

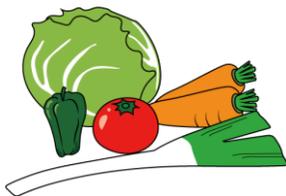
れいぞうこ おんど  
冷蔵庫の温度



れいぞうしつ 冷蔵室 3°C~6°C  
しつ チルド室 0°C~2°C



れいどうしつ 冷凍室  
-20°C~-18°C



やさいしつ 野菜室  
7°C

てんき  
天気

1月8日(水)

時刻	0時	6時	12時	18時
天気				
天気	ゆき 雪	ゆき 雪	みぞれ	曇り時々 雪
気温 °C	-0.2	-1.3	-0.4	1.4
湿度 %	67	100	100	100
降水量 mm	1.0	1.5	2.5	0.5

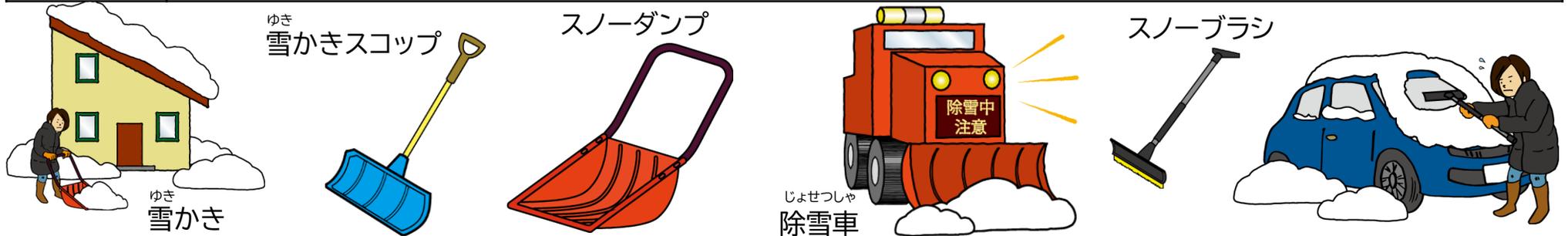
2月7日(金)

時刻	0時	6時	12時	18時
天気				
天気	は 晴れ	は 晴れ	は 晴れ	は 晴れ
気温 °C	-7	-9.5	-1.5	-0.2
湿度 %	83	88	85	82
降水量 mm	0	0	0	0

もりおか へいきん きおん ゆき  
**盛岡の平均気温と雪**

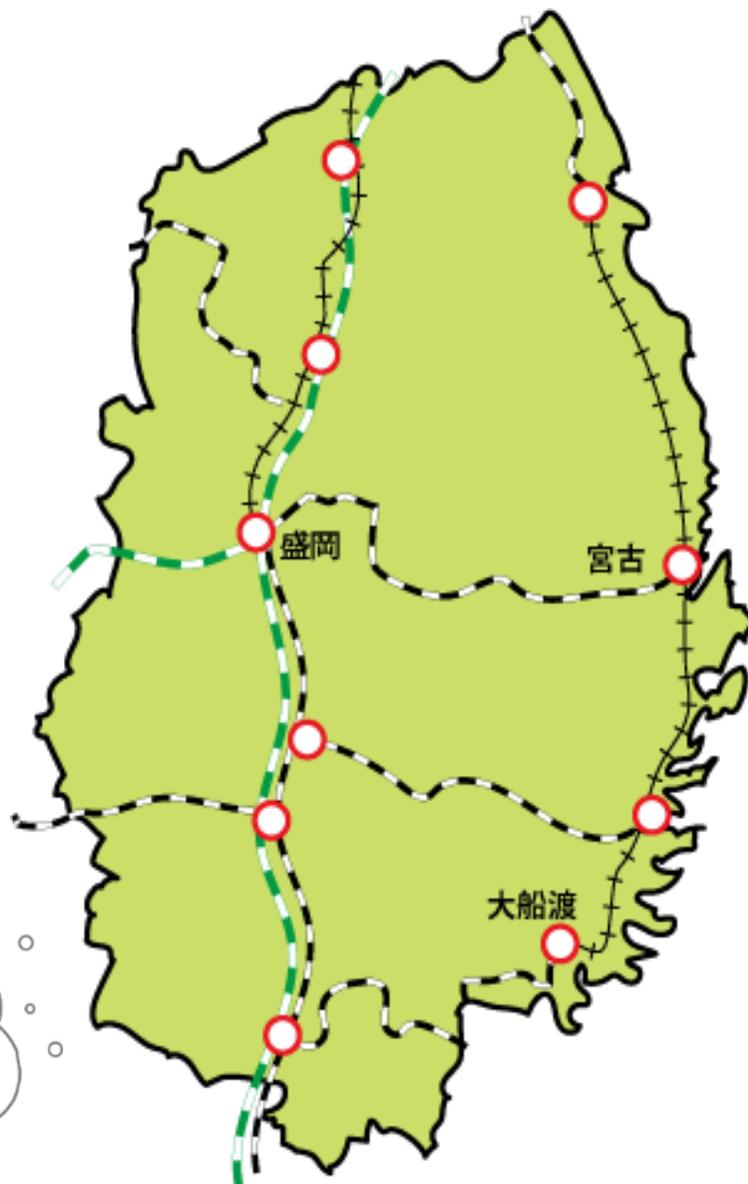
しりょう きしやうちやう がつ がつ  
 資料:気象庁 2017/11月~2018/3月

	11月じゅういちがつ	12月じゅうにがつ	1月いちがつ	2月にがつ	3月さんがつ
へいきん きおん 平均気温	さいてい 最低 2.1℃ さいこう 最高 10.3℃	-3.3℃ 2.9℃	-5.5℃ 1.8℃	-6.9℃ 1.4℃	-1.3℃ 9.8℃
ゆき 雪	8cm	19cm	15cm	47cm	35cm
きせつ 季節	あき → ふゆ → はる →				



## 盛岡

天気	→
最低気温	℃
最高気温	℃



## 宮古

天気	&
最低気温	℃
最高気温	℃

## 大船渡

天気	&
最低気温	℃
最高気温	℃

ふくそう  
服装

ダウンコート  
マフラー

コート  
ながぐつ

パーカー  
スニーカー

セーター  
ブーツ

ぼうし  
スノートレシューズ

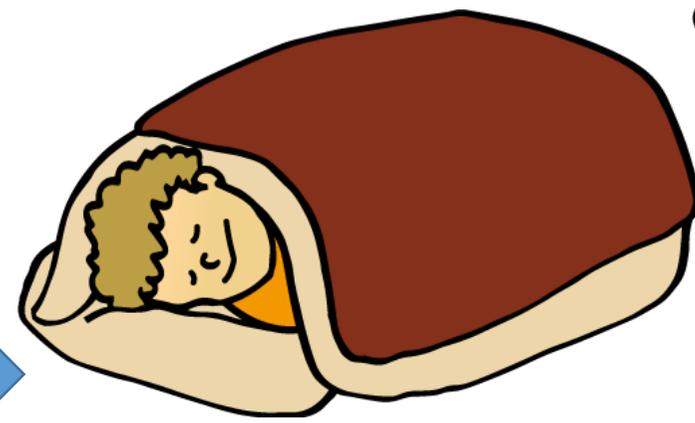
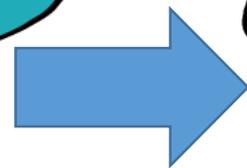


