

広報

おおふなと

2025

2

No.1272

← 順路



特集

未来を創るアイデアが集結！

大船渡ビジネスプランコンテスト

写真 ▶ 第 28 回つばきまつり「大船渡東高校太鼓部」 / 場所：世界の椿館・碁石

UD
FONT
by MORISAWA

特集

未来を創るアイデアが集結！ 大船渡ビジネスプランコンテスト



④自身のビジネスプランを発表する参加者
⑤観覧者がプレゼンテーションを評価している様子

皆さんは「こういう事業をしたら大船渡が良くなりそう」「地域を盛り上げるために何かしたいな」と考えたことはありませんか？このような熱い想いを持った人がアイデアを発表し、その実現を応援、手助けする場となるのが「大船渡ビジネスプランコンテスト」です。通算9回目の開催となった今年度のコンテスト（1月26日開催）では、1次審査を通過した11組がプレゼンテーションを行い、会場に集まった人たちにそれぞれのビジネスプランに込められた想いを伝えました。

毎年開催されている当コンテストですが、具体的にどういうことを行っているのか分からないという声もあります。そこで今月の特集では、大船渡ビジネスプランコンテストとは何か、今までに応募があったアイデアや実現したプランなどについて詳しく紹介します。

▼問い合わせ先 大船渡ビジネスプランコンテスト実行委員会事務局
(産業政策室内 ☎内線107)



名前は聞いたことがあるけれど...
ビジネスプランコンテストって何？

起業意識を育み、新しいビジネスへの挑戦を応援し、アイデア実現のお手伝いをするので、地域の活性化を目指しています！

大船渡の活力を高めるために、起業や新しい事業に挑戦する人を応援し、まだ形になっていないビジネスアイデアを見つけ出して形にすることが、このコンテストの目的です。高校生から社会人まで幅広い世代が参加でき、地域活性化につながるようなものならどんなアイデアも応募が可能。最終審査会ではプレゼンテーションにより会場の協賛企業や観覧者に向けて自身の想いを伝えることができ、ビジネスに精通した審査員からプランへの講評も行われます。また、発表を聞いた人たちから、その想いに「共感」してくれる仲間を見つけることもできます。

プランの参考例

- 地域資源や新しい技術を生かしたものづくり
- 革新的なソフトやアプリの開発によるITサービス
- まちづくり、子育て、福祉、観光などの地域課題を解決する取り組み
- 住民の生活や社会をより良くするユニークなアイデア



ビジネスプランコンテストの流れ



1次審査通過者を対象に、プランのブラッシュアップをサポート！

最終審査会でのプレゼンテーションに向けて、外部講師によるプラン内容のブラッシュアップ、発表原稿やプレゼンテーション資料の作成支援を行っています。



応募したい！でも、ビジネスプランの作り方が分からない...

応募前に、プランの作り方などの相談にも対応♪

「コンテストに興味がある」「プランを作成してみたい」「アイデアはあるけれど、どうやって進めたらいいかわからない」「募集内容を詳しく知りたい」「作ったプランをブラッシュアップしてほしい」など、コンテストの説明やプラン作成の具体的なアドバイスを希望する人を対象に、個別相談を行っています。

大船渡ビジネスプランコンテスト2024

最終審査結果はこちら

1月26日(日)にリアスホールで開催された最終審査会では、全28組の応募の中から1次審査を通過した11組が「叶えたい!」「応援してほしい!」というビジネスプランのプレゼンテーションを行い、会場は大いに盛り上がりました。



入賞結果の詳細はこちら



🚩 ドリーム部門(高校生の部)

審査結果	グループ名・メンバー	プラン
🏆 最優秀賞	匠の技(大船渡東高校) 岡崎匠海さん、岩館秀佳さん	気仙大工の技を観光資源に！ ～建物の保存と活用をビジネスに～
🥈 優秀賞	バババ隊(大船渡東高校) 森優さん、杉山耀理さん、黄川田瑠依さん	バババ場の挑戦 ～郷土料理を楽しむ専門店～ 特別賞受賞
🥉 奨励賞	TEAM「スポーツ」(高田高校) 及川侅彪さん、大和田蒼汰さん、村上叶悟さん、 黄川田子龍さん、渡邊温有さん	TAKATA SPORTS ACADEMY ～多様なスポーツで地域をつなぐ～
🥉 奨励賞	住田高校ダンス同好会(住田高校) 金野結花さん、佐々木優衣さん、椎名琴海さん、 吉野萌花さん	気仙から世界へ ～高校生の力で未来を変える！～
🥉 奨励賞	及川(大船渡高校) 及川温登さん	海の幸を活かした、水でも温かく食べられる カップラーメンの開発

🚩 ドリーム部門(一般の部)

審査結果	グループ名・メンバー	プラン
🥈 優秀賞	五葉山アソボーズ 新沼滉さん	【里山リノベ】ヒコロイチの営みを未来に繋ぐ 地域再生プロジェクト
🥈 優秀賞	@盛町木町一棟貸宿屋プロジェクト 三浦弘嗣さん	一棟貸宿泊業運営と旅行者との交流拠点作り 「日本のサンセバスチャン計画」
🥉 奨励賞	ズーアクア「おっふー」&アニマル工房 「繫-KEI-」 佐藤正一さん	大船渡市民・企業で作る参加・循環型のふれあい 動物・水族園及びその工芸品

～建物の保存と活用をビジネスに～

🚩 ビジネス部門

審査結果	グループ名・メンバー	プラン
🏆 最優秀賞	インド人財派遣株式会社 紺野雅也さん、プライ・アジュさん	インド人財の日本での就業を目的とし仲介・ 事務対応を行う拠点ビジネス
🥈 優秀賞	株式会社スリーピークス 及川武宏さん	[All About Apples]自社培養した独自酵母で 醸すオールりんごのワイン
🥉 奨励賞	大船渡アマモ協議会 千葉豪さん	海から始めるネイチャードリブン・ビジネス 「海からのラブレター」

