

# 奥州市多言語情報紙

(やさしい日本語)  
にほんご  
ねん がつ

## 2021年 1月



にちよう しゅくじつ びやういん がつ  
日曜・祝日の病院 (1月)

お知らせ

みずさわ 水沢			
ひにち	びやういん 病院	☎0197-	じゅうしょ 住所
にちようび しゅくじつ 日曜日・祝日 ごぜん 午前8:30~午後4:00 よる まいにち (夜は毎日 午後6:30~9:00)	おうしゅうかねがさき 奥州金ヶ崎 きゅうじつしんりょうじよ 休日診療所	25-3935	たが 多賀21-1

### マイナンバーカードについて

まだ マイナンバーカードがない人は 2021年1月~3月、手紙が 来ます。読んで、マイナンバーカードの申し込みを してください。

☎(問い合わせ)

- ・マイナンバー総合フリーダイヤル (0120-95-0178)
- ・市役所(水沢) 市民課  
マイナンバーカード推進室 (0197-34-2223)

えさし ごぜん 江刺 (午前)			
ひにち	びやういん 病院	☎0197-	じゅうしょ 住所
ついたち 1日	さんふじんか 産婦人科 いなおいん 医院	34-3033	いわやどうあざこさかい 岩屋堂字小境11
ふつか 2日	げか ないか 外科学科 ひらた クリニック	31-1331	おだき かんのだんどうおき 愛宕 観音堂沖401-6
みっか 3日	たにぐちじ びいんこうかい 耳鼻咽喉科 谷口 医院	35-2927	おおどお 大通り 5-22
とおか 10日	たまざわ 玉澤 りはびり 整形外科	35-8801	いわたにどう にほんぎ 岩谷堂 二本木71-1
にち 11日	いとうないかい 伊藤内科 医院	35-4006	かわらまち 川原町3-12
にち 17日	いとうファミリー クリニック	35-0035	にしおおどお 西大通り 11-14
にち 24日	おいかわせいけい 及川 整形外科クリニック	35-2917	ようかまち 八日町 1-1-32
にち 31日	かしわぎ 柏木 医院	35-2433	むいかまち 六日町5-7

おうしゅうし かねがさきちやう  
奥州市・金ヶ崎町に  
しんがた  
新型コロナウイルスが  
たくさん  
あるときは、

おうしゅうかねがさききゅうじつ やかんしんりょうじよ  
奥州金ヶ崎休日・夜間診療所  
にち び しゅくじつ よる びやういん  
(日曜日・祝日・夜の病院)、  
えさし にち び びやういん  
江刺の日よう日の病院、  
にち び はいしゃ  
日よう日の歯医者  
は  
やす  
休みになるかもしれません。  
でんわ  
電話で きて ください。

はいしゃ ごぜん 歯医者 (午前9:00~12:00)			
ついたち 1日	あらかだ 歯科 クリニック	47-3323	みずさわ なかまち 水沢 中町23-93
	さきさき 歯科 医院	31-1313	えさし にしおおどお 江刺 西大通り 9-14
ふつか 2日	あべ 歯科 クリニック	44-3918	かねがさきちやう にしねあまき 金ヶ崎町 西根荒巻25-1
みっか 3日	ひたかし 歯科 医院	22-5330	みずさわ きゅうでん 水沢 久田 22-15
とおか 10日	おてまち 歯科 医院	51-8820	みずさわ おてまち 水沢 大手町5-1
にち 17日	じゅん 歯科 クリニック	51-2118	みずさわ さくらやしきに 水沢 桜屋敷西 202-1
にち 24日	はたけやま 歯科 医院	35-8811	えさし とよたちやう 江刺 豊田町3-1-26
にち 31日	きたおおどお 歯科 医院	51-9293	みずさわ きたうしざわ 水沢 北丑沢27-2

☎(問い合わせ)

- ・奥州金ヶ崎休日・夜間診療所 (0197-25-3935)
- ・奥州金ヶ崎行政事務組合 (0197-24-5821)
- ・市役所 地域医療介護推進室 (0197-34-2908)
- ・奥州市歯科医師会 事務局 (0197-24-0810)

