



広報

くじ

2

2016
月1日号

No.238

1月10日、古くから伝わる小正月行事を子どもたちに伝える「夏井の小正月」が夏井公民館で開催。参加した児童たちは権現様からおはらいしてもらい、今年一年の無事な成長を願いました。(関連記事/裏表紙)

厄をはらい 成長願う

主な内容

平成27年度成人式 新たな一歩	2～3
久慈市中高生海外派遣研修	4～5
久慈市総合計画の策定に向けて	6～9

平安時代の銅鏡「線刻阿弥陀三尊鏡像」出土	12
税の申告受付相談	18～19
暮らしの情報	26～27

感謝と決意

人生の新しい門出を迎えた新成人の皆さんに、愛情を持って育ててくれた家族への感謝と、自分の夢に向かう決意を伺いました。



小田 七海 さん(小久慈)

成人を迎え、期待でワクワクしています。子どもが大好きなので、将来は保育士になりたい。いつも笑顔でやさしい、子どものことを一番に考えられる先生を目指します。両親には心から感謝。大切に育ててくれてありがとう。



大久保 貴晴 さん(宇部)

人の役に立ちたい、地域に貢献したいと思い、看護師を目指しています。できれば久慈に戻ってお世話になった人たちに還元したいです。人生の一つの区切りということで、改めて目標に向かってまい進する覚悟です。



細工藤 栄緒 さん(小久慈)

具体的な目標はこれからですが、将来は環境コンサルタントのような環境関係の仕事に就きたいです。成人をきっかけに、一層勉学に励みます。両親にたくさん迷惑をかけた分、ありがとうございます。改めて一生懸命に頑張ります。



坊良 絃成 さん(夏井)

震災を経験し、地元で貢献できる人材になることを決意。将来は憧れだった先輩のように、消防士として活躍したいです。両親には感謝しきれないほど本当にお世話になりました。初任給で旅行にでも連れて行ってあげたいです。



柏木 和樹 さん(長内)

大人としての責任と自覚を持ち、何事にも取り組みます。現在は市内のコンビニで勤務。お客さまが気持ちよく買い物できるように努めています。育ててくれた両親に感謝。これからも厄介になると思うのでよろしく願います。



大向 春季 さん(待浜)

病院で医療事務に従事して2年目。大人の自覚を持って仕事をこなし、皆さんから信頼される人を目指します。20年間大切に育ててくれた感謝を込めて、一緒に食事に行くなど、これから親孝行をたくさんしたいです。



三上 拓也 さん(大川目)

将来の夢は理学療法士。リハビリを通して、怪我で悩んでいる人や高齢者が元の日常生活を営めるようにしっかりとお手伝いしたいです。いろいろあったけど、両親には感謝。これからも頑張るのでよろしく願います。



蒲田 愛海 さん(山形)

温泉旅館の接客スタッフとして働いています。お客さまを迎え、お帰りになるまでお世話するやりがいのある仕事。手を抜かずに何でも率先してやるように心がけています。愛情をもらった以上に、親に恩返ししたいです。



新たな一歩

平成27年度久慈市成人式

1月10日、平成27年度市成人式がアンバーホールで行われ、本市で新たに成人を迎えた391人のうち331人が出席。支えてくれた家族への感謝と、地域の絆・郷土を愛する気持ちを胸に、それぞれの道に向かって新たな一歩を踏み出しました。



成人者を代表して、堂々と誓いの言葉を読み上げる仲村豪将さん(右)と舂森千咲さん(左)



1/新成人を激励する遠藤市長 2/引き締まった表情で式典に臨む新成人たち 3/遠藤市長から「成人の証」を受け取る林崎亮太さん(右)と関畑笑美里さん(中央) 4/成人式実行委員会が企画した恩師からのメッセージ上映 5/式典終了後、各地区ごとに行われた記念撮影





平成27年度 久慈市中高生海外派遣研修

全力で学び、 心通わせた10日間

1月4日、中高生10人が姉妹都市・米国フランクリン市やニューヨークを訪問する海外派遣研修に出発しました。5回にわたる事前研修を通じてそれぞれに疑問や課題を持ち、期待を胸に新たな世界に第一歩を踏み出した生徒たち。充実した表情で帰ってきた彼らは、互いに学び合い深めた絆を糧に、さらに飛躍していくことでしょう。