想いが現実に！実現したビジネスプランを紹介

これまでのコンテスト参加者の中には、発表したビジネスプランが実現して事業化または商品化した人たちもいます。当時の最終審査会でプレゼンテーションのあったプランの内容と、どのように実現したかを、過去3年間の受賞者の中から一部紹介します。

Plan 1

◎視点を変えたらそれは超有価物！難飼育魚向けに浜の未利用資源を再定義する (2021年/ビジネス部門最優秀賞)

▶発表者

三陸エンリッチメント研究室 土方剛史さん

▶プランの内容

= 刺身を作る過程で出る廃棄魚卵や養殖時に発生する雑物といった活用が難しい素材を、高度な凍結技術で鮮度を保ったまま加工し、飼育が難しい魚のための高品質な餌として製品化。研究機関や水族館、熱心なアクアリウム愛好者をターゲットに、簡単に水槽の中で「本来の自然

環境」を再現できる理想の餌を提供します。

▶その後の進展 = 令和4年度グッドアクアリウムデザイン賞受賞。製品は全国のアクアリウム愛好者や水族館から高く評価されています。大学研究機関と協力し、製品を使った魚の飼育実績を積み重ね、さらなる品質向上に取り組んでいます。



<HPリンク>

Plan 2

◎DXプラットフォームを核とした地域事業者連携による地域活性化事業 (2022年/ビジネス部門最優秀賞)

▶発表者

(一社)大船渡地域戦略 志田繕隆さん

▶プランの内容

= 地域でどんな商品やサービスに需要があるか調べるため、データを分析するシステムを提供し、そのデータを活用して住民の消費を促します。取得したデータをもとに集客や商品販売機能をシステムに追加して事業者を支援し、そこから得た手数料収入を地域集客のために活用し

ます。

▶その後の進展 = 2024年9月、観光庁の登録観光地域づくり法人(DMO)に正式登録。市内加盟店での利用でポイントを貯められるサービス「大船渡さんぽ」の運営や、大船渡を盛り上げるプロジェクトの立ち上げなど、観光振興と地域の活性化により一層力を注いでいます。



<HPリンク>

Plan 3

◎三陸椿物語、椿茶の生産が地域に深く根ざして、地域の物で地域を良くする (2023年/ビジネス部門最優秀賞)

▶発表者

(株)バンザイファクトリー 菅原未穂さん

▶プランの内容

= 大船渡周辺の椿はリアス式海岸による独自の環境下で、葉が大きく、厚く、硬く、色濃く育ち、さらに極寒で害虫が少ないため無農薬で育てられることが大きな強みです。椿の花言葉は「誇り」。震災後、誇りを持てる仕事を創り出したいという思いから椿茶を開発しました。

▶その後の進展 = 椿葉を採取して一次加工する生産活動を地域のB型就労支援施設などと協力。今では日々50人以上が携わる事業に椿茶は成長しました。さらに、首都圏の有名ホテルや温泉旅館で提供されたり、土産物として販路を拡大し続けています。関東では、椿茶ハイボールが広がりを見せています。



<HPリンク>



地域のために活動している団体

みんなのまちづくりフェスタ開催

- 日時 3月9日(日)午後2時〜4時
場所 働く婦人の家 研修室
対象 市内在住または在勤の人
講師 金野 紀子さん
定員 8人(先着順)
参加料 500円(材料費)
持ち物 筆記用具、飲み物
申込方法
申込締切日 3月5日(水)
申込先・問い合わせ先 働く婦人の家

筆文字でお祝いメッセージカード作り

- 日時 3月9日(日)午前10時〜11時
場所 リアスホール 和室
対象 0〜2歳のお子さんとその家族
その他
事前の申し込みは不要です。
問い合わせ先
市立図書館

3月22日(土)午前10時〜正午

三陸ジオパークのミニ講座の後、ガイドと一緒に遊歩道を散策します。

碓氷海岸ジオさんぽと季節の草花を見つけよう

- 日時 3月22日(土)午前10時〜正午
内容
展示、ステージ発表、PR、体験ブース
お菓子まき
たらいがね保存会による店内練り歩き
問い合わせ先 市民活動支援センター

【Eメール】shimin@ofunatocity.jp



詳細はこちら



お知らせ

市有地情報ホームページをリニューアルしました

市は、公共の事業用地として利用...



市ホームページ

コンビニ交付サービス停止のお知らせ

停止期間
2月25日(火)、26日(水)
停止するサービス
明書の発行を停止します。



市ホームページ

国民年金保険料は前納(まとめ払い)がおすすめです

前納には、6カ月前納、1年前納、2年前納の3つの方法があります。

- 日時 3月9日(日) 午前9時〜正午
場所 市民環境課1番窓口
国民年金保険料は前納(まとめ払い)がおすすめです
前納には、6カ月前納、1年前納、2年前納の3つの方法があります。



市ホームページ

特殊詐欺に注意！県内で被害が増えています

県内では、警察官や公的機関の職員などになりすまして現金をだまし取る「オレオレ詐欺」や、未納料金があるなどと言って架空の料金を請求する「架空料金請求詐欺」の被害が増加しています。

「自分は絶対に騙されないから大丈夫」と思っている人こそ要注意
警察官や公的機関の職員が、非通知電話やSNSのメッセージ機能で連絡したり、お金を要求したりすることは絶対にありません！詐欺被害を防ぐため、知らない人から不審な連絡が来たら、自分だけで判断せず、家族や警察に相談しましょう。