11月 じゅういちがつ	12月 じゅうにがつ	1月 いちがつ	2月 にがつ	3月 さんがつ

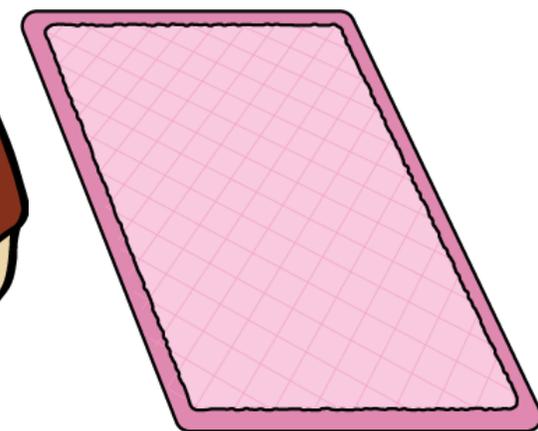


しんぐ  
寝具

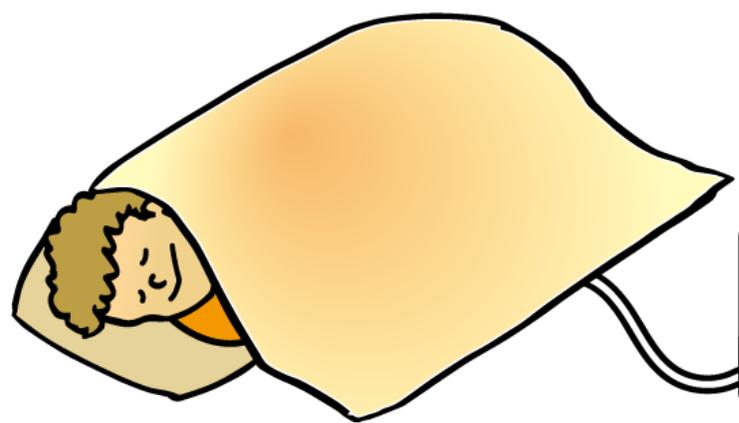
さむい



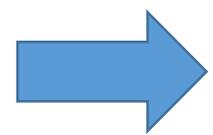
うもうぶとん うえ もうふ  
羽毛布団の上に毛布をかけます



しき  
あったか敷パッド



さむ ひと でんき もうふ つか  
寒い人は電気毛布を使います



おほ  
強 中 弱 を覚えましょう

すいみんちゅう かなら  
睡眠中は必ず 弱 または 切

強:52℃  
中:36℃



弱:20℃  
切:0℃



# だんぼう 暖房

エアコン	せきゆ 石油ストーブ	せきゆ 石油ファンヒーター	でんき 電気ストーブ	こたつ	ホットカーペット
					
<p>なつふゆ りよう ・夏冬利用でき、すでに せっち じゅうきよ 設置している住居が ある せっち (設置していないところ せっち りようきん は設置料金がかかる)</p> <p>でんきだい ほか だんぼうき ・電気代は他の暖房機 くら やす と比べると安い</p> <p>あんぜんせい たか ・安全性が高い</p> <p>くうき かんそう ・空気が乾燥する</p> <p>ほんたい かかく たか ・本体価格が高い</p>	<p>ていでん つか ・停電でも使える</p> <p>ゆ わ ・お湯が沸かせる</p> <p>・ホームセンターで か 買える</p> <p>とうゆ か ひつよう ・灯油を買う必要が ある</p> <p>てんかじ しょうかじ ・点火時と消火時に おいがでる</p>	<p>はや あたた ・早く暖かくなる お ぼしよ えら ・置き場所を選ばない あたた くうき おく ・暖まった空気を送る あたた ので暖かい かんき ちゅうい ひつよう ・換気に注意が必要 さいしょうねんしょう おんど ・最小燃焼でも温度が あ 上がってしまう時が ある とうゆ か ひつよう ・灯油を買う必要があ る</p>	<p>はや くうき よご ・部屋の空気を汚 さない おお へや ・大きい部屋には む 向いていない ぶぶんてき あたた ・部分的に暖める べんり ときに便利</p> <p>でんきだい たか ・電気代が高い</p>	<p>からだ あたた ・体は暖まるが、 へや あたた 部屋は暖まらない へや あたた ほしよ ・部屋を暖めて補助 てき つか 的に使うといい</p>	<p>からだ あたた ・体は暖まるが、 へや あたた 部屋は暖まらない へや あたた ほしよ ・部屋を暖めて補助 てき つか 的に使うといい</p>

\*セラミックヒーター、オイルヒーター、カーボンヒーター、ハロゲンヒーターはトイレや洗面所せんめんじよにおすすめ

\*FF式ストーブは空気はきれいだが設置工事せっち こうじが必要

きょう あす てんき  
**今日・明日の天気**

さん じかん てんき  
**3時間天気**

いち じかん てんき  
**1時間天気**

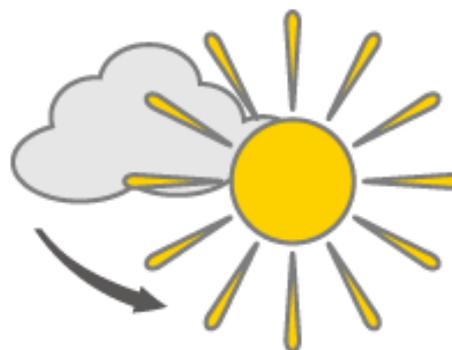
とおかかん てんき  
**10日間天気**

今日 12月3日 (火)



さいこう  
**最高** 0.1°C [-1]  
 さいてい  
**最低** -3.2°C [-2]

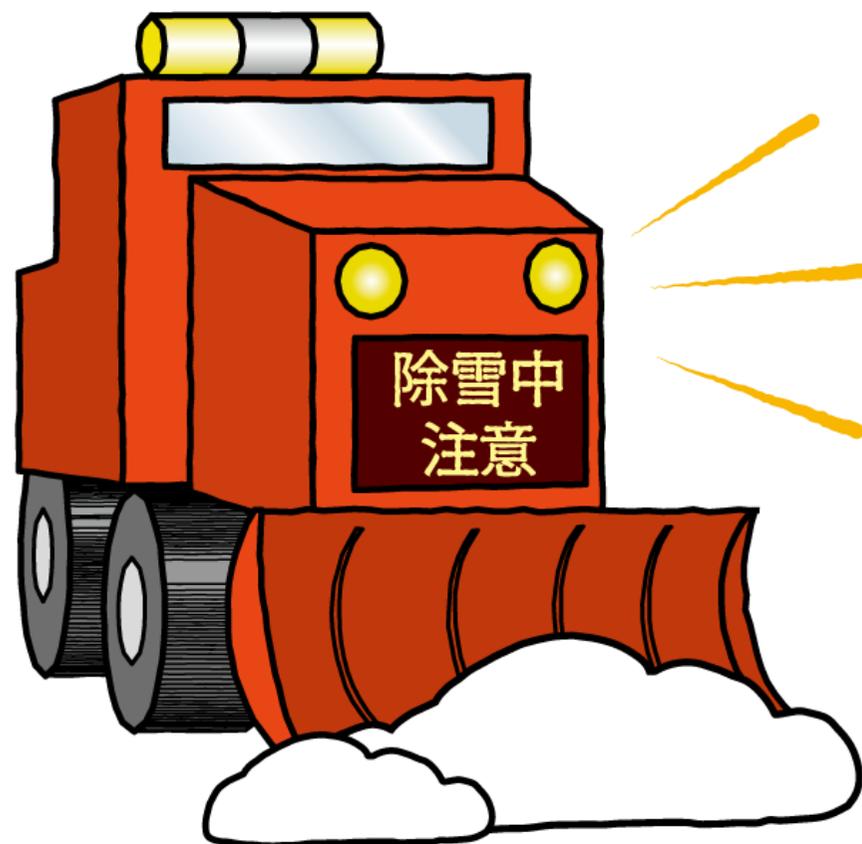
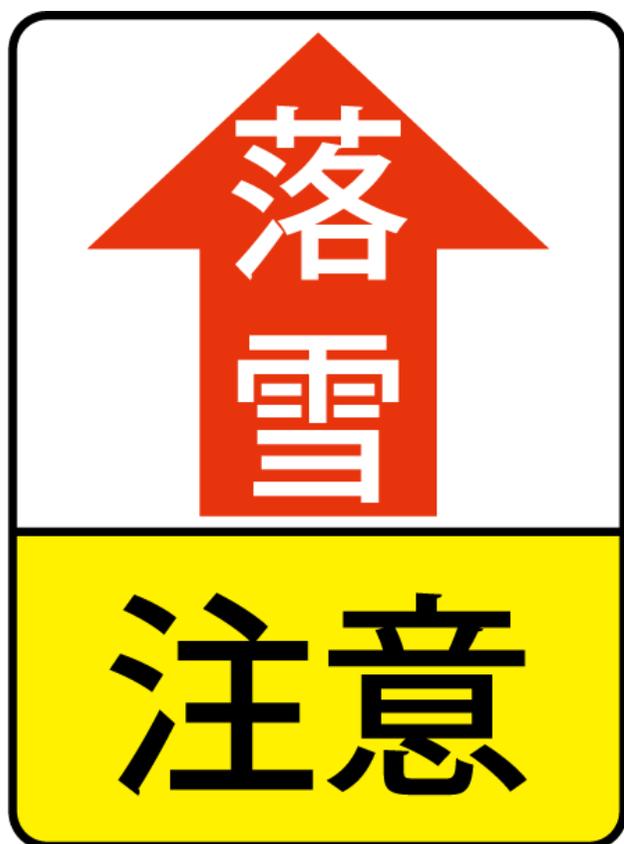
明日 12月4日 (水)



さいこう  
**最高** 2.3°C [+2]  
 さいてい  
**最低** -1.2°C [+2]

じかん 時間	00-06	06-12	12-18	18-24
こうすいかくりつ 降水確率	50%	60%	50%	40%
かぜ 風	ほくとう かぜ 北東の風			

じかん 時間	00-06	06-12	12-18	18-24
こうすいかくりつ 降水確率	10%	0%	0%	0%
かぜ 風	きた かぜのち ほくとう かぜ つよ 北の風後北東の風やや強く			



