

おうしゅうし たげん ごじょうほうし  
奥州市 多言語情報紙  
ねん がつ  
2026年 1月

やす ひ よる びょういん がつ  
休みの日・夜の病院(1月)



はっこう  
【発行】  
おうしゅうし こうりゅうか たぶん かきょうせいしんしつ  
奥州市ふるさと交流課ILC・多文化共生推進室  
おうしゅうしこくさいこうりゅうきょうかい  
奥州市国際交流協会

やす ひ びょういん 休みの日の病院	ごぜん 午前 8:30 ~ ごご 午後 0:00 、午後 1:30 ~ ごご 午後 4:00		
いつ?	びょういん 病院	☎	じゅうしょ 住所
にちようび しゅくじつ やす ひ 日曜日・祝日・休みの日	おうしゅうかねがさききゅうじつしんりょうじょ 奥州金ヶ崎休日診療所	0197-25-3935	みずさわあざ た が 水沢字多賀21-1
いつ?	せんせい なまえ 先生の名前	びょういん なまえ 病院の名前	
11日	おおとしせんせい 大歳先生	おおとししょうかきかせいけいげ か おおとし消化器科整形外科	
12日	おの でらせんせい 小野寺先生	しもこうべいちようか 下河辺胃腸科クリニック	
18日	かじかわせんせい 梶川先生	かじかわクリニック	
25日	おみ せんせい 小見先生	おみレディースクリニック	

よる びょういん 夜の病院	ごご 午後 6:30 ~ ごご 午後 9:00		
いつ?	びょういん 病院	☎	じゅうしょ 住所
ねんじゅうむきゅう まいにち 年中無休(毎日)	おうしゅうかねがさききゅうじつしんりょうじょ 奥州金ヶ崎夜間診療所	0197-25-3935	みずさわあざ た が 水沢字多賀21-1

こども救急相談電話	ごご 午後 7:00 ~ つぎ ひ ごぜん 8:00 15さい未満(14さいまで)の救急相談ができます。		
ねんじゅうむきゅう まいにち 年中無休(毎日)	019-605-9000 または #8000		

にちようび はいししゃ 日曜日の歯医者	ごぜん 午前 9:00 ~ ごご 午後 0:00		
11日	たかさきし か たかさき歯科	0197-47-4182	まえさわあざたけざわ 前沢字竹沢
18日	ゆいし か ゆい歯科	0197-25-7422	みずさわふくらまち 水沢袋町
25日	フォレストし か フォレスト歯科クリニック	0197-34-3536	みずさわはなぞのちよう 水沢花園町

にちようび せいこついん 日曜日の整骨院	ごぜん 午前 9:00 ~ ごご 午後 3:00		
11日	ほしせいこついん 星整骨院	0197-25-3742	みずさわふくよしちよう 水沢福吉町
18日	たかはしせいこついん たかはし整骨院	0197-23-8158	みずさわしんじようあざきたしお から 水沢真城字北塩加羅
25日	こむらせいこついん 古村整骨院	0197-24-4542	みずさわあざさんぼんぎ 水沢字三本木

ぜいきん し  
税金のお知らせ (ID 538)

こくみんけんこうほけんぜい き  
国民健康保険税(7期)は、2026年2月2日(月曜日)までに 払って ください。

はら わす  
払うのを 忘れないように、こうざふりかえ こうざ きめて しはらうを つか  
口座振替(口座を 決めて 支払う)を 使って ください。

■問い合わせ： 市役所(水沢) 納税課 (☎ 0197-34-2227)

## 相談 (1月)

### ① 行政相談

どこ？	いつ？	なんじ？
市役所(水沢) 市民課総合相談室	このか きんようび 9日(金曜日)	午後 1:00 ~ 午後 3:00
	にち きんようび 23日(金曜日)	
市役所(江刺総合支所) 市民生活グループ	じゅうよっか すいようび 14日(水曜日)	
市役所(前沢総合支所) 市民福祉グループ	ようか もくようび 8日(木曜日)	ごぜん 9:00 ~ 午後 0:00
市役所(胆沢総合支所) 市民生活グループ	にち かようび 27日(火曜日)	午後 1:30 ~ 午後 3:00

### ② 人権相談

市役所(水沢) 市民課総合相談室	ようか もくようび 8日(木曜日)	午後 1:30 ~ 午後 3:30
	にち もくようび 15日(木曜日)	
市役所(江刺総合支所) 市民生活グループ	はつか かようび 20日(火曜日)	

### ③ 消費生活相談

市役所(水沢) 市民課総合相談室	げつようび ~ きんようび (月曜日) ~ (金曜日)	ごぜん 9:00 ~ 午後 5:00 (受付は 午後4:00 まで)
各総合支所(江刺、前沢、胆沢、衣川) 「オンライン相談窓口」 ※相談したい とき、市民担当に 言って ください	げつようび ~ きんようび (月曜日) ~ (金曜日)	ごぜん 9:00 ~ 午後 4:00