問い合わせ先 市民環境課生活安全係

催し・講座

わらべうたで遊ぼう！〜だっこでおはなし会〜

季節のわらべうたを歌いながら、家族みんなで遊びませんか？参加者には、お子さんの年

挑戦者求む！謎解き×宝探し開催中

三陸町エリアが舞台の「大船渡宝探し」復興の道を進む旅は、特設サイトの問題を解いて6つの手がかりとメッセージを集める体験型イベントです。復興がテーマの物



大船渡宝探し特設ホームページ



企業版ふるさと納税 ご寄附いただいた企業を紹介します

市で取り組む大船渡市デジタル田園都市国家構想総合戦略の推進にあたり、ご寄附をいただきました。「大船渡市こども家庭センター運営事業」に大切に活用いたします。

株式会社パンクチュアル(高知県須崎市)

当社は、2020年3月に高知県須崎市に設立した「世界と戦える地域を創る」というミッションを目指して活動する地域密着型地方創生企業です。

株式会社cielo azul(福岡県福岡市)

当社は、「人々の生きがいを守り、応援する力を高める」をビジョンに掲げ、デジタルメディア事業、Fintech事業、新規事業を通じて社会に貢献しています。

日時 2月27日(木)午前10時30分〜正午
場所 2階 和室
あかちゃんといっしょを楽しむ講座



おおふなぼーとから催しのご案内

問い合わせ先
運営事務局 KIBOTCHA
0225-257319

- 対象 0〜6歳の子どもの保護者
内容 知育玩具「センサリーボトル」作り、キッズヨガなど
講師 佐藤 春華さん(キッズマインドフルネスコーチ)
定員 親子6組(先着順)
受講料 700円(材料費)
申込方法 電話または直接申し込みください。
申込締切日 2月26日(水)

塩こうじ入りナゲット親子料理教室

- 日時 3月15日(土)午前10時〜11時30分
場所 2階 和室および給湯スペース
対象 親子ごもとその保護者
講師 菅野 香澄さん(管理栄養士)
定員 親子4組(先着順)
受講料 1000円(材料費)
申込方法 電話または直接申し込みください。
申込締切日 3月13日(木)

申込先・問い合わせ先
おおふなぼーと
企画運営
NPO法人おはなしころりん



DACCO交流広場 利用不可日のお知らせ

赤ちゃんの健康相談などを行うため、次の日時は交流広場の利用ができません。

- 3月4日(火) 12:00～15:00
- 3月5日(水) 12:00～15:00
- 3月6日(木) 12:00～15:00
- 3月12日(水) 9:00～12:30

お問い合わせ先
こども家庭センター (☎47・5200)

起業・経営の悩みを 無料で相談できます

相談内容を連絡ください。
※基礎年金番号は、年金手帳、年金証書などに記載されています。

▼開催日時
平日：午前9時～午後5時

▼申込期間
2月27日(木)～3月26日(水)

▼定員 15人(定員になり次第締め切り)

▼申込先・問い合わせ先
一関年金事務所
(☎0191・23・4246)

▼お問い合わせ先
産業政策室(☎内線107)

▼相談内容 起業での不安、事業拡大、事業継承、資金調達、各種書類の作成方法、経営改善に関する事など

▼申込方法 申込フォームから申し込みください。

▼お問い合わせ先
産業界政策室(☎内線107)

▼第2火曜日、第4金曜日：①午後6時、②午後7時30分
※相談時間は1組90分まで

▼場所 市役所本庁(ほかも調整可能)

▼相談内容 起業での不安、事業拡大、事業継承、資金調達、各種書類の作成方法、経営改善に関する事など

▼申込方法 申込フォームから申し込みください。

▼お問い合わせ先
産業界政策室(☎内線107)



募集

大船渡市育英奨学会の 奨学生を募集します (無利子奨学金)

▼対象 市内に住所がある人の子弟、高等学校・大学・短期大学・高等専門学校・大学院・専修学校に在学または入学する人
※通信教育は対象外です。

▼募集人数 20人程度

▼奨学金の貸与額(月額)
・高等学校：1万円
・大学など：3万円

▼貸与期間 正規の修学期間

▼申込受付期間 2月25日(火)～3月24日(月)

※申請書は、教育総務課、三陸支所、綾里・吉浜地域振興出張所の窓口で配布しているほか、奨学会ホームページからダウンロードできます。

▼申込先・問い合わせ先 教育総務課総務係(☎内線297)

奨学会ホームページ



思がある医学生
▼貸付金額 月額20万円(入学一時金760万円)

▼募集人数 8人

▼募集期間 2月17日(月)～4月9日(水)

▼選考方法 面接、書類審査

▼選考期日 3月22日(土)、4月19日(土)

▼その他 一定期間内に県内の市町村立病院または県立病院などに勤務すると、償還が免除されます。

▼申請先 岩手県国民健康保険団体連合会

▼問い合わせ先
岩手県国民健康保険団体連合会(☎019・623・4324)
国保医療課地域医療係(☎内線149)

相談

出張年金相談 お気軽に相談を

▼期日 3月27日(木)

▼時間
午前10時30分～午後3時30分

▼場所 市役所 第1会議室

▼申込方法 ①氏名、②生年月日、③住所、④基礎年金番号、⑤連絡先の電話番号、⑥主な

3月1日～11日は、おおふなぽーとで防災ウィーク

期間中実施イベント

- 追悼のライトアップ
- ▶時間 = 午後5時～10時
- ▶場所 = 多目的広場、展示室
- 大船渡町のジオラマや、津波伝承会と連携した写真などの展示
- ▶時間 = 午前9時～午後5時
- ▶場所 = 多目的室

3月9日(日)開催イベント

- 消防車やパトカーなどの緊急車両の展示と写真撮影、消火器放水体験、防災そばっち号での地震体験
- ▶時間 = 午前10時～正午
- ▶場所 = 駐車場

3月11日(火)開催イベント

- ストリートピアノでつなぐ祈りのハーモニー
- ▶時間 = 午後2時30分から
- ▶場所 = ピロティ
- ▶企画運営・問い合わせ先
大船渡市観光物産協会(☎21・1922)