# 大雪によるトラブルを防ぐために

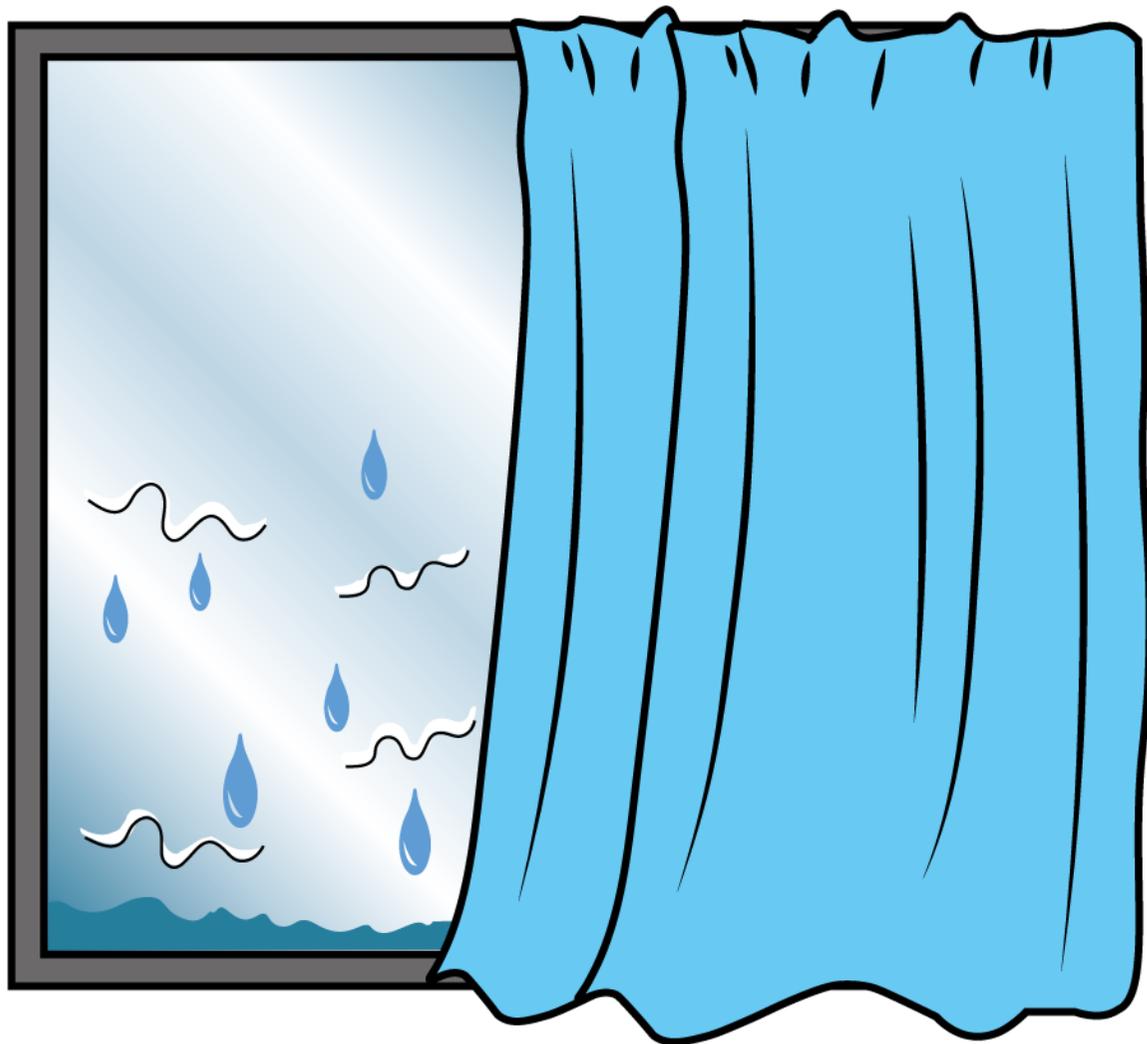
## 道での運転の注意点

「JAF」ホームページより <https://jaf.or.jp/common/attention/snow>

- 雪道をノーマルタイヤで走行することは極めて危険なので、スタッドレスタイヤやチェーンを必ず装着する。
- スリップによるトラブルの危険性があるため、急な車線変更、急ブレーキは厳禁。
- 走行車との車間距離を多めにとる。
- 発進時はアクセルをじわりと踏み込み、ゆっくり発進する。







けつろ はっせい ばしょ  
【結露が発生しやすい場所】

まど  
窓



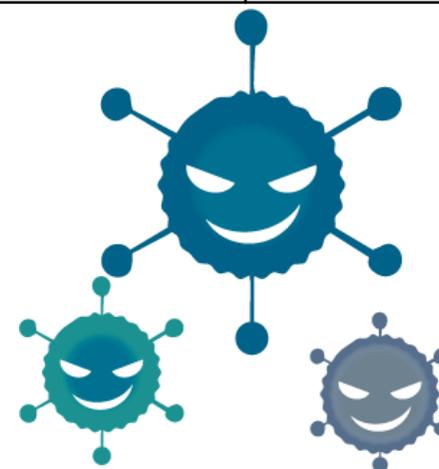
げんかん  
玄関のドア



ふろば  
お風呂場



クローゼット



けつろ しつない そと おんどさ おお ばしよ しつど たか ばしよ  
○ 結露は「室内と外の温度差が大きい場所」「湿度の高い場所」に  
はっせい  
発生しやすくなります。

けつろ げんいん  
○ 結露は、そのままにするとカビの原因になります。

ふ しんたい あくえいきょう  
○ カビをそのままにするとどんどん増え、身体にも悪影響です。

けつろ ふせ かぜとお よ そうじ  
○ 結露やカビを防ぐには、風通しを良くし、こまめに掃除をするこ  
たいせつ  
とが大切です。

けつろ ほうち ちんたい かべ つく ばあい た  
○ 結露を放置して賃貸の壁にカビやシミを作ってしまった場合、多  
がく しゅうぜん ひよう せいきゅう ちゅうい  
額の修繕費用を請求されることがあります。注意しましょう。

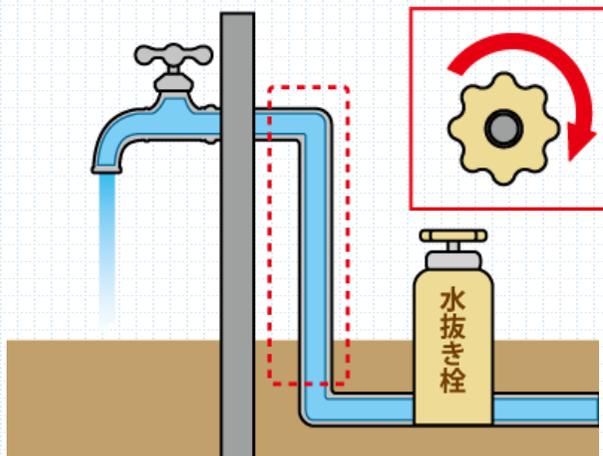
# 水道管の凍結に注意！！

すいどう とうけつ じこ ぼうし

みず ぬ

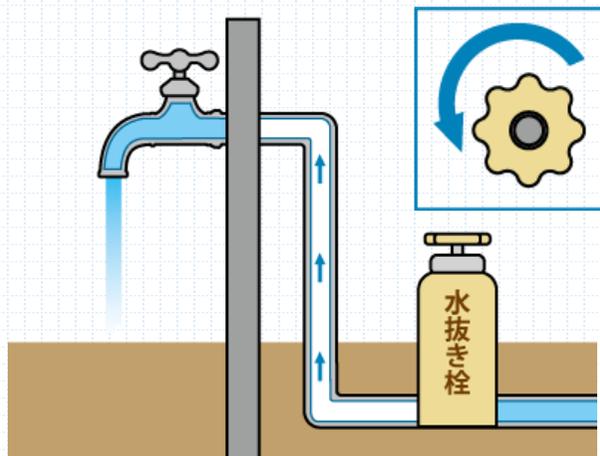
水道凍結事故防止に、「水抜き」をしましょう！

みず ぬ  
水を抜くとき



- ①蛇口をいっぱいにかけて水を出す。
- ②水抜き栓のハンドルをしっかりとめる。(時計回り)

みず つか  
水を使うとき



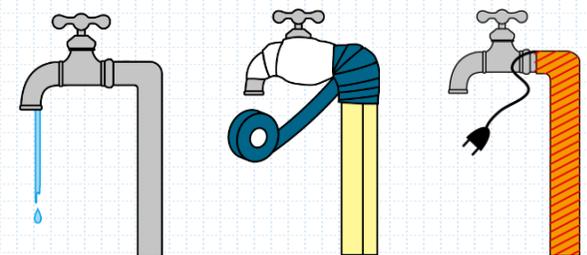
- ①水抜き栓のハンドルをしっかりと開ける。(反時計回り)