せいこついん ごぜん 整骨院 (午前9:00~12:00)			
みっか 3日	おおまち 整骨 院	47-4110	みずさわ おおまち 水沢 大町75-2
とおか 10日	ほしせい 整骨 院	25-3742	みずさわ ふくよしちやう 水沢 福吉町 6-12
にち 17日	あべせい 整骨 院	35-1036	えさし むいかまち 江刺 六日町7-17
にち 24日	こむらせい 整骨 院	24-4542	みずさわ さんぼんぎ 水沢 三本木4-9
にち 31日	いとうせい 整骨 院	22-3851	みずさわ みなみおおかね 水沢 南大鐘 1-1-8

★こども救急相談電話(019-605-9000)毎日(年中無休)午後7:00~11:00

【発行】 奥州市ILC推進室・奥州市地域づくり推進課・奥州市国際交流協会

## 税金

国民健康保険税(7期)は2月1日(月)までに払ってください。  
口座振替の通知書は1月はじめに送ります。

☎(問合せ) 市役所(水沢)納税課 収納係 (0197-34-2227)

## 相談 (1月)

〈法律相談〉 結婚、離婚などの相談ができます。在留資格(ビザ)の相談はできません。  
予約をしてください。

いつ? 1月13日(水)・26日(火) 午前10:00~午後4:00

どこ? ☎(問合せ・予約) 市役所(水沢)市民課 総合相談室 (0197-34-2915)

〈年金相談〉 年金について相談できます。前の日までに予約をしてください。

いつ? 1月7日(木) 午前10:00~午後3:00

どこ? 市役所(水沢)

☎(問合せ・予約) 一関年金事務所 (0191-23-4246)

〈行政相談〉 行政相談委員に相談できます。

〈人権相談〉 人権擁護委員に相談できます。

〈消費生活相談〉 もの・サービスを買ったときの問題、契約の問題について相談できます。

☎(問合せ・予約) 市役所(水沢)市民課 総合相談室 (0197-34-2915)

どこ?	行政相談		人権相談		消費生活相談	
市役所(水沢) 市民課 総合相談室	8日(金) 22日(金)	午後1:00 ~3:00	7日(木) 21日(木)	午後1:30 ~3:30	月曜日~ 金曜日	午前9:00~ 午後5:00 受付は午後4:00 までです。
市役所(江刺) 市民生活グループ	13日(水)	午前9:30 ~11:30	19日(火)	午後1:30 ~3:30	毎週 月曜日	午前10:00~ 午後3:00  前の日までに 予約してください
市役所(前沢) 市民福祉グループ	14日(木)	午前9:00 ~12:00			毎週 火曜日	
市役所(胆沢) 市民生活グループ	26日(火)	午後1:30 ~3:00			毎週 木曜日	
衣川 保健福祉センター					毎週 金曜日	

1月 星空観望会(星を見る会)

- いつ? 1月9日(土) 午後7:00~8:30  
どこ? 奥州宇宙遊学館 セミナー室  
何人? 30人(予約を してください)  
いくら? ¥0(お金は かかりません)  
なに? ①お話「2021年の 天体現象」  
②星を見る会  
「すばるの 数を かぞえてみよう」

☎(問合せ・申し込み)

奥州宇宙遊学館(0197-24-2020)

どんと祭

お正月の飾りを 焼きます。  
1年間、元気でいられるように、  
神様にお願いをします。

- いつ? 1月10日(日) 朝早く~午前10:30  
どこ? 大通り公園(江刺)

- ・お正月の飾りは午前10:30までに  
持ってきてください。  
(ビニール、プラスチックは だめです。)
- ・今年は 餅まきは ありません。
- ・マスクを してください。
- ・少ない 人数で 来てください。

☎(問合せ) 奥州商工会議所江刺支所  
(0197-35-2514)

いま しんがた  
今、新型 コロナウィルス がありますから、  
イベントが なくなったり、日にち・内容が  
変わったり するかもしれません。  
奥州市の ホームページ、イベントを する  
場所の ホームページ など を 見てください。