チリメンモンスターin三陸 ワカメモンスター～しゃむしゃらりん～がやってきた

▶日時 = 3月16日(日)午後1時30分～3時30分
※午後1時から受け付け

▶場所 = 碓石海岸インフォメーションセンター 展示・講習室

▶対象 = どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

▶内容
・ワカメに付着している海生動物を観察して、地域の海の生態系について学ぼう
・観察した海生生物を入れたキーホルダーを作ろう

▶講師 = 市立博物館 ^{ふるさわ}古澤 ^{あきら}明輝主任学芸員

▶定員 = 10人(先着順)

▶参加料 = 300円(材料費)

▶申込方法
電話または申込フォームで申し込みください。

※2月27日(木)午前10時から受け付け

▶申込先・問い合わせ先
市立博物館(☎29・2161)

申込フォーム

博物館ホームページ



新春の大船渡をランナーたちが駆け抜ける
大船渡新春ロードレース大会2025

1月12日、毎年恒例の「大船渡新春ロードレース大会」が、市民体育館を発着点とするコースで開催されました。今回の大会には、市内外からおよそ1,050人のランナーたちが参加。日々のトレーニングで鍛え上げた健脚を生かして、初春の大船渡を爽やかに駆け抜けました。当日は青空が広がる暖かな気候で、絶好のラン日和。沿道に集まった人々から惜しめない応援が響き渡り、コース周辺は活気にあふれていました。



仲間とともに迎えた特別な節目を晴れやかに祝う
令和7年大船渡市二十歳のつどい

次世代を担う若者たちの人生の節目を祝うため「令和7年大船渡市二十歳のつどい」が、1月12日にリアスホールで開催されました。平成16年4月2日～同17年4月1日生まれの315人が対象。このうち237人が式典に参加。色鮮やかな晴れ着や真新しいスーツに身を包んだ参加者たちは、久しぶりに再会した友人や小中学校の恩師との話を咲かせるとともに、将来に向けて決意を新たにしていました。



転出などの手続きはお早めに！3月末～4月上旬は窓口が混み合います

進学・就職・転勤などで市外に転出する人は、市役所での手続きが必要です。手続きは、転出する日の14日前から可能です。新しい住所が決まりましたら、早めに手続きをしてください。

■転出手続きに必要なもの

- 国民健康保険に加入している人…国民健康保険被保険者証など(学生被保険者証が必要な人は、学生証または在学証明書)
 - 後期高齢者医療制度に加入している人…後期高齢者医療被保険者証など
 - 子ども・妊産婦・重度心身障害者・ひとり親家庭・寡婦等医療費受給者証をお持ちの人…各種医療費受給者証
 - 介護保険被保険者証をお持ちの人…介護保険被保険者証
- 上記に加え、身分証明書(マイナンバーカードや運転免許証など)が必要です。

■引越し手続きオンラインサービス

転出の手続きは、マイナポータルからオンラインでも届け出が可能です。電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちの人は、日本国内で引っ越しをする際に利用できます。



引越し手続きオンラインサービス

※マイナポータルから転出届を提出した後は、別途、転入先の市区町村の窓口で転入届などの手続きが必要です。

■マイナンバーカード記載の住所・氏名が変わったときは…

カードに新情報を記載しますので、窓口にお越しください。住所・氏名が変わると、マイナンバーカードに記載されている署名用電子証明書が失効します。引き続き利用する場合は再発行を受けてください。



住所変更手続きの詳細はこちら

▶問い合わせ先=市民環境課市民登録係(☎内線123)

大船渡産ワインによく合うスイーツ作り教室、試食・試飲イベント開催！

地域おこし協力隊・三浦隊員による、大船渡産のワイン・シードル・りんごジュースが楽しめるイベントを開催します。この機会にぜひ、地元ワイナリーの製品を味わってみませんか？

- ▶期日=3月20日(木)
- ▶場所=リアスホール 会議室1、2
- ▶対象=どなたでも可

※車でお越しの人や20歳未満の人は、アルコール類の試飲をご遠慮ください。

■第1部「お菓子作り教室」

- ▶時間=午後1時～2時30分
- ▶内容=チョコ、レアチーズケーキ、ナッツのキャラメリゼなどを作ります。

■第2部「試飲・試食会」

- ▶時間=午後2時30分～4時
- ▶内容
 - ①第1部で作ったお菓子の試食、大船渡産ワイン・シードル・りんごジュースの試飲・試食
 - ②お菓子作り専門家・荻田尚子さんによるお菓子作りのコツ講座
 - ③(株)スリーピークス代表・及川武宏さんによる大船渡産ワイン講座



■講師略歴



荻田尚子さん

東京都渋谷区青山のフランス菓子店で2年勤務した後、料理研究家・石原洋子のアシスタントとなり、同時に世田谷区の洋菓子店でパティシエとして腕を振るう。2016年、主婦と生活社刊行の『魔法のケーキ』で第3回料理レシピ本大賞 in Japanのお菓子部門大賞受賞。雑誌掲載やテレビ出演などで多岐にわたり活躍。

- ▶定員=全日参加6人、第2部のみ参加14人
- ※応募多数の場合は抽選
- ▶参加料=無料
- ▶申込方法=申込フォームから申し込みください。
- ▶申込締切日=2月28日(金)
- ▶問い合わせ先=地域おこし協力隊 三浦 弘嗣



申込フォーム

【Eメール】kaitokusha@gmail.com



あなたと家族の健康のため「未来かなえネット」に加入しませんか？

■「未来かなえネット」とは

気仙地域の病院・薬局・介護事業所・訪問看護などの間で、患者の病気や薬、検査結果といった医療情報を共有し、より効率的で適切な医療・介護サービスを提供しています。

■加入のメリット

- ▶病院受診のとき=病状・投薬・検査結果などの情報を共有することで、複数の病院に通院する場合に同じような検査や薬が重なることを避けられます。また、自分では忘れがちな薬の名前や病状経過が正確に医師へ伝わります。
- ▶救急のとき=救急車で搬送中、患者の病歴などをリアルタイムで救急センターの医師と共有でき、搬送後の治療がスムーズに進みます。
- ▶介護にも活用=医療と介護間の情報共有が、退院後のケアプランに役立ちます。また、介護施設利用者が病院を受診する際に、患者の状況などを事前に医師へ伝えることができます。