しゅうしんまえ  
就寝前に！  
がいしゅつまえ  
外出前に！

こお  
どんなときに凍るの？

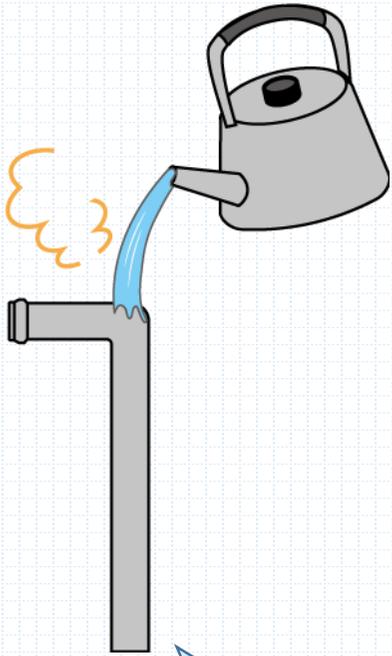
- ・気温が-4℃以下になるとき
- ・長期間留守にするととき
- ・一日中気温が氷点下になる真冬日が続くとき

みず ぬ いがい とうけつぼうし たいさく  
水抜き以外の凍結防止対策

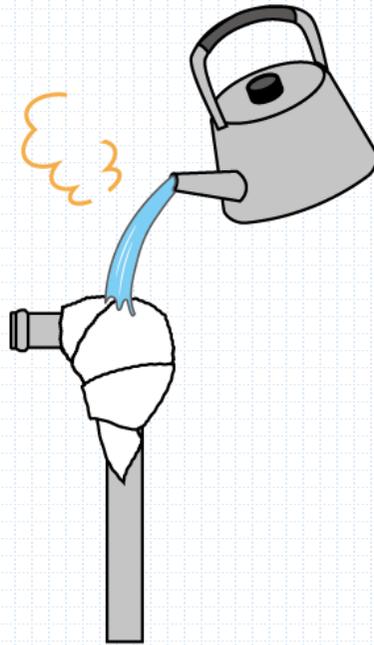


すいどうかん とうけつ  
水道管が凍結してしまったら…

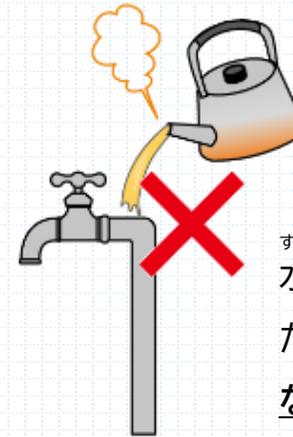
きおん じょうしょう しぜん と ま  
気温の上昇によって自然に溶けるのを待ちましょう。  
それでもダメなときは…



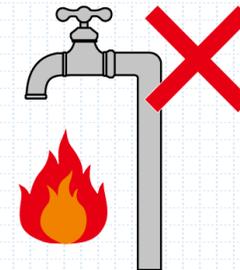
ゆ  
ゆっくりぬるま湯  
(70~80℃) をかける



じゃぐち ばあい じゃぐち  
蛇口の場合は、蛇口にタオルをあ  
ててぬるま湯をかけるのも効果的  
こうかてき



すいどうかん はれつ おそ  
水道管が破裂する恐れがある  
ため、ぜったいに熱湯をかけ  
ないでください。  
ねっとう



じゃぐち すいどうかん はれつ おそ  
蛇口や水道管が破裂する恐れ  
があるため、直接火を使わな  
いでください。  
ちよくせつひ つか

すいどうかん とうけつ はれつ  
水道管の凍結・破裂

じぶん かいとう  
自分で解凍できないときは



でんわ かいわれい  
○電話の会話例

すいどうきょく  
A: ○○水道局です。

B (あなた) : \_\_\_\_\_。

A: どうしましたか。

B: \_\_\_\_\_。

すいどうかん はれつ  
A: どの水道管が破裂していますか。

B: \_\_\_\_\_。

なまえ じゅうしょ でんわばんごう おし  
A: お名前、住所、電話番号を教えてください。

B: \_\_\_\_\_。



いがい かいけつほうほう  
<TEL以外の解決方法>

- にほんじん ともだち てつだ  
・日本人の友達に手伝いを頼む
- きんじょ ひと たす もと  
・近所の人に助けを求める
- インターネットで対処法を調べる など

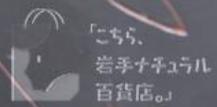


かんが  
【考えられるやりとり】

- ろうすい  
・漏水しているか
- しすいせん と  
・止水栓は止めたか
- いつからか
- たいおうかのう  
・いつ対応可能か



©岩手県観光協会

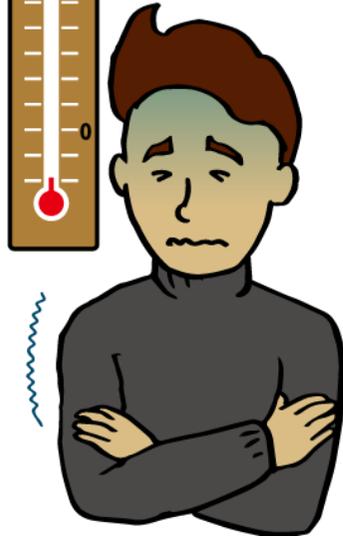
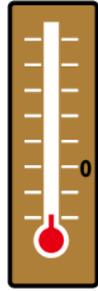




材料：大根、にんじん、しいたけ、ごぼう、とり肉、いくら、かまぼこ、もち

## 【作りかた】

- ① まず、大根、にんじん、しいたけ、ごぼうを 細く 切ります。
- ② 次に、とり肉を 小さく 切ります。
- ③ 次に、鍋で 大根、にんじん、しいたけ、ごぼうを 煮ます。
- ④ 野菜が 煮えたら、鍋に とり肉を 入れます。
- ⑤ しょうゆ、みりん、塩で 味を つけます。
- ⑥ 器に 入れます。
- ⑦ 上に、焼いたもち、かまぼこ、いくらを のせます。



-20°Cより  
さむいです！  
みずうみ  
湖がこおります



ワカサギ釣り



ワカサギ



ワカサギのてんぷら

がんどうこ                      もりおか                      ほくせい  
岩洞湖は 盛岡の 北西に あります。

バスで 行くことが できます。

もりおかえき                      ひがしぐち                      ばん の                      ば                      の  
バスは 盛岡駅の 東口 1番乗り場で 乗ります。

ぷん                      がんどうこ                      っ  
50分くらいで 岩洞湖に 着きます。

だい                      えん  
バス代は 1,220円 です。

## 釣り解禁日

11月頃～翌年5月GW頃まで。氷上ワカサギ釣りは例年 1月中旬～上旬の結氷後に解禁。

## つり料金

1日 600円 年券 6,000円(日の出～日没)

## ドーム案内

完全予約制。11月～5月のGWまで。

ドームは船ごとに完全分煙で、1名予算 1,500円～1,900円。

ストーブあり。通常の冬の服装で大丈夫。

## レンタル釣り具

竿や仕掛け・一式で、1,500円程。

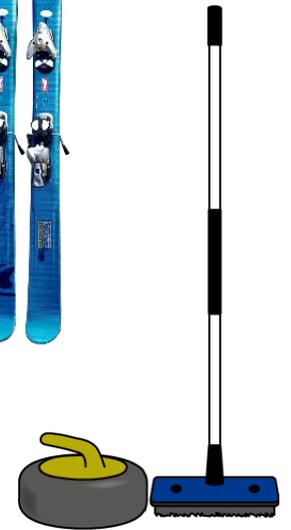
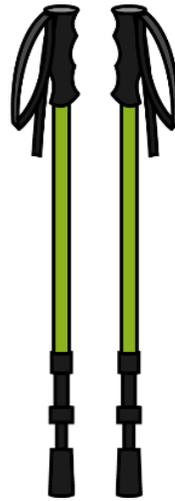
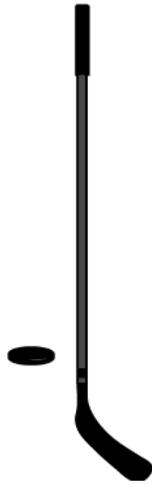
氷上釣りの時期は、テント、ドリル、ソリ、長くつ等もあり。

## 服装や装備

氷上釣りの場合、防寒服はもちろんの事、長靴・パイプイス(折りたたみイス)・

アルミマット(アルミのシート)・ニット帽・手ぶくろ等の5点は、最低限各自で持参。





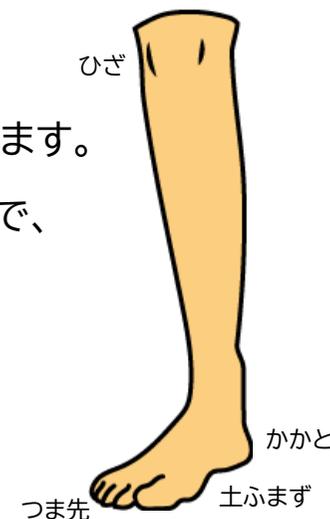
**立ちます** : <sup>た</sup>かかとをつけて、<sup>さき きゅうじゅうど</sup>つま先は90度ぐらいひらいて立ちます。リラックスしてください。  
<sup>て りょうわき</sup>手は両脇におろします。

