



岩谷堂地区振興会だより

令和4年7月28日発行 第221号

岩谷堂地区振興会

(岩谷堂地区センター)

江刺大通り 1-61

電話・FAX 35-1201

iway-enc@pup.waiwai-net.ne.jp

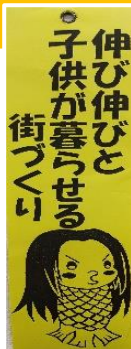
【防犯対策部】

防犯風鈴を設置しました

7月8日、バスターミナルと藤原の郷に協力をいただき、防犯標語の短冊をつけた風鈴を設置しました。

藤原の郷では、涼しげな音色が来場者を楽しませていました。(^^♪

犯罪のない、安心安全な、わが町岩谷堂を造りましょう。



【交通安全部】

7月22日(金) 7時～8時
夏の交通安全街頭指導を行いました。

R4年度 夏の交通事故防止県民運動

7月15日(金)～24日(日)までの10日間

「締めました！」乗る人みんなの合言葉



雨の中、3か所で行いました。

交通規制のお知らせ

- ・小名丸橋
- ・車両通行止め(歩行者通行可)
- ・8月3日(水)・4日(木) 内1日間
- ・8月8日(月)・9日(火) 内1日間
- ・午前9時～午後5時

- ・二本木用水路4号橋
(八日市馬場崎西下川原線・新幹線高架橋下)
- ・片側交互通行
- ・8月1日(月)～4日(木) 内2時間程度
- ・午前9時～午後4時

心配ごと相談所が開設されます

8月19日
岩谷堂地区
センターを
皮切りに。

問合せ先：奥州市社会福祉協議会 地域福祉課 〒023-0851 奥州市水沢南町 5-12

電話 (0197) 25-6188 FAX (0197) 25-6690

原則として、毎週火曜日、金曜日、午前10時～11時30分。市内各地区センターを2回ずつ巡回。秘密厳守、相談料無料、1日3組で1組30分、予約者優先。居住地以外でも可。

【体育振興部】

岩谷堂ウォーキング 5月のランキング発表！

岩谷堂ウォーキング、5月のランキング結果を発表します。予告していましたが、今回は平均速度のランキングを採用しています。

上位者のほか、5月は「一の位が5の順位」の方をラッキー賞としてご紹介します。入賞者にはささやかですが賞品をご用意しておりますので、お散歩がてら地区センターまでお立ち寄りください。

【上位入賞者】

- 1位 ギターラ さん (平均速度 4.61km/h)
- 1位 ミッチャン さん (平均速度 4.61km/h)
- 3位 シオシオ さん (平均速度 4.59km/h)

【ラッキー賞】

- 15位 toshi さん / 25位 いわぼんさん
- 35位 IRIS さん / 45位 オキクさん
- 65位 ひろちゃんさん
- 75位 キャラメルドーナツさん
- 85位 じいちゃんさん
- 95位 カンノマサカツさん
- ※5位、55位は順位の重複により該当者なしとなっています。

健康増進の効果が期待される「速歩」は、概ね時速4.5km以上での歩行を指すようです(諸説あります)。上位に入った方々の平均速度を見ると、皆さん「速歩」で歩行されていることがわかります。しかし、体力や年齢などにより速い、遅いと感じる速度は個人差が大きいので「普段歩いているよりも速く」歩けば速歩であると捉え、いつもより少しだけ速く歩くことを心がけると良いそうです。(参考：花王ホコタッチポータルサイト「運動★ザッツ学」)

とはいえ連日の猛暑(ˆ_ˆA 涼しい早朝や夕方に歩く、水分補給をするなど熱中症対策をしながら、無理のない運動を心がけましょう。

来月(6月分)は「平均総消費カロリー」でランキングを出します。ラッキー賞はもちろん「一の位が6の順位の人」ですよね・・・

7月10日(日)に開催を予定していた「早起きゴミ拾いウォーキング」は、新型コロナウイルスの感染急拡大により、急遽【中止】とさせていただきます。お集まりいただいた皆様には大変申し訳ございませんでした。今後も感染状況をみながら、歩く会等の開催を検討してまいります。

奥州市空き家改修工事補助金交付事業

中古住宅としての市場流通及び地域の活動拠点等としての利用促進を図るため、市内の空き家の改修工事を行う方に対し、予算の範囲内においてその改修費の一部(最大20万円)を補助する事業です。詳細は下記までお問い合わせください。

- ・奥州市市民環境部生活環境課 空家対策室
- ・担当 菅原淳一、小原伸一
- ・電話：34-2344 (ダイヤルイン)
24-2111 (内線1256)
- ・E-mail: akiyataisaku@city.oshu.iwate.jp



<2022 テレパル 50>

50音別電話帳江刺地区版を300部いただきました。各戸配布はしていません。差し上げますので、地区センター窓口でお声をかけてください。

よろしくお願ひします。 岩谷堂地区振興会事務局長 (地区センター長兼務)

7月1日に着任いたしました家子剛(いえこつよし)と申します。住まいは大通りです。

地区の皆様のご支援をいただきながら一緒に活動を進めていきたいと思っております。

岩谷堂の住みよいまちづくりに向け、一層のご理解とご協力をお願いいたします。

お世話になりました。

岩谷堂地区振興会事務局長兼センター長
橋本正栄(令和4年6月30日退任)