、高齢の患者や家族の多くが通院を負担に感じている状況を受け、市は、長野県伊那市の先進事例を参考に、2022年度から実証実験をスタート。4カ月間の実験期間中に23名・44件の診療を行い、利用者からは「通院の負担が減り、助かった」と喜びの声が寄せ



患者の暮らしやすい地域に移動し、オンラインで診療を行うモバイルクリニックの様子。



オンライン面会は、1家族5〜10分程度。家族のスマートフォンと病院のPCをつなぎ、ウェブカメラで赤ちゃんを映す仕組みで、多くの家族が利用しています。(写真提供:岩手医科大学附属病院小児科)

大雨・地震・土砂災害はセットで注意しましょう！



▲平成28年台風第10号(岩泉町)

大雨や地震によって、土石流・がけ崩れ・地すべりなどの土砂災害が発生する危険があります。大雨が降ったら、テレビやラジオ、「いわて防災情報ポータル」などで発表される「土砂災害警戒情報」に注意しましょう。また、警戒情報が出ていなくても、右のような場合は直ちに周りの人と安全な場所に避難しましょう。

土砂災害の主な前兆現象

- がけや地面にひび割れができる
- 小石がバラバラと落ちてくる、地鳴り、山鳴りがする
- 降雨が続くのに川の水位が下がる
- 樹木が傾く、立木が裂ける音や石がぶつかり合う音がする

地震と津波から身を守るために

地震発生！速やかに行動を

大きな地震が発生した時でも、素早く避難を開始することで人的被害を大幅に軽減することができます。以下の点に注意しながら、落ち着いて速く安全に避難しましょう。

※災害時は想定外のことが起こりえます。その時の状況に応じて、身の安全を第一に行動しましょう。

地震が発生！

緊急地震速報

大きな揺れが発生する

揺れが収まる

大津波警報又は津波警報 発表

海岸部に津波が到達する

津波が陸地内を進んでくる

- わが身の安全を第一に守る
- 津波が発生し、沿岸部に来ることを想定する
- 沿岸にいる場合は、揺れが収まったら避難を開始する
- 近隣の人などに避難を呼びかける
- 地震・津波に関する情報を入手する
- 沿岸にいる場合は、津波の危険がない高台（あらかじめ決められた避難場所など）に向けて避難する
- 車での移動は、防災活動や避難の妨げになる恐れがあるので、徒歩で避難する
- 引き続き安全な避難場所へ移動する
- 避難が遅れ間に合わない場合は、非常手段として建物の上層階に逃げる

大規模な地震後の1週間程度は油断せずに警戒を

東日本大震災津波の際は、3月9日に、マグニチュード7.3の地震が発生し、その2日後の3月11日にマグニチュード9.0の巨大地震が発生しました。このように大きな地震が起きた後に発生する、より規模の大きな地震が「後発地震」です。

後発地震に警戒し、被害を軽減するため、大規模な地震発生の可能性が平常時より高まっている場合には、「後発地震注意報」が発表されます。発表された際には、普段の避難準備を再確認し、1週間程度は同程度の地震の発生に備えましょう。



速やかに避難するために地域の防災訓練に参加を！

いざという時に慌てず、落ち着いて避難するためには、地域で行われている避難訓練に積極的に参加することが大切です。避難するために必要な備えや避難方法、避難ルートなどを確かめることができる上、近隣の方々とのコミュニケーションを深める場にもなります。家族みんなで参加して、災害に備えましょう。