ニューヨーク・メトロポリタン美術館の前で

1/4

市役所で出発式 / 成田空港から約12時間でデトロイト市内空港に到着



1/事前研修でグループごとに文化交流の発表内容を検討 2/市役所で行われた出発式

事前研修で一体感 久保 佑人さん(久慈東高2年)
事前研修では、レセプションで披露するダンスの練習や文化交流の発表準備などを通して、他の研修生と一体感を高めることもできました。現地でも、チームワークを発揮して良い反応をもらうことができ、うれしかったです。



1/5

フランクリン市に到着 / ジョー・マクギネス市長を表敬訪問 / レセプションパーティーで歓迎を受ける / この日からホームステイ開始 (5泊)



3/フランクリン市庁舎 4/議事堂で記念撮影 5/レセプションパーティーでは1人ずつ英語で自己紹介スピーチ 6/練習してきたダンスを披露 7/5日間お世話になるホストファミリーと初対面

授業は自由な雰囲気 中村 雪乃さん(久慈中2年)
中学2年生の英語でも、単語を並べたりジェスチャーを交えと何とか伝わると実感! アメリカの学校は、飲食がOKだったり、授業中も先生の話を聞く隊形がさまざまだったり、全体的に自由な雰囲気がありました。



スケールが大きい! 浅水 凌さん(侍浜中2年)
学校なども施設の規模が大きく、屋内プールやトレーニング場、ホールなど、日本ではあまりないような施設も充実していました。また、ご飯の量も常に圧倒的で、こちらスケールが大きかったです。



1/6 ~ 1/8

ホームステイをしながらフランクリン市内の小・中・高校を訪問し、施設見学や授業体験 / 文化交流活動として、各学校で、「日本伝統の遊び (折り紙、めんこ、けん玉、かるた、福笑い)」「漢字・書道」「久慈市・学校紹介 (秋まつり、アレン先生、部活動、制服)」などをテーマに発表・体験を実施。



当たり前という言葉 山田 未来さん(長内中2年)
ホームステイ中、私は何度も「Thank you」という言葉を使い、そのたびにお母さんのリピーは「Your welcome」と笑顔を返してくれました。当たり前のことですが、こういう言葉をしっかり返すことは、とても大切なんだと実感しました。



「アレン先生」を紹介 平野 来夢さん(久慈中2年)
文化交流では、姉妹都市を結ぶきっかけとなった久慈市とアレン先生の絆について発表。フランクリンの生徒たちはしっかり理解してくれたようでしたが、もう少し自分の意見なども加えて発表できればよかったかなと思います。

表情も大切 田端 瑠奈さん(山形中2年)
初めは不安でいっぱいでしたが、ホストファミリーはみんな優しくとても楽しく過ごせました。文化交流もとても盛り上がって良かったです。拙い英語でも表情豊かにフレンドリーに話せば、伝わるんだと実感しました。

伝えたいと思うこと 播磨 邑仁さん(夏井中2年)
最初は、自分からはコミュニケーションをとれなかったけど、だんだんと自分から話しかけることができるように。文章としてまとまらなくても、まず「伝えたい」という思いで積極的に話しかけることが大切だと感じました。

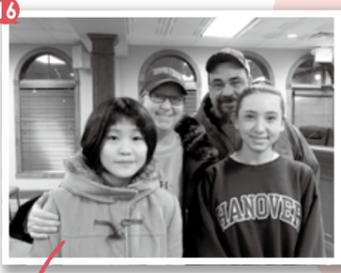


12/秋まつりの紹介では、山車の写真を見せながら横笛でおはやしを演奏 13/昔の遊び、福笑いに挑戦中 14/高校ではフランクリンの生徒たちが書道にチャレンジ 15/「私もやりたい!」と一斉に手があがります

印象に残ったのは 金子 璃桜さん(山形中2年)
フランクリン市では、学校の大きさと設備にびっくり。ニューヨークでは、一番印象に残ったのが9.11記念博物館。当時の写真や映像は怖かったけど、帰ってきてさらに詳しく調べてみたいと思いました。

さまざまな違い 西野 明日香さん(侍浜中2年)
食事、学校、日常生活とさまざまな場面で「日本と違う」と感じる事が多々ありました。一方で、人が優しいところは変わらなかったり、食べ物は日本の方が良かったりと、実際に体験し、比べて初めて分かる事が多くありました。

もっと学びたい! 下川原 李音さん(久慈高2年)
これまで英語は「覚えること」が大事だと思っていましたが、いざとなると思いだせず何度も失敗。その中で、実体験から「自分なりにこうすれば伝わる」というのが理解できて感動しました。英語をもっと学びたいと強く感じています。



1/9
終日、ホストファミリーと交流

16/お世話になったホストファミリーともお別れ

1/10 ~ 1/11

ニューヨークに移動し市内研修 / セントラルパーク・メトロポリタン美術館・自由の女神・国連本部・9.11メモリアル博物館などを見学



17/テレビでは良く見る国連本部 18/9.11記念博物館に展示された、はしご車 19/自由の女神をバックに 20/食事の量の多さに閉口したという感想も多々聞かれました



1/12 ~ 1/13

ニューヨーク市内空港から約14時間で成田空港に到着



1/14
21/疲れた中にも充実した表情で臨む到着式 22/経験を今後に生かしたいと決意表明する久保さん

報告会とはなだでも見学できます。生徒たちの活躍をぜひご覧ください!