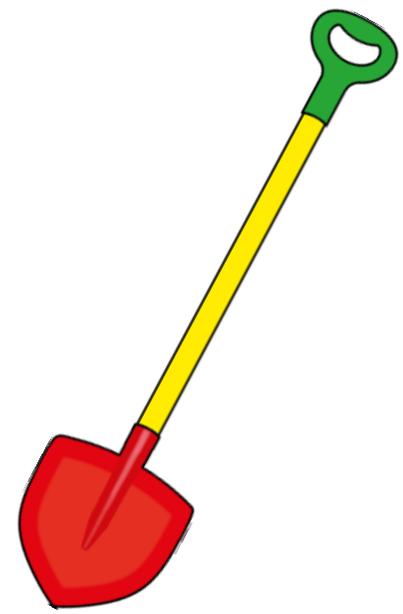
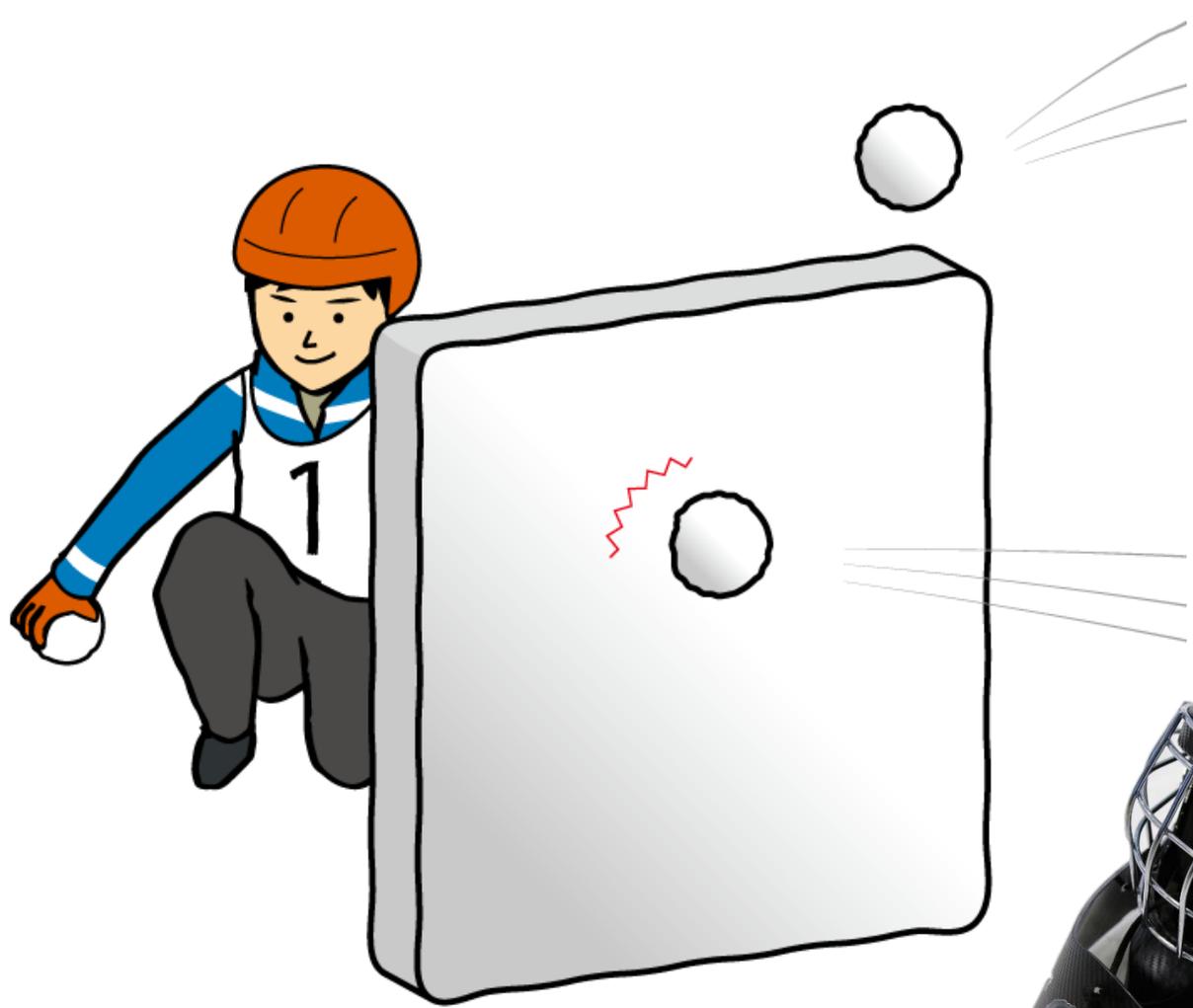
**足ぶみします** : <sup>あし</sup>つま先を<sup>さき きゅうじゅうど</sup>90度にひらいてVの字のように立ちます。  
<sup>すこ ま かたあし</sup>ひざを少しだけ曲げて、片足ずつ、<sup>あし</sup>10センチぐらいあげて、足ぶみします。

**歩きます** : <sup>ある</sup>つま先を開いて、<sup>さき ひら</sup>ひざを少し曲げながら右足をあげます。<sup>すこ ま みぎあし</sup>左足の土ふまずのところに、<sup>ひだりあし つち</sup>右足のかかを  
<sup>みぎあし</sup>ゆっくりおろします。<sup>みぎあし つち</sup>つぎに、左足をあげて、右足の土ふまずのところに<sup>ひだりあし</sup>左足のかかを  
<sup>すこ ある て りょうわき</sup>おろします。これをくりかえして、少しずつ歩きます。手は両脇におろします。

**両足ですべります** : <sup>りょうあし</sup>歩くときと同じように、<sup>ある おな</sup>右足をあげて<sup>みぎあし</sup>左足の土ふまずのところに<sup>ひだりあし つち</sup>おろします。  
<sup>みぎあし さき ちから い じゅうしん</sup>そのとき、右足のつま先に力を入れる(重心をかける)と、すべりますので、  
<sup>ひだりあし みぎ ひだり</sup>左足もそろえて、すべります。これを右、左とくりかえします。

**片足ずつすべります** : <sup>かたあし</sup>両足ですべることができたら、<sup>りょうあし</sup>少しずつ片足だけ<sup>すこ かたあし</sup>すべります。  
<sup>からだ あし ぜんぶ</sup>体をすべっている足に全部のせてください。





きたにほん ゆきがっせん たいかい  
ほっとゆだ 北日本雪合戦大会

かいさい にちじ ねん がつ にち ど にち にち  
開催日時 202×年1月25日(土)・26日(日)  
こうてん けっこう よてい

※ 荒天でも決行予定

いちにちめ よせん がつ にち  
[1日目・予選リーグ]1月25日

うけつけしゅうりょう かんとか かいぎ かいかいしき しあい かいし  
8:00 受付終了・監督会議 8:20 開会式 9:10 試合開始

ふつかめ じゅんけっしょう けっしょう がつ にち  
[2日目・準決勝リーグ・決勝トーナメント]1月26日

うけつけしゅうりょう かんとか かいぎ しあい かいし へいかいしき  
8:00 受付終了・監督会議 8:40 試合開始 16:00 閉会式

かい じょう にしわがちょうりつ ゆだ しょうがっこう とくせつ  
会場 西和賀町立湯田小学校グラウンド・特設コート



雪王国に  
集まれ!

# 雪合戦

参加チーム  
受付中!  
応募締切は公式ホームページをご覧ください。  
2020年  
1月8日(水)締切

ほっとゆだ

KITAHONON-YUKIGASSEN TOURNAMENT

## 2020 北日本雪合戦大会

荒天  
決行

(大会会場) 西和賀町立湯田小学校グラウンド・特設コート



一般の部



MIXの部



レディースの部

2020  
1/25(土)・26(日)



主催: 西和賀町・IBC 岩手県連  
主幹: 岩手県雪合戦連盟・西和賀町雪合戦協会  
後援: 岩手県教育委員会・岩手日報社・湯田温泉観光旅館組合・西和賀町工業会・西和賀町観光協会

雪合戦 第32回昭和新山国際雪合戦へ出場チームを推薦します。2020年2月22.23日 北海道社管町

お問い合わせ  
〒020-8566 北上市盛岡市南町 6-1 IBC 岩手県連事務所  
TEL 019-629-3137 FAX 019-629-2662  
IBC ホームページ <https://www.ibc.co.jp>