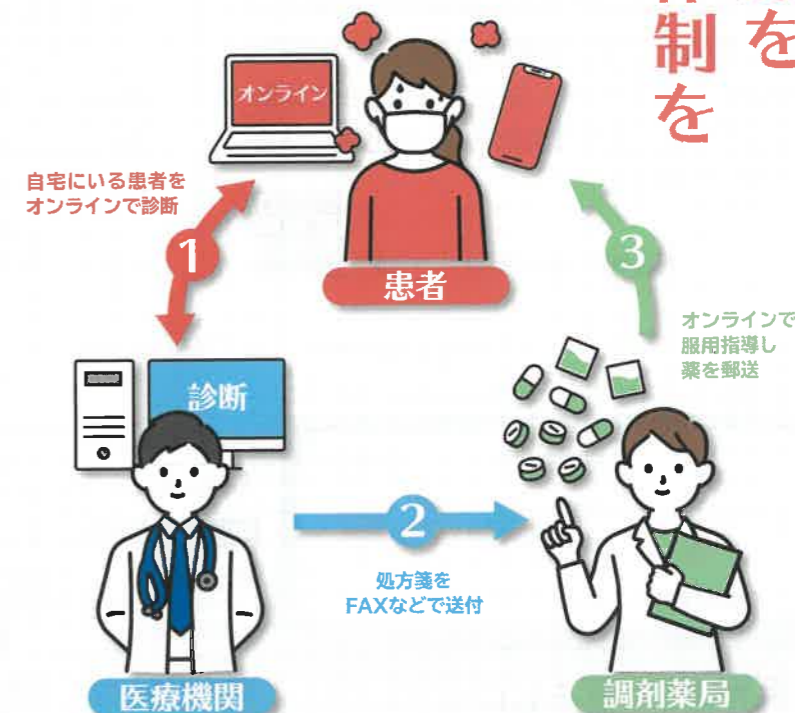
オンラインの活用が
これからの
医療を変える！

患者の負担を減らし
安心して医療を
受けられる体制を

岩手では、本州一県土が広いことに加え、慢性的な医師不足や専門医が大きな病院に集中していることもあり、遠方から通院する患者の負担は小さくありません。また、高齢者の増加に伴い在宅医療や訪問診療が必要なケースも増えており、限られた人員で全ての地域に医療を提供していくには、さまざまな課題があります。

こうした状況の中、新型コロナウイルス感染症の拡大を契機に、県内でもスマートフォンやタブレット端末などを通じて診察ができる「オンライン診療」の活用が広がっています。これによって感染のリスクが避けられるだけでなく、患者は自宅にいらながら医師の診察が受けられるなど、大きなメリットが生まれています。

県は、2023年から県立病院でもオンライン診療を始めていくほか、新たに「遠隔医療設備整備補助金」を創設し、オンライン診療に取り組み医療機関への支援をスタート。デジタル技術も積極的に活用しながら、皆さんが住み慣れた地域で安心して医療を受けられる体制を整えていきます。



オンライン診療の例

新型コロナウイルス感染症の相談窓口はこちら

かかりつけ医がいない場合や、相談する医療機関に悩む場合

いわて健康フォローアップセンター

電話 0570-089-005

FAX 050-3730-7658

受付時間: 24時間受付

(土日・祝日含む) 県ホームページ▶



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、北上駅と横手駅をつなぐJR北上線と、花巻駅と釜石駅をつなぐJR釜石線を紹介します。



車窓から広がる風景に感激！ 温泉やアクティビティを楽しもう！

のどかな田園風景、滔々と流れる和賀川、豊かな実をつけたぶどう畑、美しい自然が彩る錦秋湖。JR北上線は、移り変わる車窓の景色が美しく、四季折々で多彩な表情を見せてくれます。駅の楽しみ方はいろいろありますが、西和賀町の「ほっとゆだ駅」は、全国でも例を見ない温泉付きの駅舎です。また、駅から徒歩5分圏内に錦秋湖の絶景を見られるカフェなどがあり、湖上ではカヤック体験を楽しむことも。豊かな自然の中、北上線の旅を楽しんでみませんか。

西和賀町の観光情報はこちら▶



宮沢賢治に思いを馳せながら、 駅を起点にまちの魅力を楽しむ！

JR釜石線は、その前身である岩手軽便鉄道が宮沢賢治作の「銀河鉄道の夜」のモデルとも言われることから「銀河ドリームライン釜石線」の愛称で親しまれ、全24駅にもエスプラント語の愛称が付いています。花巻では賢治の作品の世界に思いを馳せ、住田では荘厳な滝観洞で洞窟体験、遠野ではレンタサイクルで民話の里巡り、釜石では海沿いの魚河岸テラスで地元食材の料理を満喫するなど、楽しみ方もいろいろ。今しか出会えない景色や味わいが、あなたを待っています。

※エスプラント語とは、19世紀に提唱された国際共通語。宮沢賢治も学んでいる。

釜石市の観光情報はこちら▶



いわての旬をいただきます！

しあわせ レシピ



今号の
レシピ

原木しいたけの丼

作り方

- しいたけは軸の固いところを切り落とし、食べやすい大きさに切っておく。フライパンに油をひき、表面に焼き色がつくまで返しながら弱火でじっくりと焼く。
- 材料を混ぜ合わせたタレをしいたけにかけ回し、強火にして煮からめる。
- 器にご飯を盛って②を乗せ、中央に卵黄を落とす。好みで大葉、胡麻、海苔、七味などを添える。



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、香りのよい新鮮な原木しいたけをたっぷり味わえる丼レシピ。照り焼き風味のタレが食欲をそそります。

