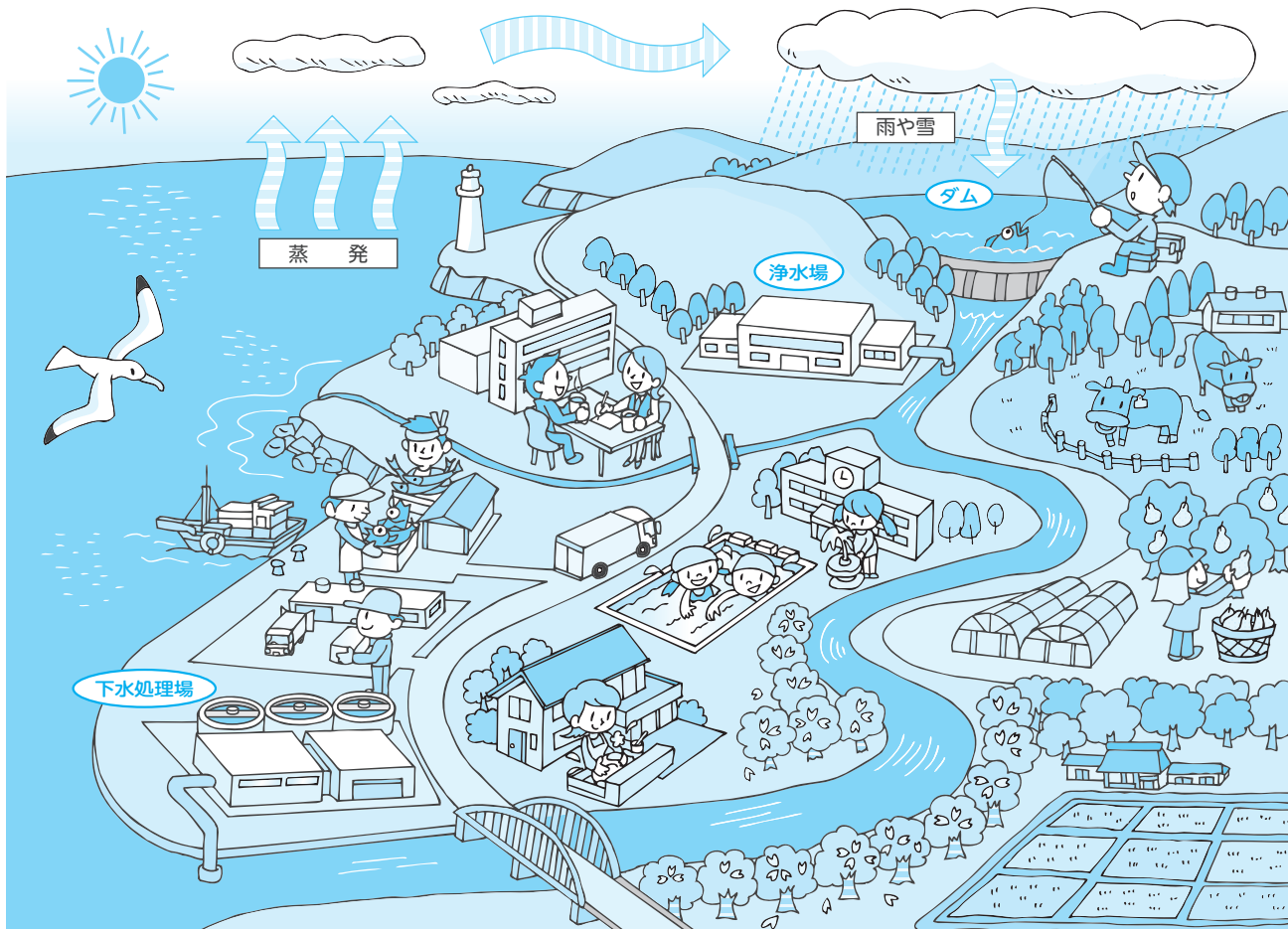


## 地域の名水を訪ねて

紫波町小屋敷の水分神社敷地内にある湧水。地域住民の生活用水として、古くから親しまれています。この日もペットボトルなどに水を汲んでいく人に出会いました。

このような湧水をはじめ、自然の恵みである水資源には限りがあります。水は地球上を循環しているので、将来のことも考えて大切に使いましょう。



## 暮らしを支える水

### 地球上にある水の量



地球の表面は約70%が水で覆われています。

水は、海、川、雪、雨、水蒸気など、いろいろな形で地球上に存在します。その水の約97.5%は海水で、淡水は残りの約2.5%しかありません。しかも、淡水のほとんどが南極と北極にある氷や雪で、地下水や川、湖の水など人間や動物が利用できる水は地球上の水のうち、わずか0.01%程度です。私たちが使っている水はとても貴重な資源といえます。