履歴 ブックマーク ヘルプ

# Search

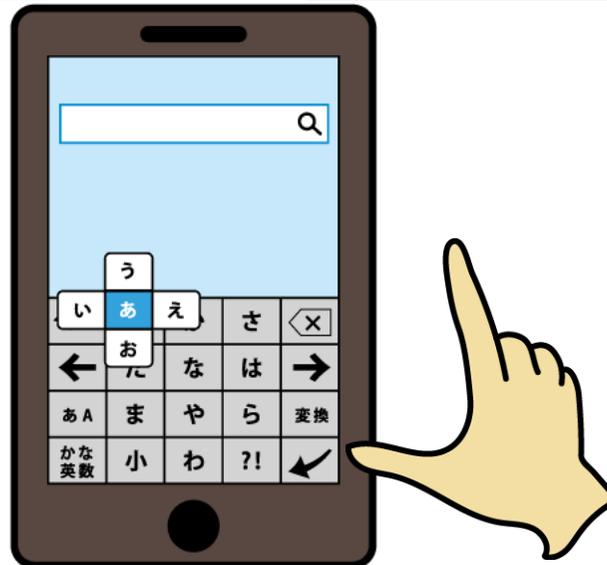
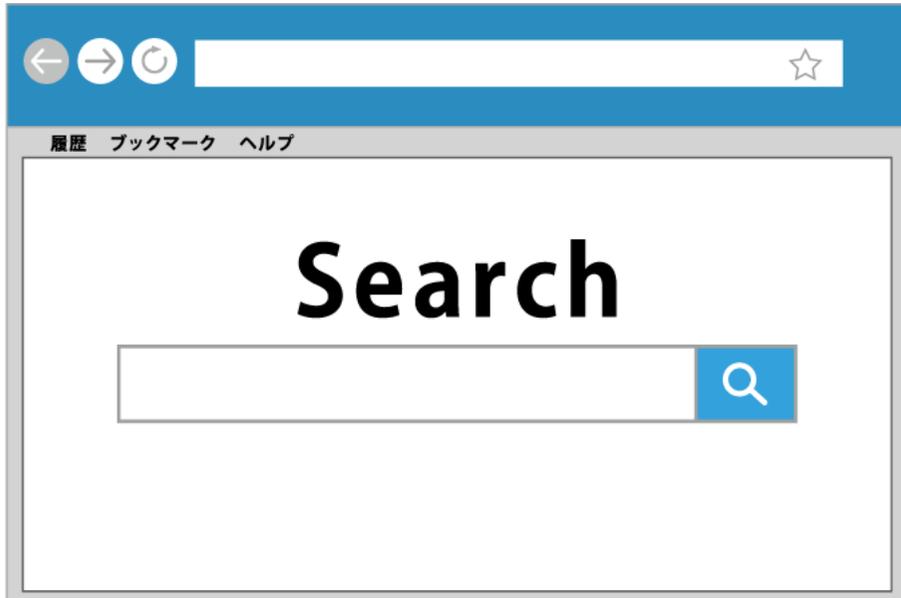
❏ いわて 雪



- ❏ いわて 雪まつり
- ❏ いわて 雪あそび
- ❏ 岩手 雪 あそび
- ❏ 岩手 雪合戦







# 【宮古の毛ガニまつりにでかけよう】プラン

## 盛岡⇔宮古

なに 何する？	どこから？	なんじ 何時？	どこに？	なんじ 何時？	いくら？	どうやって？
みやこ い 宮古へ行く	もりおかえき 盛岡駅	9:01	みやこえき 宮古駅	11:11	えん 1,980円	やまだせん JR山田線
みやこ たの 宮古を楽しむ	みやこえき 宮古駅		うおいちば 魚市場	11:45	むりよう 無料	シャトルバス
	け たの 《毛ガニまつりを楽しみます》					
	うおいちば 魚市場	13:10	ぎよきよう 漁協ビル (バス停)	13:20	むりよう 無料	とほ ある 徒歩(歩く)
	ぎよきよう 漁協ビル (バス停)	13:21	じょうどがはま 浄土ヶ浜ビジター センター	13:28	150円	バス
	じょうどがはま たの 《浄土ヶ浜を楽しみます》					
	おくじょうどがはま 奥浄土ヶ浜	15:50	みやこえき 宮古駅	16:12	えん 230円	バス
もりおか かえ 盛岡に帰る	みやこえき 宮古駅	18:00	もりおかえき 盛岡駅	20:20	えん 2,070円	きゅうこう 106急行バス



(撮影協力・写真提供：  
岩手県交通株式会社)



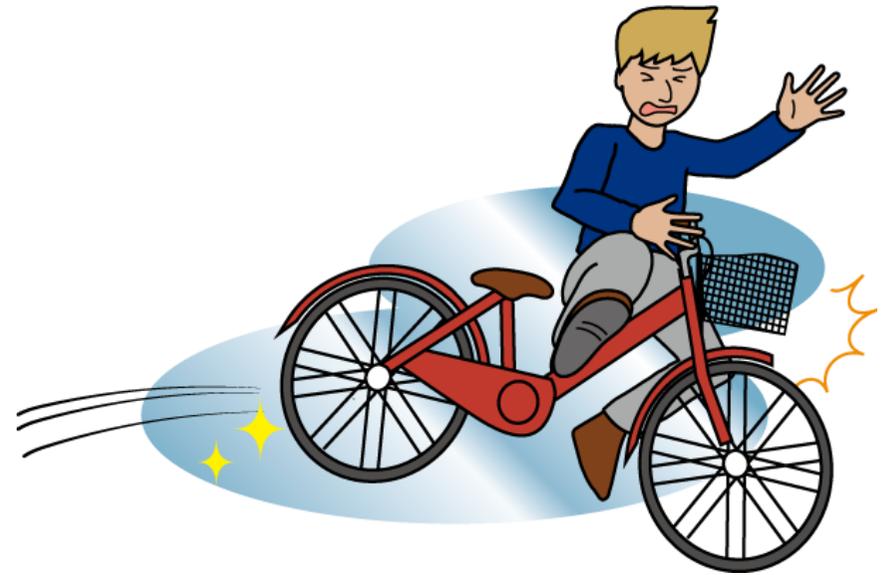
運賃は円単位です 小児半額(但しは数は10円単位に切り上げ)

運賃は 110円 まで	整理券	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
		8888	8488	8388	8348	8338	8318	8288	8238	8168	8158
		10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
		8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888
		20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	
	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	
	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	
	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	
	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	8888	

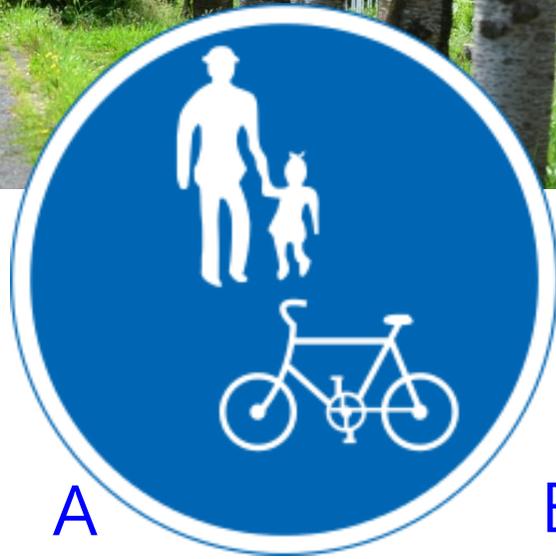


(撮影協力:岩手県交通株式会社)