▶災害時にも=カルテやお薬手帳がなくても情報を確認でき、安心して治療や介護が続けられます。

■子育てや妊娠の悩みをオンラインで相談できます

専門の医師や助産師に電話・LINE・Eメールで相談できます。気仙地区在住の加入者の利用は無料です。



▶小児科・産婦人科オンライン(夜間相談・予約制)

電話やLINEで受け付けます。※平日午後6時～10時

▶いつでも相談(24時間受付)=ウェブサイトでも相談を受け付けます。回答はウェブまたはEメールで確認できます。

■加入方法

申込書に必要事項を記入し、郵送してください。申込書は、未来かなえネット参加施設、市役所国保医療課で配布するほか、ホームページからもダウンロードできます。

▶申込先・問い合わせ先

(一社)未来かなえ機構(☎22・7261)



未来かなえ機構ホームページ

大船渡市男女共同参画情報

——いきいき通信では、男女共同参画に関する情報をお知らせします。



編集・問い合わせ先=男女共同参画室
TEL 0192-27-3111(☎内線278) FAX 0192-27-8878

男女共同参画審議会委員の募集

市の男女共同参画の取り組みについて意見を聞くため、審議会の委員を募集しています。詳細は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

国際女性デーや国際男性デーをご存じですか？

■国際女性デーと国際男性デー

毎年3月8日は、国際女性デーです。国際女性デーは、女性の権利を守りジェンダー平等の実現を目指す日、女性の素晴らしい活躍と功績をたたえる日として、1975年に国連が提唱し、1977年の国連総会で議決されました。

また、毎年11月19日は国際男性デーで、男性のさまざまな社会問題に焦点を当て、理解を広げる機会としています。

■ジェンダーバイアスとジェンダー平等

社会に残る「女性らしさ」や「男性らしさ」といった性別による考え方(ジェンダーバイアス)は、個人の能力や可能性、生き方の選択肢を制限する「足かせ」となることがあります。

女性が抱える問題には、経済的な格差や暴力、社会的地位の向上、仕事と家庭の両立、女性特有の健康問題などがあります。また、男性は社会的地位やリーダーシップ、安定した経済力などを期待される傾向があり、過度なプレッシャーが原因の心身の不調や、長時間労働により育児や私生活に時間を割けないといった問題を抱えています。

ジェンダー平等の推進は、それぞれが抱える問題の解決の助けとなるものであり、誰もが生きやすい社会になることは、女性にも男性にも利益をもたらします。

皆さんもこの機会に、男女共同参画やジェンダー平等などについて考えてみましょう。





路線バスで交通系ICカードが利用できます

- ▶対象区間
大船渡盛岡線、一関大船渡線、大船渡住田線、立根田谷線、丸森立根線、綾里外口線
- ▶利用可能な交通系ICカード
Iwate Green Pass、全国相互利用可能な交通系ICカード(Suicaなど全10種類)
- ※ Iwate Green Passは
大船渡営業所(立根町)で販売しています。
- ▶注意事項 = 交通系ICカード導入の路線バスでは、バスカードは利用できません。
- ▶問い合わせ先
岩手県交通(株)大船渡営業所(☎26・3730)



Iwate Green Pass

大船渡線BRTの運行ダイヤが変わります

- ▶ダイヤ改正日 = 3月15日(土)
- ▶上り(ダイヤ改正後)

毎日	盛(05:50)発/気仙沼行
平日のみ	盛(06:20)発/陸前矢作行

※陸前高田発・陸前矢作行は運転を取りやめます。

- ▶下り(ダイヤ改正後)

毎日	気仙沼(06:11)発/盛行
毎日	気仙沼(20:51)発/盛行
平日のみ	陸前矢作(17:08)発/盛行
平日のみ	陸前矢作(17:08)発/陸前高田行
毎日	陸前矢作(17:58)発/陸前高田行
毎日	気仙沼(20:14)発/陸前高田行

※陸前矢作発・陸前高田行は一部ダイヤの運転を取りやめます。

- ▶問い合わせ先 = J R 東日本お問い合わせセンター(☎050・2016・1600)



令和7年3月 こそだてシップイベント

- ▶対象 = 妊婦さん、小学校入学前のお子さまとその保護者、きょうだい、ご家族(気仙地区以外にお住まいの方も利用できます)
- ▶開所時間 = 午前10時～午後3時(毎週火曜日、祝日休み)
- ▶場所 = 大船渡市子育て支援センター「すくすくルーム」(サン・リア2階)
- ▶その他 = イベント・開所日は、変更となる場合があります。最新情報は、ホームページ・つばきっずを確認ください。
- ▶予約・問い合わせ先 = NPO法人こそだてシップ(☎080・3333・5689)
- ※利用予約は公式LINEからもできます。



すくすくルーム 公式LINE

期 日	行 事 名
6日(木)10:30~12:00	女性等就業相談員によるおしごと相談 ※無料、予約優先
7日(金)10:00~14:00	ハーフバースデー・誕生月撮影会 ※無料、申込不要
8日(土)10:00~10:30	マタニティーカフェ(妊婦さんとその家族) ※無料、申込不要
12日(水)11:00~11:30	おはなしころりんの読み聞かせ ※無料、申込不要
13日(木)10:00~12:00	なないろ ※無料、要予約
16日(日)10:30~11:00	パパと一緒に運動あそび(1カ月健診後~12カ月のお子さんが対象) ※無料、予約不要
19日(水)10:30~12:00	女性等就業相談員によるおしごと相談 ※無料、予約優先
21日(金)10:00~14:00	ハーフバースデー・誕生月撮影会 ※無料、申込不要
22日(土)10:00~12:00	なないろ ※無料、要予約
27日(木)10:00~11:30	ベビーサロン(1カ月健診後~12カ月のお子さんが対象、助産師とのお話、体重測定) ※無料、要予約
28日(金)10:30~12:00	アロマハンドトリートメントの日 ※無料、予約優先

こども救急相談電話

夜間にお子さんの具合が悪くなったときは、電話相談を利用しましょう。

- ▶電話相談番号 = ☎ # 8000(携帯電話からも相談できます) ☎019・605・9000(ダイヤル式電話、PHS、IP電話用)
- ▶受付時間 = 午後7時～翌朝8時(年中無休)
- ※午後11時～翌朝8時は、こども夜間ケアダイヤルとしての対応となります。

忘れずに納めましょう!