ねんまつねんし がつ お がつ はじ し  
**年末年始(12月の終わり～1月の始め)のお知らせ**

	みずさわ 水沢コミュニティバス (Zバス) いわてけんこうつう 岩手県交通 いさわえいぎょうしょ 胆沢営業所 (0197-35-2185)	しえい 市営バス (江刺) いわてけんこうつう 岩手県交通 いさわえいぎょうしょ 胆沢営業所 (0197-35-2185)	まえさわ 前沢バス (ハートバス) しゃかいふくしきょう 社会福祉協 ぎかい まえざわししよ 議会 前沢支所 (0197-56-2148)	ころもがわ 衣川コミュニティバス ころもがわ 衣川タクシー (0197-52-3011)
がつ にち げつようび 12月28日(月)	いつも通りの時間		いつも通りの時間	いつも通りの時間
にち かようび 29日(火)				
にち すいようび 30日(水)	やす お休み	にちようび しゅくじつ 日曜日・祝日の 時間	やす お休み	やす お休み
にち もくようび 31日(木)				
がつついたち しゅくじつ 1月1日(祝日)				
ふつか どようび 2日(土)		やす お休み		
みつか にちようび 3日(日)				
よつか げつようび 4日(月)	いつも通りの時間			
いつか かようび 5日(火)				

**ごみ・リサイクル・トイレの汲み取り**



しやくしよ せいかつかんきょうか せいかつせいせいがかり  
 市役所 生活環境課 生活衛生係 (0197-34-2341)

**【ごみ】**

- ◆水沢  
12月30日(水)～1月3日(日)は  
ごみを 集めません。  
1月4日(月)から 集めます。
- ◆江刺・前沢・胆沢・衣川  
収集カレンダーの とおりです。

**【リサイクル】**

- ◆水沢  
日曜リサイクル：1月3日(日)は ありません。  
1月10日(日)から あります。
- 平日リサイクル：1月1日(祝日)は ありません。  
1月4日(月)から あります。
- ◆江刺・前沢・胆沢・衣川  
収集カレンダーの とおりです。

**【トイレの汲み取り】**

- ◆水沢・江刺・胆沢・衣川  
12月30日(水)～1月3日(日)は  
集めません。
- ◆前沢  
12月30日(水)～1月4日(月)は  
集めません。
- ★12月の終わりにから 1月の始めは  
トイレの汲み取りが とても 混みます。  
いつもより 早く 申し込んでください。

**【胆江地区衛生センター】**

12月は、30日(水)まで ごみを持っていくことが  
できます。  
1月は、4日(月)から ごみを持っていくことが  
できます。

時間 午前8:45～午後4:45

※お金が かかります。

(問合せ) 胆江地区衛生センター(0197-24-5821)

# 新型<sup>しんがた</sup>コロナウイルスについて

今、岩手県に新型<sup>しんがた</sup>コロナウイルスがあります。自分や大切な人を守るために気をつけましょう。

①新型<sup>しんがた</sup>コロナウイルスにかかった人が多い<sup>ひと</sup> 所<sup>ところ</sup>に行くとき、よく考<sup>かんが</sup>えましょう。気をつけましょう。

②新型<sup>しんがた</sup>コロナウイルスにかからないために。

特に、年をとった人、前から病<sup>びょう</sup>気がある人と、その家<sup>か</sup>族は気をつけましょう。

- ・いつもマスクをしましょう。 ・手を洗<sup>あ</sup>いましょう。
- ・咳<sup>せき</sup>をするとき、ハンカチ、服<sup>ふく</sup>などで口<sup>くち</sup>をかきましょう。
- ・部屋<sup>へや</sup>の空<sup>くう</sup>気を交<sup>こう</sup>換<sup>かん</sup>をしましょう。 ・部屋<sup>へや</sup>の湿<sup>しつ</sup>度に気をつけましょう。
- ・毎日<sup>まいにち</sup>体<sup>たい</sup>温<sup>おん</sup>をはかりましょう。
- ・体<sup>からだ</sup>の調<sup>ちょう</sup>子<sup>し</sup>に気をつけましょう。
- ・話<sup>はな</sup>すとき、隣<sup>となり</sup>の人<sup>ひと</sup>とはなれましょう。
- ・3つの「密」に気をつけましょう。
- ・たくさんの人<sup>ひと</sup>が集<sup>あつ</sup>まらないようにしましょう。
- ・具<sup>ぐ</sup>合<sup>あい</sup>が悪<sup>わる</sup>いとき、病<sup>びょう</sup>院<sup>いん</sup>に電<sup>でん</sup>話<sup>わ</sup>しましょう。