### 水は循環する

地球上の水は、海や川の水として常に同じ場所に留まっているわけではありません。

太陽の熱などで温められると水蒸気になって、空にのぼっていきます。空にのぼった水蒸気は、小さなしずくとなり、それが集まって雲になります。雲になったしずくは、雨や雪になって地上に降ります。雨や雪は地面にしみこんで、地下水として蓄えられ、少しずつ川に流れ込み、海に戻ります。

このように水は、いろいろな形に姿を変えて、地球上をぐるぐると循環しているのです。

### 私たちと水の関わり

私たちは、循環する水の一部を水道水や工業用水、農業用水などとして利用しています。水道水は、台所やお風呂、トイレなど暮らしのさまざまな場面で使われています。消火栓から出る水も水道水です。

### 8/1～8/7は「水の週間」です

8月は水の使用量が多くなる月です。今はあまり水に不自由を感じませんが、昔は渇水によって水の使用が大きく制限されるなど、水を大切にすることは非常に重要な課題でした。

水の大切さなどを改めて考えてもらうために、昭和52年から、毎年8月1日を「水の日」、その日からの1週間を「水の週間」としています。平成26年からは、8月1日は水循環基本法において、法律で定められた「水の日」となりました。

### ▶水を守る節水対策

- ①蛇口はこまめに閉める
- ②歯磨きや洗面のときは容器に水をくんで使う
- ③油污れのひどい食器は汚れをふいてから洗う





## 健康のために水を飲みましょう

**私**たちが生きていくために「水」は欠くことのできない存在です。水分摂取量が足りないと、健康障害を引き起こします。熱中症、脳梗塞、心筋梗塞なども水分摂取量の不足が大きなりリスク要因の一つになっています。

気温が高くなり、特に注意が必要な時期になりました。脱水による健康障害を予防するため、こまめな水分補給を心がけましょう。

### 体内水分の減少で現れる主な症状



2%失うと…  
のどの渇き

3～4%失うと…  
食欲不振、イライラする、  
皮膚の紅潮、疲労困ぱい

5%失うと…  
言語不明瞭、呼吸困難、  
けいれん

【参考】厚生労働省ホームページ「健康のため水を飲もう推進運動について」／環境省発行「熱中症環境保健マニュアル」

### 水を飲むタイミング



#### ①朝起きたとき、寝る前

寝ている間に汗や呼吸で失う水分はコップ1杯（約180ml）以上に達します。「目覚めの1杯」「寝る前の1杯」の“あと2杯”を心がけましょう。



#### ②運動をするとき

長時間の運動で汗をたくさんかく場合には、熱中症を防ぐため、水分とともに塩分（1ℓの水に1～2gの食塩）を摂るか、スポーツドリンクを飲みましょう。



#### ③入浴の前後

お風呂に入ると大量の汗をかきます。脱水状態を予防する意味で入浴前に水を1杯、水分補給のために入浴後に水を1杯飲むことが大切です。



## 料金の支払い期限を延長します

新型コロナウイルス感染症の影響により水道料金等（※）のお支払いが困難な方は、支払い期限を延長しますので、水道お客様センターまでお申し出ください。内容により、状況が確認できる書類等を提出いただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