今号の食材

原木しいたけ



岩手は、全国有数の生産量を誇るしいたけ王国。原木しいたけは森の中で自然の恵みを受けて育ちます。クヌギの木に種を植え付けてから、成長するまで約2年。無農薬栽培で育ったしいたけは、肉質が締まっていて香りがよく、弾力のある食感が特徴です。

材料(約2人前)

原木しいたけ …… 10個くらい
油(クセのないもの) …… 適量
卵(卵黄を使用) …… 2個
ごはん …… 適量

●タレ

しょうゆ …… 小さじ2
日本酒 …… 小さじ2
みりん …… 小さじ2

【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。

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。

長期医療保険 終身

ぺっこぷらす

保障は必要な分だけ。だから家計にも安心。

高71歳までの健康な方がご加入いただけます！

岩手県民の暮らしにいちばん近い保障でありたい

もしも... に備えてず〜っと安心！

キャンペーン中！

資料請求された方へ「マイクロファイバークロス」プレゼント！

こちらから▶

ハビネス共済会

一般財団法人 ハビネス共済会
〒020-0821 盛岡市山王町10番6号 山王ハイツ
☎0120-41-3816

【月額保険料】 ※50歳加入の場合	
40歳 2,560円	8歳 1,150円
病気・ケガ入院 日額 5,000円	
※4日未満の入院は4日分をお支払い	
入院中の手術 日額 50,000円	
※診療報酬点数1,400点以上	
退院後の通院(ケガ) 日額 5,000円	
健康祝金(5年ごと) 25,000円	
死亡した時 50,000円	

表紙MEMO



左から松原颯汰さん、野田明里さん、中塚涼太さん。松原さんと中塚さんは消防士、野田さんは保健師が教員を目指しています。

私たちは、高校生の新人防災士です！

地域の防災を支える力になりたいと、動き出した高校生たちがいます。県立久慈高校3年の松原颯汰(そうた)さん、野田明里(あかり)さん、中塚涼太(りょうた)さんです。3人は、2022年に久慈市が開催した養成講座を受け、防災士の資格を取得。災害の仕組みや防災士の役割、救命処置などを学び、さまざまな知識を身に付けました。今後、岩手県沖で巨大地震が発生する可能性もあり、3人のような存在は地域防災の大きな力。「災害は他人事ではありません。自分の身に起こるかもしれないと考え、普段から備えることが大切です」と3人は語ります。

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

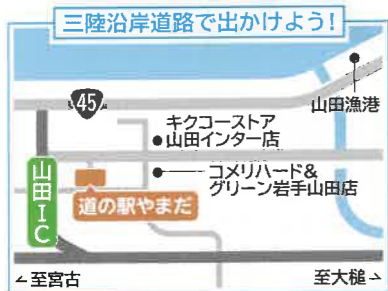
道の駅「やまだ」(山田町)



7月23日にオープンした「道の駅やまだ」のスタッフの皆さん。後列右から2番目は、駅長の関口健さん。



産直売店には、新鮮な魚介類や加工品、農産物などが並び、山田町産にこだわった品揃えが自慢。



【問】道の駅やまだ 0193-65-6631

震災の教訓を忘れない!



映像や学ぶ防災ガイドを通して、命の大切さを伝える

道の駅たろうの観光案内所であり、宮古市田老地区の震災・防災学習の拠点でもある「たろう潮里(しおさと)ステーション」。震災伝承施設として、住民インタビューと当時の状況を再現したアニメーション「あの日の記憶」の上映と、被災前の田老地区のまち並みを再現した模型の展示を行っています。また、当時の被害状況を伝える津波遺構「たろう観光ホテル」や防潮堤などを案内しながら、津波の恐ろしさと命の大切さを伝える「学ぶ防災ガイド」(宮古観光文化交流協会主催)の受け付けも行っており、県内外から訪れる多くの観光客に自然災害の脅威と防災意識を持つことの大切さを伝えています。

【問】たろう潮里ステーション 0193-65-7506

山田町の魅力を発信しながら人や地域をつなぐ拠点に!