## 3つの「密」

- ①密閉<sup>みつぺい</sup>空間<sup>くわん</sup> = 空<sup>くう</sup>気<sup>き</sup>の交<sup>こう</sup>換<sup>かん</sup>がで<sup>き</sup>き<sup>な</sup>い場<sup>ば</sup>所<sup>しょ</sup>。
- ②密集<sup>みつしゅう</sup>場<sup>ば</sup>所<sup>しょ</sup> = 人<sup>ひと</sup>がた<sup>た</sup>く<sup>く</sup>さ<sup>さ</sup>ん<sup>ん</sup>い<sup>い</sup>る場<sup>ば</sup>所<sup>しょ</sup>。
- ③密接<sup>みつせつ</sup>場<sup>ば</sup>所<sup>しょ</sup> = 隣<sup>となり</sup>の人<sup>ひと</sup>の近<sup>ちか</sup>く<sup>く</sup>で話<sup>はな</sup>したり、  
声<sup>こえ</sup>を出<sup>だ</sup>したりする場<sup>ば</sup>所<sup>しょ</sup>。

③年<sup>ねん</sup>末<sup>まつ</sup>年<sup>ねん</sup>始<sup>し</sup>(12月<sup>がつ</sup>の終<sup>お</sup>わりから1月<sup>がつ</sup>の始<sup>は</sup>めまで)、気をつけましょう。

- ・「密」にならないようにしましょう。
- ・旅<sup>りょ</sup>行<sup>こう</sup>、初<sup>はつ</sup>詣<sup>もうで</sup>など、人<sup>ひと</sup>が少<sup>すく</sup>ない日<sup>ひ</sup>に行<sup>い</sup>きましょう。

④病<sup>びょう</sup>院<sup>いん</sup>などで働<sup>はたら</sup>いているみなさんに「ありがとう」の気<sup>き</sup>持<sup>も</sup>ちを持<sup>も</sup>ちましょう。

コ<sup>こ</sup>ロ<sup>ろ</sup>ナ<sup>な</sup>ウ<sup>う</sup>イ<sup>い</sup>ル<sup>る</sup>スに<sup>に</sup>か<sup>か</sup>か<sup>か</sup>っ<sup>つ</sup>た<sup>た</sup>人<sup>ひと</sup>、そ<sup>そ</sup>の<sup>の</sup>家<sup>か</sup>族<sup>ぞく</sup>、会<sup>かい</sup>社<sup>しゃ</sup>な<sup>な</sup>の<sup>の</sup>悪<sup>わる</sup>口<sup>ぐち</sup>を<sup>を</sup>い<sup>い</sup>わ<sup>わ</sup>な<sup>な</sup>い<sup>い</sup>で<sup>で</sup>く<sup>く</sup>だ<sup>だ</sup>さ<sup>さ</sup>い。

## ■具<sup>ぐ</sup>合<sup>あい</sup>が<sup>が</sup>悪<sup>わる</sup>い<sup>い</sup>とき・相<sup>そう</sup>談<sup>だん</sup>し<sup>し</sup>たい<sup>い</sup>とき

- ・息<sup>いき</sup>が苦<sup>くる</sup>しい、と<sup>と</sup>て<sup>て</sup>も<sup>も</sup>だ<sup>だ</sup>る<sup>る</sup>い、熱<sup>ねつ</sup>がと<sup>と</sup>て<sup>て</sup>も<sup>も</sup>高<sup>たか</sup>い。
- ・年をとった人、前から病<sup>びょう</sup>気がある人で、熱<sup>ねつ</sup>が高<sup>たか</sup>い人、せきが出る人。  
(かぜのような症<sup>しょう</sup>状<sup>じょう</sup>がある人)
- ・熱<sup>ねつ</sup>がある、せきが出る。これが4日<sup>よっか</sup>続<sup>つづ</sup>いている。