- ▶国民健康保険税(第8期)は2月28日(金)が納期限です。口座振替日は2月25日(火)ですので、口座振替を利用している皆さんは、2月20日(木)までに納税通知書などに記載された税額と、口座の残高を確認ください。
- ▶納付は便利で簡単、安心な口座振替を推奨します!
- 便利 金融機関などへ納付に行く手間なし!
- 簡単 一度の手続きで翌年度以降も自動継続!
- 安心 納期限ごとの自動引き落としで納め忘れなし!

- ▶納期限までの納付が困難な人は、税務課収納係まで相談ください。
- ▶第2回口座振替推進キャンペーンは、申込者が定員の250人に達しなかったため、申込者100人全員を当選としました。
- ▶問い合わせ先
税務課収納係(☎内線157、158、161)



納期限、納付方法についてはこちらをご確認ください

令和6年分の確定申告期限と納期限

- 申告所得税および復興特別所得税・贈与税 3月17日(月)
- 消費税および地方消費税…3月31日(月)
- 令和6年分確定申告分の振替日
- 申告所得税および復興特別所得税・贈与税 4月23日(水)
- 消費税および地方消費税…4月30日(水)

- 納税には、便利で確実な振替納税を利用ください
振替納税は、金融機関の預貯金口座から自動的に納税ができる便利な制度です。簡単な手続きで利用できますので、税務署に相談ください。
なお、すでに振替納税を利用している人は、事前に預貯金残高の確認をお願いします。
- ▶問い合わせ先 = 大船渡税務署(☎0192・26・3481)

いきいき健康講座

196



「健康づくり10か条」を知ろう! ②

市では、誰もが自然に健康になることを目指し、一人一人の生涯を通じた健康づくりと食育に社会全体で取り組むことを推進しています。「健康づくり10か条」は、全ての世代が共通して取り組むべき健康づくり活動を、親しみながら実践できるように整理したものです。今回は広報おおふなと12月号に引き続き、第6、第10条を紹介いたします。ご自身だけでなく周りの人と一緒に、できることから始めてみませんか?

▼問い合わせ先 = 健康推進課(☎27・1581)

■第6条「食べたらず歯みがきをしよう」

虫歯や歯周病を予防するためには、毎食後の歯磨きで口の中を清潔に保つ必要があります。子どもは大人が仕上げ磨きをして、歯磨き習慣を身に付けることも大切です。また、歯間ブラシ・デンタルフロスの使用、歯科医院での定期的な歯石除去やフッ素塗布も効果があります。



■第8条「たばこを吸わない、たばこの煙を吸わない」

が何よりも重要です。年に一度は必ず健康診断やがん検診を受けて、健康状態を確認しましょう。

虫歯や歯周病は全身の健康にも影響を及ぼすため、定期的な歯科健診も大切です。



喫煙は、流産や低出生体重児が生まれるリスクが高まります。

■第10条「自分に合ったストレス解消法を見つけよう」

ストレスがたまると、心身に悪影響を与えます。十分な睡眠と休養をとり、自分に合った方法でストレスを解消することが大切です。



▼ストレス解消法の例 = 映画などを観る、歌う、体を動かす、歌う、体を動かす



詳しくはこちら

かもしか号 3月の巡回日程

日	地区	ステーション名	駐車場所	時間
3日(月)	盛	蔵ハウス大船渡	正面玄関前	14:10
		みどり町	みどり町団地駐車場	14:50
		盛小学校	放課後児童クラブ付近	15:35
5日(水)	立根	百年の里	正面玄関前	13:40
		デイサービスセンター立根	正面玄関前	14:20
		平田	平田公民館駐車場	14:45
6日(木)	猪川①	前田	前田公園付近空き地	13:00
		いかわこども園	正面玄関前	13:30
		福祉の里	大洋学園・朋友館前	14:10
7日(金)	大船渡北	中井沢	下中井公民館駐車場	14:55
		気仙苑	正面玄関前	15:30
		ドレミ保育所	正面玄関前	12:30
10日(月)	猪川②	川原	野々田アパート駐車場	13:00
		田中	田中東団地駐車場	13:30
		大船渡地区公民館	大船渡地区公民館駐車場	14:00
13日(木)	越喜来	屋敷	及川清一さん宅付近空き地	14:25
		大船渡北小学校	正面玄関前	15:00
		中井	田村理容さん前	13:00
14日(金)	大船渡南	長谷堂	県宮長谷堂アパート駐車場	13:30
		祥風苑	正面玄関前	14:00
		猪川小学校	校舎西側駐車場付近	14:30
17日(月)	綾里	越喜来小学校	放課後児童クラブ駐車場	13:15
		さんりくの園	正面玄関前	13:45
		所通	市役所三陸支所駐車場	14:25
19日(水)	吉浜	甫嶺	甫嶺公民館駐車場	15:15
		大洞	大洞団地駐車場	10:00
		山口	市営住宅山口西アパート前	10:30
21日(金)	日頃市	東朋中学校	正面玄関前	13:05
		あかさきこども園	駐車場	13:40
		蛸ノ浦保育園	駐車場	14:20
26日(水)	末崎	長崎	貴舟神社付近	15:00
		大船渡地区公民館	大船渡地区公民館駐車場	14:00
		屋敷	及川清一さん宅付近空き地	14:25
27日(木)	赤崎	大船渡北小学校	正面玄関前	15:00
		大船渡地区公民館	大船渡地区公民館駐車場	14:00
		屋敷	及川清一さん宅付近空き地	14:25