### ④ 無料法律相談 **行く前に 予約をして ください**

市役所(水沢) 市民課総合相談室	じゅうよっか すいようび 14日(水曜日) , 27日(火曜日)	ごぜん 午前10:00 ~ 午後 4:00
------------------	-------------------------------------	-----------------------

※ 予約状況により 来月以降の相談日に 変更する場合があります。

### ⑤ 多重債務者弁護士無料相談 **行く前に 予約をして ください**

市役所(水沢) 市民課総合相談室	なのか すいようび 7日(水曜日)	ごぜん 午前10:00 ~ 午後 3:00
	はつか かようび 20日(火曜日)	

### ⑥ 暮らしとお金の安心相談 **行く前に 予約をして ください**

市役所(水沢) 市民課総合相談室	にち すいようび 21日(水曜日)	午後 1:00 ~ 午後 4:00
市役所(江刺総合支所) 市民生活グループ	なのか すいようび 7日(水曜日)	

### ⑦ 年金相談 **行く前に 予約をして ください**

市役所(水沢) 講堂	ようか もくようび 8日(木曜日)	ごぜん 午前10:00 ~ 午後 3:30
------------	----------------------	-----------------------

### ■問い合わせ・予約が できる ところ

①～⑥ 市役所(水沢) 市民課総合相談室 (☎ 0197-34-2915) ⑦ 一関年金事務所 (☎ 0191-23-4246)

おうしゅううちゅうゆうがくかん

## 奥州宇宙遊学館の イベント



● “ミニくす玉” を 作って “かがくカルタ” で 遊ぼう！

■いつ？ 2026年1月10日(土曜日)

■何時？ 午前11時から 午前12時まで

■いくら？ 100円(材料に 使ったお金) ※奥州宇宙遊学館に 入るための お金は 必要です。

● 星空観望会

■いつ？ 2026年1月10日(土曜日)

■何時？ 午後7時から 午後8時半まで

■なに？ ① お話「2026年の 天文現象」 ② 星空観望会

■いくら？ ￥0(お金は かかりません)

■どこ？ 問い合わせ： 奥州宇宙遊学館 (☎ 0197-24-2020)

## どんと祭 の開催

お正月の 飾りを 焼きます。2026年の1年間、元気でありますように 神様に お願いを します。

■いつ？ 1月11日(日曜日) 朝早くから 午前10時半まで

※飾りは 午前10時半までに 持って きて ください。

■どこ？ 江刺大通り公園

■なに？ 神事(お正月の 飾りなどを 燃やす 火祭り行事) 午前9時半から

■その他(持って きては いけないもの)： プラスチック・ビニール 袋 など

■問い合わせ： 奥州商工会議所江刺支所 (☎ 0197-35-2514)

## お知らせ

くにみだいら

## 国見平スキー場が オープン

くにみだいら

国見平スキー場は、冬のスポーツシーズンを 迎えました。ぜひ 来て ください。



■どんな ところ？

① 色々な コースが あります。

② 全部で 11 コースが あります。

③ 初めて スキーを する 人から 上手に 滑れる 人まで 楽しむことが できます。

■いつまで？ 2026年3月22日(日曜日) まで

■問い合わせ： 国見平スキー場 (☎ 0197-52-6611)、市役所(水沢) 観光施設対策室 (☎ 0197-34-2064)

いりようつうやくしゃ ようせいけんしゅうかい  
**医療通訳者 養成研修会**

■なに？ 外国人住民が 母国語で 医療サービスを 受けられるよう 手伝いませんか。

■いつ？ 2026年2月28日(土曜日)、3月1日(日曜日)

■どこ？ 水沢地域交流館アスパ

■言語？ 英語、中国語、ベトナム語

■だれ？ 医療通訳に 興味が ある人

■いくら？ ￥0(お金は かかりません) ※テキストを 買うお金は 必要です

■申込み？ 2026年2月20日(金曜日) までに

■申込み・問い合わせ： 奥州市国際交流協会 (☎ 0197-22-6111)

こうつう まも あんぜんうんてん  
**交通ルールを守って 安全運転を しましょう (ID 2488)**

「自転車安全利用五則 (安全に 自転車に乗るため 注意する 5つのこと)」

▶ 車道の左側を 使って ください。

(自転車が 車道を 走るときは、自動車と 同じ 左側を 走って ください。)

歩道は 歩行者を 優先しなければ なりません。

(歩行者が いるときには、一時停止(止まる)して 道を 譲らなければ なりません。)

▶ 交差点では よく 信号を 見ましょう。

一時停止(止まる)を 守って 安全に 運転しましょう。

▶ 夜は ライトを つけましょう。

▶ お酒を 飲んだ後 運転しては いけません。

▶ 頭を 守るために ヘルメットを かぶりましょう。

もっと 知りたいなら 奥州市の ホームページを 見て ください。

■問い合わせ： 市役所(水沢)生活環境課 (☎ 0197-34-2342)

はっこう  
【発行】

おうしゅうし こうりゅうか たぶん かきょうせいすいしんしつ  
奥州市ふるさと交流課ILC・多文化共生推進室  
おうしゅうしこくさいこうりゅうきょうかい  
奥州市国際交流協会