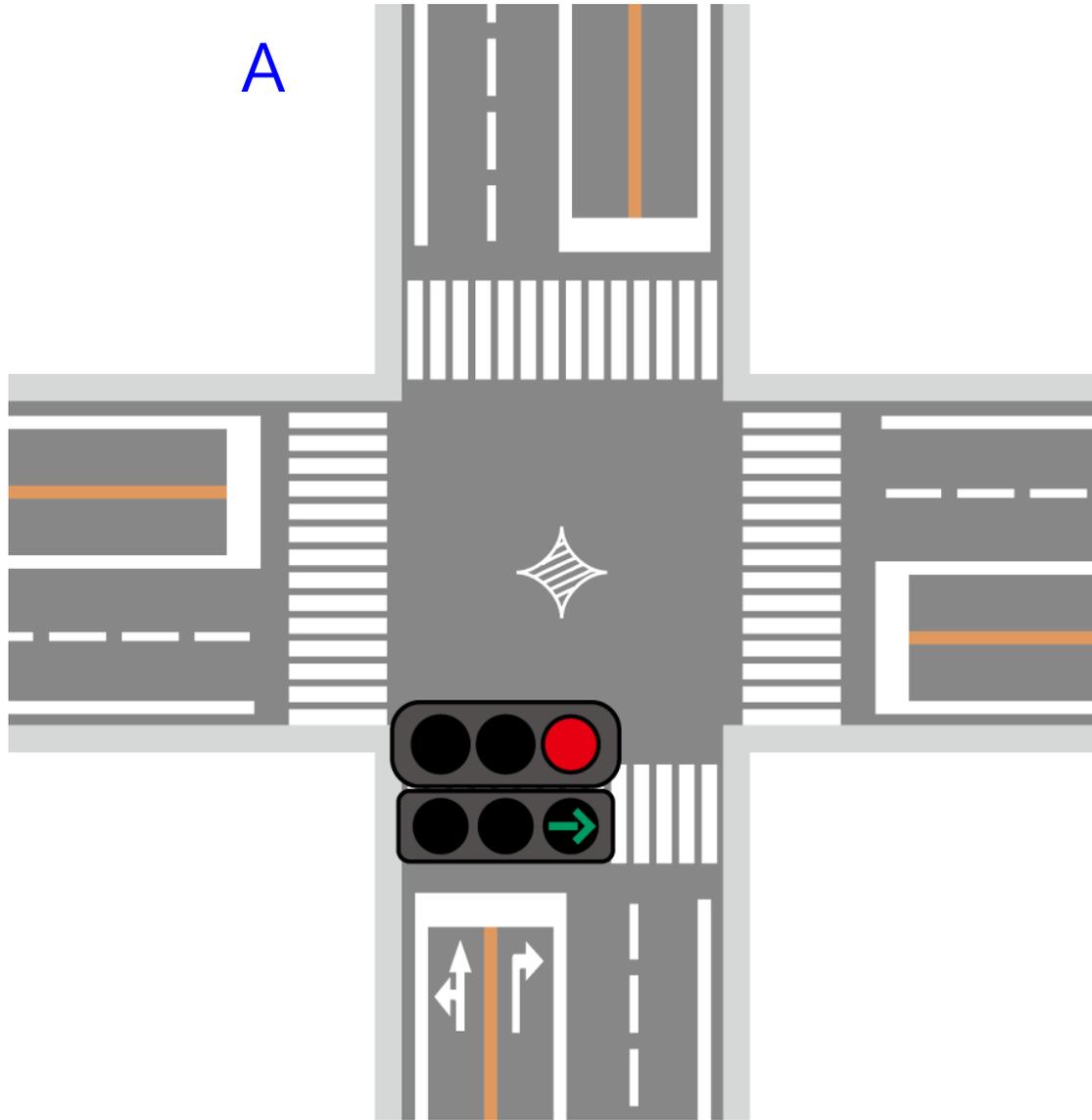


A

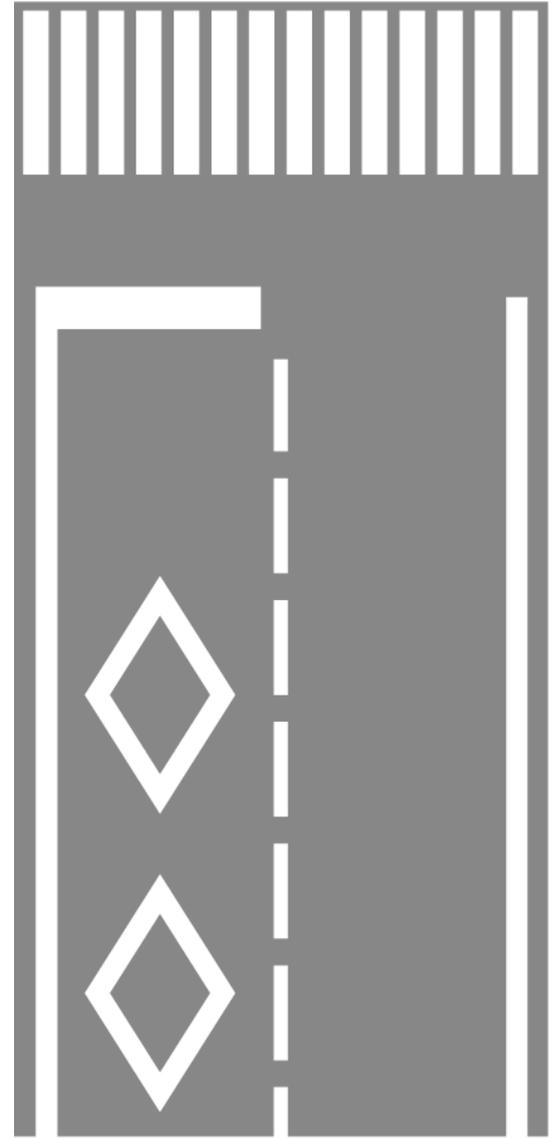


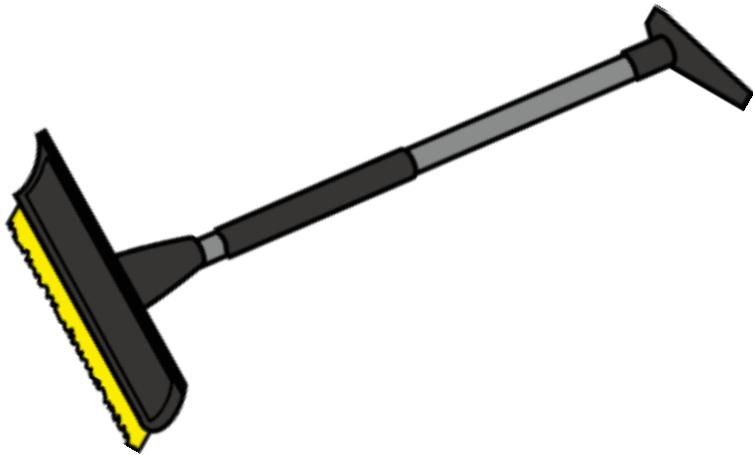
B

A



B



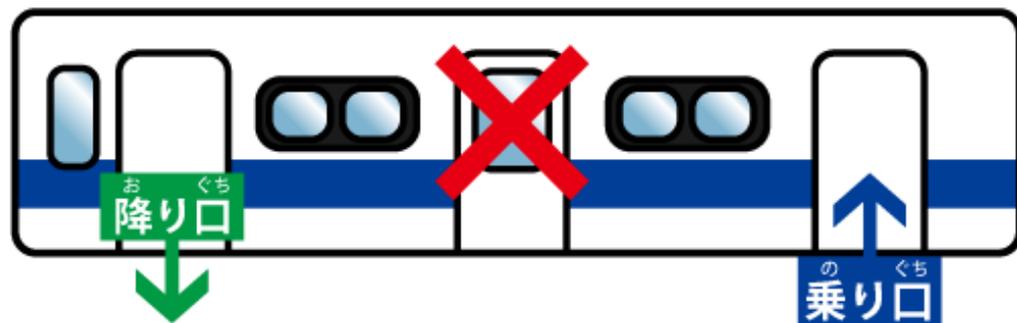




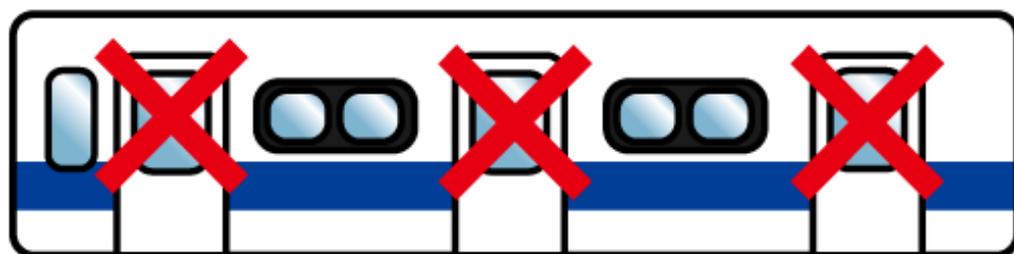
動物注意



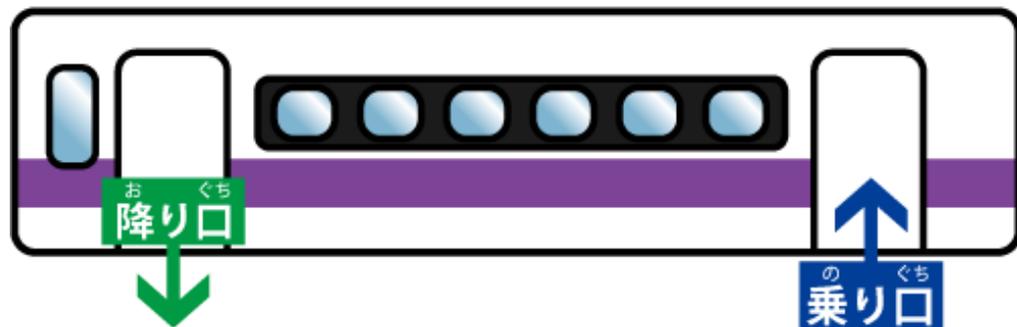
しんこうほうこう  
進行方向



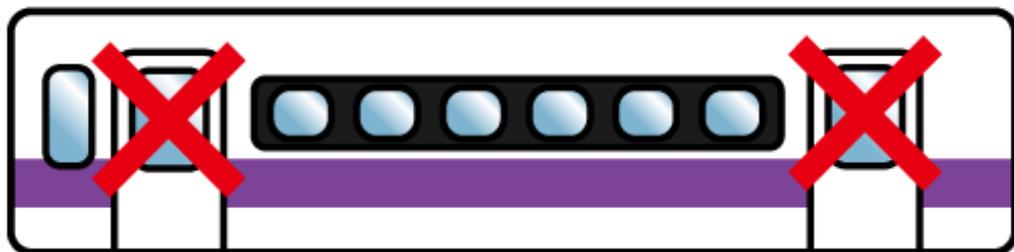
りょうめ  
2両目のドアはひら  
きません。

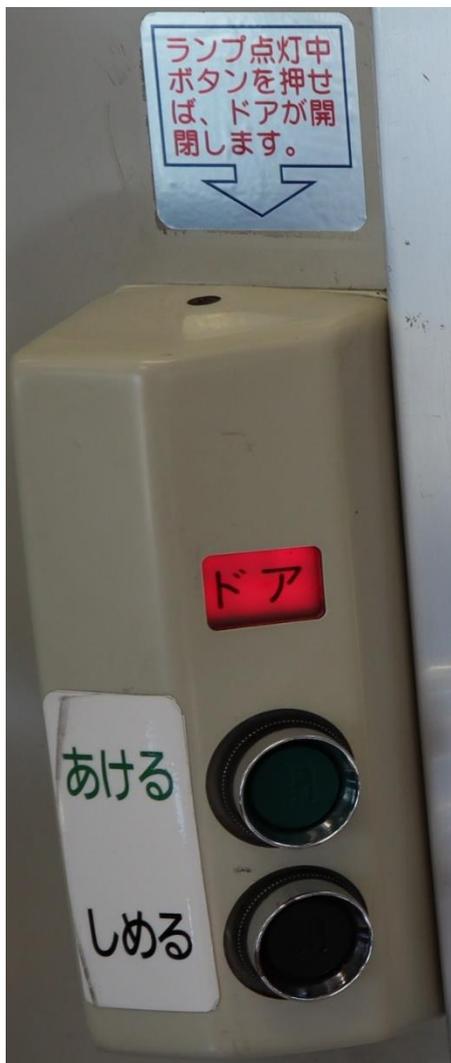


しんこうほうこう  
進行方向



りょうめ  
2両目のドアはひら  
きません。





気仙沼 行					For Kesen 整理券 運賃				
00 北上	01 柳原	02 江釣子	03 藤根	04 立川目	05 横川目	06 岩沢	07 和賀仙人	08 ゆだ錦秋湖	09 ほっとゆだ
10 ゆだ高原	11 黒沢	12 小松川	13 平石	14 相野々	15 矢美津	16 横手			
20 一ノ関	21 真滝	22 陸中門崎	23 岩ノ下	24 陸中松川	25 狛鼻溪	26 柴宿	27 摺沢	28 千厩	29 小梨
30 矢越	31 折壁	32 新月	33 気仙沼	34 鹿折唐桑	35 上鹿折	36 長部	37 陸前矢作	38 香鈴の一本松	39 竹駒
40 陸前高田	41 高田病院	42 脇ノ沢	43 小友	44 碁石海岸口	45 細浦	46 下館	47 大船渡	48 盛	



(撮影協力:JR東日本盛岡支社)

お待たせ致しました。この列車は、●●発、●●行きのワンマンカーです。これから先、●●、●●、●●の順

に停車してまいります。ワンマンカーについてご案内します。ご乗車の際は、無人駅では、一番前の車両の後

ろ寄りのドアボタンを押して下さい。お降りの際は一番前の車両の一番前のドアボタンを押して下さい。後

の車両はドアが開きません。一番前のホーム側のドアからお降りください。乗車券・定期券は、運転士にはつ

きりとお見せ下さい。運賃・乗車駅証明書は、運賃箱にお入れ下さい。優先席のマークのある座席は、お年寄

りや身体の不自由なお客様への優先席です。お客様にお願い致します。車内では携帯電話をマナーモードに

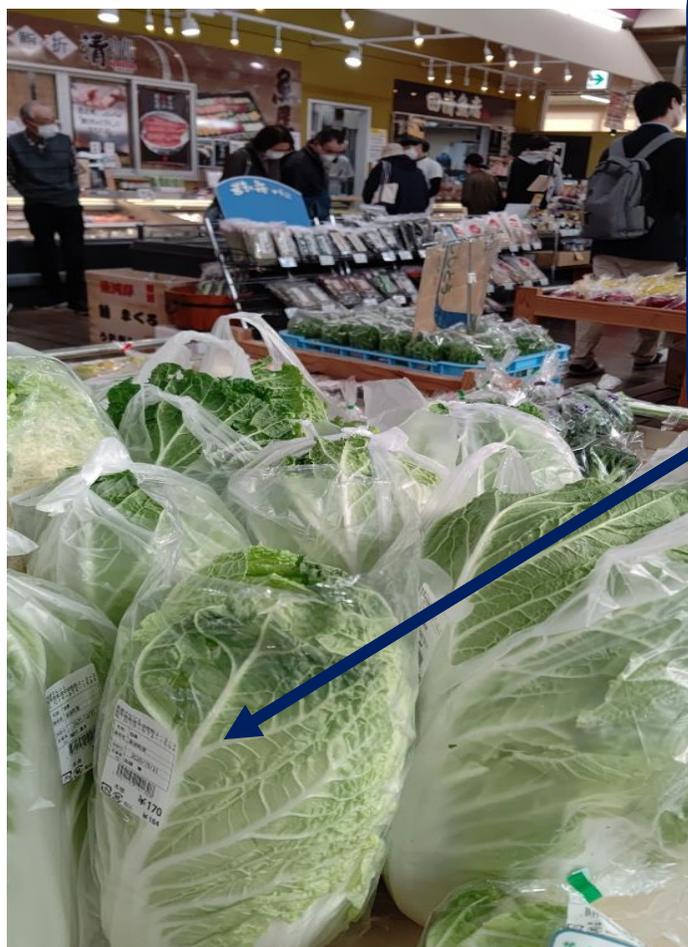
設定のうえ通話はお控えください。また優先席付近では、混雑時には携帯電話の電源をお切りください。ご