三陸沿岸道路の山田ICのすぐ近くに、山田町の新たな観光拠点「道の駅やまだ(愛称:おいすた)」が移転オープンしました。愛称のおいすたは町内の中学生が発案。カキの英語「オイスター」や「おいでよ」の意味が込められています。町の魅力を発信すると同時に、復興の歩みを進める山田町の玄関口として、人や地域をつなぐ拠点の役割も担っています。

山田町産にこだわった品揃えが自慢の産直売店には、大きないけすを配置し、魚を捌く様子が見られるほか、生産者の写真が並び、作り手の顔が見える仕掛けも。新鮮な魚介

を楽しめるレストランや遊具のある広場などもあり、家族で楽しめる空間が広がっています。「山田町は日常とリゾートが混在するまち。マグロの解体を見学したり、テラスで食事を楽しんだり、非日常的な体験を楽しんでもらえる工夫を凝らしています」と話すのは、駅長の関口健さん。チャレンジショップでは、飲食店の開業を志す若者が出店し、イベントの企画や商品開発には町内の高校生も参加するなど、やりたいことに挑戦できる場を提供。地域全体を盛り上げながら、新たなまちづくりをけん引していきます。

わがまちにズーム in 九戸村



左/神秘的な沼「雨堤み」には、蓮の花が咲き、モリアオガエルが生息している。(写真提供:佐藤快威さん)



右/そばは「かけ」をはじめ、九戸村には多くの伝統料理がある。(写真提供:佐藤快威さん)

地域おこし協力隊の皆さんを通して市町村の魅力を紹介します。今号は「九戸村」へご案内します。

わがまちにズーム in



九戸村

【ご案内役】
九戸村・地域おこし協力隊
佐藤 快威さん

【プロフィール】盛岡市出身。短期大学卒業後、母の実家がある九戸村の地域おこし協力隊に応募。2021年春に着任し、山村文化を体験できる企画などに取り組んでいる。

北いわて特有の山村文化に触れ、先人たちの知恵と工夫に学ぶ。

東北エリアに位置し、ヒメボタルが舞うことでも知られる折爪岳をはじめとした美しい景観と豊かな自然に恵まれた九戸村。地域おこし協力隊の佐藤快威さんは、九戸村を「他にはない独特の空気感がある村」と表現します。その例としてあげるのが、自然の神秘性。白大蛇の伝説が伝わる秘境の沼「雨堤み」、上半身がフクロウで下半身が人間のような姿をした「オドデ様」がすむと言われる折爪岳など、民話に登場する自然がそのまま残り、今にも何かが現れそうな気配を感じると言います。

また、盆踊り「ナニヤドヤラ」や神楽などの伝統芸能、古くから続く炭焼きなど、地域で大切に育まれ、受け継がれてきたものに惹かれるという佐藤さん。なかでも夢中になっているのが食文化で、どんぐりで作る『しだみ団子』や『そば

かけ』、『かますもち』など、「料理の一つひとつに、当時の生活や先人の知恵が凝縮されていて、多くの気付きを与えてくれます」と魅力を語ります。山村文化や郷土食の調査を行いながら、その素晴らしさを若い世代に伝えるために、イベントの企画や体験学習を行っている佐藤さん。新たな気付きに出会いながら、奥深い九戸村の魅力を発信しています。



上/村内の古民家で伝統料理のイベントを行った時の様子。(写真提供:佐藤快威さん)

【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。

次代を担う若い世代には、会計情報の活用が求められています

児童・生徒の可能性を広げます
経済社会の基盤である「会計」は経済感覚を磨くことができました。将来の経済活動において必ず役に立ちます

会計は世界共通の言葉
会計とは、お金を換算して同じ尺度にする共通の言語です。世界に通用する言葉としての「会計」を伝えます

「ハロー! 会計」

現場の公認会計士が特別授業を行います



訪問講座
ご依頼いただいた各地域の学校等に講師が訪問して講義を行います。

「ハロー! 会計」開催のご用命は
日本公認会計士協会 東北会まで
mail:tohoku@sec.jicpa.or.jp
https://tohoku.jicpa.or.jp/



WEBサイト

日本公認会計士協会 東北会

仙台市青葉区本町二丁目18番21号 風見定時ビル3階
TEL.022(22)8109 FAX.022(22)9916

jicpa

教えて! いわて 県民計画

みんなで目指す岩手の将来像のための「いわて県民計画(2019~2028)」。
10の政策分野から、今回は「健康・余暇」の取り組みを紹介します。

こころの悩み

9月は「こころに寄り添い いのちを守る いわて」月間(自殺防止月間)です。

Q



最近、こころの悩みを抱えている人が多くなって聞くと、どんなことに気が付いたらいいの?