①か②に電<sup>でん</sup>話<sup>わ</sup>で<sup>で</sup>相<sup>そう</sup>談<sup>だん</sup>して<sup>して</sup>く<sup>く</sup>だ<sup>だ</sup>さ<sup>さ</sup>い。

①かかりつけ医<sup>い</sup>(いつも行<sup>い</sup>っている病<sup>びょう</sup>院<sup>いん</sup>)に電<sup>でん</sup>話<sup>わ</sup>して<sup>して</sup>く<sup>く</sup>だ<sup>だ</sup>さ<sup>さ</sup>い。

②かかりつけ医<sup>い</sup>がないとき、ど<sup>ど</sup>の<sup>の</sup>病<sup>びょう</sup>院<sup>いん</sup>に行<sup>い</sup>けばいいかわからないときは、  
受<sup>じゅ</sup>診<sup>しん</sup>・相<sup>そう</sup>談<sup>だん</sup>セ<sup>せん</sup>タ<sup>たん</sup>ーに電<sup>でん</sup>話<sup>わ</sup>して<sup>して</sup>く<sup>く</sup>だ<sup>だ</sup>さ<sup>さ</sup>い。

(毎日<sup>まいにち</sup>・24時<sup>じ</sup>間<sup>かん</sup> ☎ 019-651-3175)

【妊<sup>にん</sup>娠<sup>しん</sup>している人<sup>ひと</sup>】念<sup>ねん</sup>のため、早<sup>はや</sup>く相<sup>そう</sup>談<sup>だん</sup>して<sup>して</sup>く<sup>く</sup>だ<sup>だ</sup>さ<sup>さ</sup>い。

【子<sup>こ</sup>ども】いつも行<sup>い</sup>っている病<sup>びょう</sup>院<sup>いん</sup>(小<sup>しょう</sup>児<sup>い</sup>科<sup>か</sup>)か、受<sup>じゅ</sup>診<sup>しん</sup>・相<sup>そう</sup>談<sup>だん</sup>セ<sup>せん</sup>タ<sup>たん</sup>ーに電<sup>でん</sup>話<sup>わ</sup>して<sup>して</sup>く<sup>く</sup>だ<sup>だ</sup>さ<sup>さ</sup>い。

## ■相<sup>そう</sup>談<sup>だん</sup>し<sup>し</sup>たい<sup>い</sup>とき(具<sup>ぐ</sup>合<sup>あい</sup>が<sup>が</sup>悪<sup>わる</sup>くない<sup>い</sup>とき)

☎ 019-629-6085 FAX 019-626-0837 毎日<sup>まいにち</sup>・午<sup>ご</sup>前<sup>ぜん</sup>9:00~午<sup>ご</sup>後<sup>ご</sup>9:00

## ■外<sup>がい</sup>国<sup>こく</sup>人<sup>じん</sup>の<sup>の</sup>相<sup>そう</sup>談<sup>だん</sup>

いわて外<sup>がい</sup>国<sup>こく</sup>人<sup>じん</sup>県<sup>けん</sup>民<sup>みん</sup>相<sup>そう</sup>談<sup>だん</sup>・支<sup>し</sup>援<sup>えん</sup>セ<sup>せん</sup>タ<sup>たん</sup>ー(岩<sup>いわ</sup>手<sup>て</sup>県<sup>けん</sup>国<sup>こく</sup>際<sup>さい</sup>交<sup>こう</sup>流<sup>りゅう</sup>協<sup>きょう</sup>会<sup>かい</sup>)

☎ 019-654-8900 毎日<sup>まいにち</sup>・午<sup>ご</sup>前<sup>ぜん</sup>9:00~午<sup>ご</sup>後<sup>ご</sup>8:00 ✉ iwate-support-center@iwate-ia.or.jp