協力をお願い致します。運転士へのご用件は、安全のため、列車が止まってからお願いいたします。この列

車は全車禁煙です。おタバコはご遠慮下さい。皆様のご協力をお願い致します。次は、●●。●●にとまります。

お降りの際は、一番前の運転士寄りのドアからとなります。ご準備下さい。

(「車内放送例【発車後】ワンマンカー」より  
提供:JR東日本盛岡支社)



せいさんち  
生産地

もりおかし  
盛岡市

ひん めい  
品名

はく さい  
白菜

ぜいこみかかく  
税込価格

えん  
170円

しゅつかび  
出荷日

ねん がつ にち  
2020年11月15日

せいさんしゃ  
生産者

もりおか あいこ  
盛岡 アイ子

かね い  
ここにお金を入れる





いわての  
おみやげ

# ①ホームセンター

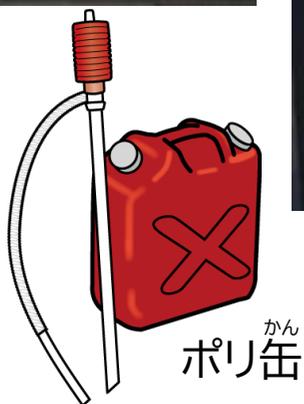


# ②ガソリンスタンド(セルフ)



## とうゆ こうにゆう ほうほう <灯油購入方法>

- ① <sup>かん</sup>ポリ缶 <sup>じさん</sup>を持参
- ② <sup>かいけい</sup>レジ <sup>かいけい</sup>でお会計
- ③ <sup>とうゆ</sup>灯油 <sup>はんばいしょ</sup>販売所 <sup>い</sup>へ行く
- ④ <sup>きゅうゆ</sup>給油



件名：●●市よりお知らせ



2020.09.01 14:58

■■幼稚園より

●●市教育委員会より熊出没情報の連絡がありました。

降園後は十分に注意していただきますようお願い致します。

1. 発生日時 令和2年8月31日(月)  
午後6時
2. 発生場所 ●●市■■町内熊ヶ沢と高清水の間
3. 状 況 幼獣1頭を目撃したとのこと

町内会のみなさま、

今週の日曜日(10/11)、県道の草刈りをします。  
ご協力、よろしくお願いいたします。

日 時：10月11日(日) 午前6:00～

場 所：県道123号沿い

集合場所：地区センター

用意するもの：軍手、草刈り機械、カマ、熊手など

既読

わかりました。

1 こちらは防災みやこ広報です。  
宮古市からお知らせします。  
明日午前9時30分から浄土ヶ浜レストハウス前において  
「宮古さんまつり」を、新型コロナウイルス感染症対策  
を行い開催します。  
皆様のご来場をお待ちしております。

2 宮古市からお知らせします。  
西ヶ丘四丁目げんき公園裏山付近で  
熊の目撃情報がありました。  
付近を通行する場合は十分に注意してください。  
家の外に熊の餌となるような物は放置しないでください。

(提供:宮古市)