A

もし、あなたが悩みを抱えていたら、一人で悩まず、まず相談してみてください。また、近くに悩みを抱えている人がいたら、声をかけて、じっくり話を聞いてあげるなど、あなたができることから始めてみましょう。

自殺対策特設サイト「こころに寄り添い いのちを守る いわて」

このサイトでは、悩みを抱えているときに相談できる窓口情報や、こころのセルフケア、悩んでいる人に気が付いた際の行動を紹介する動画などを見ることができます。



県の自殺対策特設サイト▲

こころの健康はみんなの問題ですよ



自殺対策キャラクター アイばあちゃん

困った時は、一人で抱え込まず誰かに相談してみましょう

こころが辛い時や悩みを抱えた時は、どうしても周りが見えなくなります。相談しても解決しないと思ったり、相談するのが恥ずかしいと感じたりするかもしれません。しかし、勇気を持って相談することで、気持ちが楽になったり、解決の糸口につながるかもしれません。SNSで相談できる窓口もあります。一人で抱え込まずに、相談してみましょう。

相談窓口は上記の県の自殺対策特設サイトでも紹介しています



SNS(LINE)での相談窓口▶



周りに気になる人がいたら声をかけてみましょう

ため息が目立つ、疲れた顔をしている、食欲が落ちている...など、身近な人の様子が「いつもと違う」と感じたことはありませんか。もしかしたら、その人は一人で悩みを抱えているかもしれません。そんな時は勇気を出して、「どうしたの?」「眠れている?」などと、声をかけてみませんか。あなたにできることから始めてみましょう。



詳しい情報はこちら▶



地域で守るこころの健康

岩手県は自殺死亡率が全国的にも高い傾向にあり、地域の状況に応じた対策が重要です。岩手県精神保健福祉センターは、市町村や自殺対策に取り組む関係機関と連携して、ゲートキーパー(命の門番)養成講座や、関係機関の支援担当者を対象とした研修会を開催するなど、地域でこころの健康づくりに取り組めるよう支援をしています。また、精神保健の専門機関として、こころの相談電話や来所した方の相談対応、当事者やそのご家族への支援なども行っています。



岩手県精神保健福祉センター こころの相談電話

019-622-6955
平日9:00~18:00(祝祭日及び年末年始を除く)

精神保健福祉センターTwitter▶



お問い合わせ 県庁障がい保健福祉課 019-629-5483

まち・ひと・しごと 住みたい県へ!



いわての
みんなをつくる
大きなゆりかご

今号のテーマ

いわてで
働こう

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、若者の県内就職について紹介。「いわてで働こう宣言2023」の下、県内企業の魅力を知ってもらう取り組みを行っています。

若者や女性が住みたい、働きたい、帰りたい岩手へ!

行政、産業界、教育機関などで構成される「いわてで働こう推進協議会」では、オール岩手の力を結集して、若者や女性などが住みたい、働きたい、帰りたいと思える岩手を創るため、「いわてで働こう宣言2023」を策定しました。

【いわてで働こう宣言2023】

宣言の全文
はこちら▶



宣言1

岩手において
やりがいと十分な所得が得られる
仕事の実現します。

宣言2

岩手において
女性も男性も共に働き共に家事や
育児ができる働き方を実現します。

宣言3

岩手において
児童・生徒・学生自らがライフデザイン
を描ける教育を展開します。



岩手の企業の魅力を知ろう!



【大学1・2年生など対象】 県内企業の魅力を伝える講座

大学や専門学校などの授業を活用し、県内企業の若手社員から企業の魅力や社会人としての経験を語ってもらう講座を開催。大学生や専門学校生などに、県内のさまざまな企業の仕事を知ってもらい、県内就職を後押しします。

【女子学生など対象】 女性のための職場体験プログラム

大学や専門学校に通う女子学生などを対象に、グループでの職場体験を実施します。製造業、建設業、情報通信業をはじめとした県内企業の仕事に触れ、女性社員と交流することで、企業の魅力や仕事の楽しさに触れる機会を提供します。

岩手の「学び」と「仕事」を知ろう!



【高校生対象】 未来のワタシゴト探究会議

将来の進路を考える機会として、高校生を対象に、県内の大学などでの「学び」と県内企業の「仕事」を紹介するイベントを開催します。大学の模擬授業や参加企業の取り組み紹介を通して、大学などでの学びと仕事を結びつけながら、「将来の自分」をイメージしてみませんか。

【開催日時】12月20日(水)、21日(木)
【場所】岩手県民情報交流センターアイーナ
※詳細はwebサイト「シゴトバクラシバいわて」に掲載する予定です。



昨年度の実施の様子はこちら▶

U・Iターンや県内就職等に関するお問い合わせ
ジョブカフェいわて 019-621-1171
【開館】月~土 10:00~18:00 【休館】日曜・祝日・年末年始

お問い合わせ 県庁定住推進・雇用労働室 019-629-5593