日	地区	ステーション名	駐車場所	時間
14日(金)	大船渡南	下船渡	下船渡駅裏	13:50
		ケアホーム平	正面玄関前	14:20
		下平	下平公園	14:50
17日(月)	綾里	大船渡小学校	校舎北側駐車場	15:30
		港	港消防屯所前	13:40
		綾姫ホール	駐車場	14:10
19日(水)	吉浜	綾の里	正面玄関前	14:40
		綾里小学校	校舎西側駐車場	15:10
		吉浜荘	正面玄関前	11:00
21日(金)	日頃市	吉浜地区拠点センター	駐車場	11:30
		吉浜小学校	校舎西側駐車場付近	13:00
		吉浜こども園	駐車場	13:40
26日(水)	末崎	下通	本郷集会所前	14:10
		根白	根白消防センター前	14:45
		鷹生	鷹生公民館駐車場	12:30
27日(木)	赤崎	日頃市小学校	正面玄関前	13:00
		ひころいちの郷	正面玄関前	13:50
		関谷	旧J A日頃市支店前	14:20
17日(月)	綾里	長安寺	長安寺駐車場	15:00
		内田	長源寺駐車場	13:10
		ふるさとセンター	ふるさとセンター駐車場	13:40
26日(水)	末崎	つばきの丘	正面玄関前	14:10
		平	平団地駐車場	14:35
		碓石	碓石公民館駐車場	15:05
27日(木)	赤崎	末崎小学校	中庭	15:45
		大洞	大洞団地駐車場	10:00
		山口	市営住宅山口西アパート前	10:30

*全てのステーションで、どなたでも利用できます。
*大雨・大雪・暴風等の警報の発令および交通状況により、移動図書館車の巡回を中止する場合があります。予めご了承ください。
(巡回を中止した場合、貸出期間の返却期限を延長します。)



■趣味・実用書

- 一冊でつかむ江戸の町と暮らし (安藤 優一郎/監修)
- 観葉植物を枯らさないための本 (ヴェロニカ・ピアレス/著)
- 手間なしひとり鍋 (小林 まさみ/著)
- 猫うた千年の物語 (中村 健史/著)

■小説・エッセイ

- 五葉のまつり (今村 翔吾/著)
- 少女には向かない完全犯罪 (方丈 貴恵/著)
- 肉食主義者 (ハン・ガン/著)
- 皇后は闘うことにした (林 真理子/著)

■絵本・児童書

- はたらく製本所 (吉田 亮人/写真、矢萩 多聞/文)
 - 藤井聡太ものがたり (山本 省三/文、山田 花菜/絵)
 - 10歳からの「おいしい」科学 (齋藤 勝裕/著)
 - 森に帰らなかったカラス (ジーン・ウィリス/作)
- *ほかにもたくさんの図書を用意してお待ちしています。

『深海ロボット、南極へ行く』

後藤 慎平/著

マリアナ海溝をはじめ国内外の深海に、自作の水中探査機を潜らせてきた工学者である著者の元に、南極用探査機の開発依頼が舞い込みます。コスト・納期などの課題に直面しながらも探査機を作り上げると、自ら潜航させるべく観測隊の一員として、子どもの頃からの憧れだった南極へ赴きます。しかしそこは、焼けつくような紫外線や激しいブリザードに襲われる過酷な世界だったのです。



3月の高齢者交流サロン日程・認知症カフェ日程

区分	高齢者交流サロン		認知症カフェ		
	よってさろん	サン・リアよってさろん	大船渡地区認知症のひと家族の会つどいの会	おたすけカフェ	田ノ頭オレンジカフェ
期日	3月13日(木)	3月28日(金) *変更する場合があります。	3月13日(木)	3月21日(金) *変更する場合があります。	3月8日(土)
時間	午前10時~11時	午前10時30分~11時30分	午後1時30分~3時30分	午前10時~正午	午前10時~11時30分
場所	マイヤ大船渡店 マイヤテラス(ベーカリーコーナー横)	サン・リアショッピングセンター1階 いこいの広場	おおふなぼーと (大船渡町字茶屋前7-6)	おたすけ(末崎町字平林69-12)	居場所ハウス(末崎町字平林54-1)
内容	軽体操、クラフトワーク (大船渡市社会福祉協議会)		語り合い、勉強会、リフレッシュ交流会、相談など	生活相談全般、おしゃべり、介護予防、お出かけなど	語り合い、体操、懐メロ替え歌、相談など
参加料	無料	無料	100円	100円	200円
問い合わせ先	地域包括ケア推進室 (☎26-2943)		大船渡地区認知症のひと家族の会事務局 (☎27-8605)	おたすけ事務局 【末崎町在宅介護支援センター(☎090-7321-1106)】	居場所ハウス (☎47-4049)

3月の休日当番医

医科			
2日⑩	希望ヶ丘病院	高田町	53-1019
9日⑩	菊田外科・泌尿器科	大船渡町	26-4075
16日⑩	大津小児科ファミリークリニック	盛町	27-2673
20日⑩	ちば内科診療所	猪川町	22-8990
23日⑩	岩淵内科医院	大船渡町	26-5355
30日⑩	鳥羽医院	小友町	56-3515

歯科			
2日⑩	横沢歯科医院	住田町世田米	46-3050
9日⑩	細川歯科医院	大船渡町	27-4158
16日⑩	後藤歯科医院	末崎町	29-3888
20日⑩	たかた歯科医院	矢作町	55-5011
23日⑩	気仙歯科クリニック	米崎町	55-3238
30日⑩	後藤歯科医院	末崎町	29-3888