海外派遣研修 報告会
日時... 3月6日(日) 10時~11時
会場... 中央公民館 大会議室



市政懇談会でも総合計画への意見を聞き取り

環境変化に対応必要
 近年、私たちの生活を取り巻く環境は大きく変化しています。久慈市では、少子高齢化と人口流出の進行により、25年後には人口が1万人余り減少し、約2万7千人を下回ると試算されています。また、価値観やライフスタイルが多様化し、個性と自己実現を重視する社会が進展する中で、「人と人とのふれあい」や「地域のつながり」が希薄化しつつあることが危惧されています。

しかし今後は、このような状況の中で、持続可能な自治体運営を行い、市民生活・地域社会を維持することが求められています。来たるべき将

市政をつくる設計図
 総合計画は長期的展望に立ち「今後10年にわたり、市政をどのように進めていくのか」を定めた計画で、市政を推進していく上で、最も重要な指針となります。分野ごとに策定する個別計画の上位に位置づけられ、各種施策の決定や予算編成を行うための基礎となる計画です。

市では、これまで平成18年度から第1次総合計画に基づき、計画的な市政運営に取り組ん

市政をつくる設計図

り組んできました。平成28年度から始まる第2次総合計画は、前計画の内容を踏まえつつ、市を取り巻く環境の変化や市民ニーズに対応するため、市民の参画のもとに策定作業を実施しました。昨年12月に計画の核となる基本構想を策定。具体的な施策などを定める基本計画及び事務事業実施計画を3月に策定します。

この計画に基づいて各種の施策を進め、誰もが住み慣れた地域で快適な生活を享受し、活力と笑顔あふれる豊かな久慈市の創造を目指します。皆さんのご協力をお願いします。



高校生も参加した市民会議

総合計画の概要

第2次総合計画は、平成28年度を初年度とし、平成37年度を目標年度とする10カ年の計画で、市政を進める上での基本理念や基本方針などを定めた基本構想と、重点的に取り組む施策を定める基本計画に分かれます。

■基本構想
 平成37年度を目標年度とし、今後の久慈市の基本的な姿勢（理念）とあるべき姿（将来像）を定め、その実現のための基本的施策（施策の大綱）を明らかにするものです。

項目	H27・4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	H28・1月	2月	3月
基本構想策定		素案公表					案作成	策定				
市職員プロジェクトチーム会議	5回開催											
市民会議		4回開催										
基本構想審議会		5回開催					答申					
基本計画策定												策定

久慈市総合計画の策定スケジュール

■基本計画
 基本構想で掲げる理念・将来像・施策の大綱に基づき、重点的に実施する施策を明示するとともに、分野別の体系を明らかにするもの。この計画に基づき、施策や事業の実施、新規事業の検討が行われます。計画は、平成28～32年度の前期計画期間、平成33～37年度の後期計画期間に分かれ、満了時など適宜、効果の検証及び見直しを実施し、実効性のある計画を目指します。



「いつまでも住み続けたい
 『笑顔あふれるまち』を目指して」

今後10年にわたる市の設計図

総合計画の策定に向けて

市では、平成28年度から10年にわたって市政全般の根幹をなす「久慈市総合計画」の策定を進めています。

本計画では市を取り巻く環境の変化や市民ニーズへの対応を重視し、ワークショップ等を通じて多数の市民からの意見を募り、策定の参考としています。昨年12月に計画の核となる基本構想を策定し、具体的な取り組みを定める基本計画及び事務事業実施計画を3月に策定する予定です。

10年後の将来を見据え、基本理念を「子どもたちに誇れる 笑顔日本一のまち久慈」と定め、これを目指して各種施策を計画的に推進していきます。



くじの魅力発信

豊かな自然や農林水産業、海と山の「食」など、久慈市ならではの強みを生かした教育旅行や体験型観光の受け入れ体制を強化。併せて、久慈市の魅力を効果的に情報発信していくことで、移住・定住・交流人口の拡大に取り組みます。