### ▶対象となる方

- ①生活福祉資金貸付制度等の貸付対象となる方
- ②収入が減少し水道料金等のお支払いが困難な方

### ▶水道お客様センター電話番号

北上 ☎ 0197 - 64 - 7570

花巻 ☎ 0198 - 24 - 2175

紫波 ☎ 019 - 676 - 2810

※水道料金等とは、水道料金（矢巾町水道の給水区域を除く）のほか、公共下水道、汚水処理施設、農業集落排水施設、浄化槽及び飲料水供給施設の使用料です。



## 料金のお支払いは口座振替で

水道料金等のお支払いは、払い忘れがなく便利で確実な口座振替をご利用ください。

申込書は下記の金融機関、水道お客様センターの窓口を設置しています。申し込みの際は、検針票などお客様番号の分かるものをご用意ください。

振替日は、毎月25日（金融機関が休日の場合は翌営業日）です。振替日に預貯金残高が不足して振替ができなかった場合は、翌月の7日に再度振替させていただきます。振替日前には、口座の残高確認をお願いします。

口座振替された内容は、検針票に記載されています。内容をご確認いただくとともに、ご自身の預貯金通帳にて引き落としされていることをお確かめください。

### ▶取扱金融機関（金融機関コード順）

岩手銀行、東北銀行、七十七銀行、北日本銀行、盛岡信用金庫、北上信用金庫、花巻信用金庫、東北労働金庫、岩手県信用農業協同組合連合会、岩手中央農業協同組合、花巻農業協同組合、ゆうちょ銀行



# 令和3年度採用 岩手中部水道企業団職員を募集します

※岩手中部水道企業団は、北上市、花巻市及び紫波町に水道水を供給する一部事務組合（特別地方公共団体）です

企業団では、令和3年度に採用する岩手中部水道企業団職員採用資格試験を実施します。

## ■試験日

令和2年 **9月20日** (日)

## ■会場

花巻市立花巻中学校

※新型コロナウイルス感染症の状況により、試験日・会場を変更する場合があります。変更する場合は、企業団ホームページでお知らせするほか、試験申込者に通知いたします。

## ■試験職種及び採用予定数

試験職種	採用予定数	受験資格
一般職 (大卒)	1名	昭和60年4月2日以降に生まれた方で、大学または高等専門学校専攻科を卒業または令和3年3月31日までに卒業見込みの方
技術職 (化学/大卒)	1名	

## ■受験案内・申込書

### ①直接入手

岩手中部水道企業団事務所にて配布します。

### ②郵送による請求

封筒の表に「岩手中部水道企業団職員採用試験申込書請求」と朱書きし、宛先と郵便番号を明記した返信用封筒（定形封筒長形3号：12cm×23.5cm）に94円切手を貼ったものを同封のうえ、岩手中部水道企業団総務課（〒025-0004 花巻市葛3-183-1 花巻市交流会館2階）まで。

### ③インターネットによるダウンロード

岩手中部水道企業団ホームページにてダウンロードできます。

## ■申込み方法

企業団総務課へ郵送または持参

## ■申込み受付期限

令和2年8月14日（金）必着

## お問い合わせ

総務課 ☎ 0198-29-5377（内線21,22）

## Q&A クイズ & アンケート

### ▶クイズ.....

Q. 表紙写真の湧水はどこにあるでしょう？

- ①北上市
- ②花巻市
- ③紫波町

### ▶アンケート.....

Q. 水道水をどのようにして飲むことが多いですか？

- ①そのまま飲む
- ②沸かしてから飲む
- ③冷やしてから飲む
- ④その他

### 【前回発行広報紙のアンケート結果】

1回に手洗いにかける時間はどのくらいですか。

- ①5秒未満.....6.3%
- ②5～14秒.....41.3%
- ③15～29秒.....39.7%
- ④30秒以上.....12.7%

### 【応募方法】

はがきに(1)クイズの答え、(2)アンケートの回答、(3)郵便番号・住所、(4)氏名、(5)電話番号、(6)水道に関するご意見や本広報紙の感想をお書きのうえ、〒025-0004 花巻市葛3-183-1 岩手中部水道企業団「読者アンケート係」へお送りください。

### 【締切】

令和2年8月31日（月）当日消印有効  
※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。お客様からいただいた個人情報は、賞品の発送のみに使用するもので、お客様の承諾なく第三者に提供することはありません。

クイズとアンケートにお答えいただいた方の中から抽選で5名様に図書カード（1,000円分）をプレゼント

※前回発行広報紙（第23号・令和2年5月発行）のクイズの答えは、②15秒以上でした。

応募総数63名の中から抽選により5名の方へ賞品をお送りしました。たくさんのご応募ありがとうございました。