▶受付時間(変更になる場合があります)
医科=午前9時~午後5時 歯科=午前9時~正午

宝くじ助成金で集会施設を整備

宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源にコミュニティ助成事業を実施しています。崎浜公益会では宝くじの助成金を活用して、旧崎浜小学校跡地に地域の集会施設を整備しました。宝くじ助成金は、例年8~9月頃に応募を受け付けています。詳しくは問い合わせください。

▶問い合わせ先=市民協働課協働係(☎内線278)



新築した崎浜コミュニティ防災センター

令和7年4月から児童手当の支払日が変わります

児童手当法の改正に伴い、令和7年4月支給分の児童手当から、支払日を変更します。

▶支払日=偶数月の10日 ※10日が土・日・祝日の場合、直前の平日が支払日となります。

▶問い合わせ先
こども家庭センター子育て支援係(☎47-5200)



お祝い・お悔やみ

12月26日～1月25日届け出(敬称略)

〇お誕生おめでとう

(赤崎町) 井上 祥矢(雄輔) 石橋前
(猪川町) 佐藤 色(俊) 中井沢
(立根町) 佐藤 玲生(尋) 川原

〇ご結婚おめでとう

(猪川町) 船本輝♥上野佐姫子 中井沢
(立根町) 伊藤大翔♥次藤遥香 猫足

〇お悔やみ申し上げます

(盛町) 佐々木ノブ(98) 沢川
新沼 與巳(82) 東町
(大船渡町) 鈴木 節子(91) 笹崎
勝部利宇子(73) 砂子前
赤池 京子(86) 赤沢
阿部 良子(79) 地ノ森
佐藤 文男(74) 台
中田タマヲ(93) 宮ノ前
尾形栄一郎(89) 赤沢
佐藤 多一(91) 台
佐々木タツヨ(93) 上平
佐藤 初子(95) 上平
熊谷征一郎(85) 宮ノ前
大友 忠義(80) 野々田

(末崎町) 渡部 孝雄(72) 石浜
及川 和江(69) 作沢
志田 和江(66) 鶴巻
浅野安都子(69) 小細浦
清水 榮子(99) 大田
馬場 武雄(83) 上山
(赤崎町) 田村 圭助(94) 宮野
磯谷 美江(93) 外口
今野 君子(73) 中井
野々村勝治(88) 佐野
佐藤 巖(86) 中井
吉田サツ子(93) 大洞
(猪川町) 小島テル子(84) 長谷堂
千葉 晴郎(79) 富岡
佐々木 孝(74) 久名畑
鈴木ヨシミ(99) 中井沢
佐藤 則男(69) 富岡
吉田 愛子(94) 富岡
今野 チヤ(93) 前田
鈴木 吉司(77) 下権現堂
大山 輝(70) 長谷堂
(立根町) 新沼 正義(78) 田谷

菊池 節夫(81) 猫足
村上マキ子(82) 舞良
今野千代子(88) 小森
今野 榮貴(78) 小森
金 和子(93) 田谷
(日頃市町) 村上 勲男(89) 関谷
近江 洋子(77) 上小通
佐藤 恵子(89) 坂本沢
(三陸町綾里) 熊谷 雅(76) 田浜上
田中スミ子(109) 白浜
山内トキ子(88) 黒土田
熊谷 正幹(72) 白浜
小西 亨(88) 熊之入
中島トキハ(93) 石浜
(三陸町越喜来) 菊地 稲子(95) 肥の田
岡澤 浩彦(59) 小出
佐藤サキ子(88) 浪板
澤田長之進(96) 甫嶺
浦嶋 卯一(80) 甫嶺
(三陸町吉浜) 柿崎トヨミ(91) 上野
佐藤 一孝(90) 向野

3月 市民相談など

※「要事前予約」の相談は、事前に電話などで
予約が必要です
※相談料=無料 ※祝日は休みです



相談名	開催日	時間	相談員	相談場所	申込先
法律 (要事前予約)	3月12日(水)	10:00~15:00	岩手弁護士会	消費生活センター	市民環境課生活安全係 ☎内線102 ※相談は1回30分です。
税務 (要事前予約)	3月7日(金)	13:00~15:00	鈴木信男さん(税理士)	消費生活センター	
社会保険 (要事前予約)	3月10日(月)	13:00~15:00	崎山美智穂さん(社会保険労務士)	消費生活センター	
登記 (要事前予約)	3月18日(火)	13:00~15:00	長谷川浩司さん(司法書士) 志田有宏さん(土地家屋調査士)	消費生活センター	
行政 (要事前予約)	3月17日(月)	13:30~15:00	菅原圭一さん(行政相談委員)	消費生活センター	
人権	3月25日(火)	10:00~12:00	葛西修哉さん(人権擁護委員) 奥山幸子さん(人権擁護委員)	消費生活センター	
一般	平日	9:00~16:00	市民相談員	市民環境課生活安全係	市民環境課生活安全係 ☎内線102
消費生活	平日	8:30~17:15	消費生活相談員	消費生活センター	消費生活センター ☎内線134
消費者救済融資 (要事前予約)	3月13日(木)	13:00~17:00	消費者信用生活協同組合 釜石事務所相談員	消費生活センター	消費者信用生活協同組合 釜石事務所 ☎0193・23・2227
こども家庭・女性	平日	9:00~16:00	女性相談支援員、子ども 家庭支援員	こども家庭センター (サン・リア2階)	こども家庭センター 家庭福祉係 ☎47・5200
女性等就業相談 (予約優先)	平日	9:30~16:00	女性等就業相談員	市役所内	商工課労政係 ☎内線111
こころの健康相談 (要事前予約)	3月13日(木)	14:00~16:00	精神科医師	大船渡保健所	大船渡保健所保健課 ☎27・9922

◆人口のうごき◆
1月31日現在 ※()内は前月比
人口 31,991人(-68人)
男15,275人(-32人) 女16,716人(-36人)
世帯数 14,698世帯
(-24世帯)