日本一の地域づくり

趣味の集まりやサークルなど小さなコミュニティでの支え合い、町内会や地域など大きなコミュニティでの住民協働など、市民が「自らの手で地域を作る」過程に参画するための環境を整備し、地域づくり日本一を目指します。



安心・安全のまち

災害等の被害を最小限に抑えるため、「速やかな防災・防犯情報の伝達体制の構築」、「自助・共助・公助の役割の明確化と連携強化」により防災力を向上。併せて、被災の記憶を後世に伝え、災害への意識を高める取り組みを進めます。



みんなに愛されるマイバス・マイレール

生活の基盤を支えるバスや鉄道など公共交通機関は、交通アクセスや利便性など利用者の需要に配慮した交通網の整備を促進。地域に適した移動手段を確保しつつ、地域・事業者・行政の協働による効果的な運行に取り組みます。



安心できる医療福祉のまち

「自らの健康は自ら守る」を基本に市民の健康維持・向上、地域を挙げた高齢者の見守りや生きがいづくりをサポート。地元出身の医師養成などの医師確保対策や周産期医療の充実を進め、安心して暮らせる医療環境の整備を図ります。



出愛いと地元愛の育み

少子化対策として、結婚に対する意識の醸成や結婚支援に取り組むとともに、子どもの成長に応じた「子育てをしやすい環境づくり」を推進。また、子どもたちが地域の魅力を体験し、地元への愛着を深める機会の創出に努めます。



魅力ある仕事起し

企業などと連携し職業体験をはじめとするキャリア教育を推進し、地元の企業や産業への理解と職業意識を醸成。企業誘致や地域資源を活用した新事業の創出、起業支援などを充実し、魅力ある雇用の場の創出を目指します。

子どもたちに誇れる
笑顔日本一のまち 久慈

私たちが生きていく上で、大切となるのが「人」と「人」とのつながり。「人」同士が互いに支え合い、助け合い、よりよい地域社会を形成していくことが、まちの元気につながります。誰もが安心して暮らしていくために、地域社会が見守り・育み、それらを行政が支えていく。そんな元気なまちには、きっと、いたるところに活力と笑顔があふれているはずです。

先人たちが築いてきた郷土の歴史や文化に誇りを持ち、市民一体となってまちづくりを進め、次世代を担う子どもたちに誇れる「笑顔があふれる久慈市」にしていきたい。そんな市政の考え方を基本理念として表現しました。

この理念として掲げた将来像を実現するため、次に示す重点戦略・基礎戦略を策定し、これらに基づいた各種施策に取り組んでいきます。

子どもたちに誇れる笑顔日本一のまち久慈

重点戦略 いつまでも住み続けたいと思うまちづくり

重要性・緊急性・市民ニーズを勘案して優先的に取り組む7つの大型プロジェクトからなる戦略。経営資源を重点投入し、関係する実施主体が連携して課題解決に取り組みます。

- | | |
|--------------------------|--------------------|
| くじの魅力発信プロジェクト | 安心できる医療福祉のまちプロジェクト |
| 日本一の地域づくりプロジェクト | 出愛いと地元愛の育みプロジェクト |
| 安心・安全のまちプロジェクト | 魅力ある仕事起しプロジェクト |
| みんなに愛されるマイバス・マイレールプロジェクト | |

基礎戦略

地域の特性と課題を踏まえて総合的に取り組む戦略。前計画の6方針29施策を引き継ぎ、施策及び実施主体間を連携の一層促進するため、3つの戦略に再構成しました。

- 共に支え、元気で安らぎあふれるまちづくり――

情報公開の推進	地域医療の充実	道路整備の促進
市民との協働の推進	保健活動の充実	港湾整備の促進
地域づくり活動の推進	自然景観の保全・創造と活用	街並み環境整備の促進
交流・連携と移住・定住の促進	環境対策の推進	生活環境基盤整備の促進
社会福祉の充実	市民生活の充実	情報通信環境の充実
高齢者福祉の充実	エネルギー対策の推進	
障がい者福祉の充実	防災体制の充実	
- 総合力豊かな人材を育てるまちづくり――

子育て支援の充実	生涯学習の充実	男女共同参画社会の推進
学校教育の充実	生涯スポーツの充実	
- 資源を生かす魅力とやりがいのある産業のまちづくり――

農業の振興	水産業の振興	観光の振興
林業の振興	商工業等の振興	



たつ子さん(左)と娘のアイ子さん(右)

蒲野 たつ子さん (山形町)

長寿の秘訣は…

1月13日に100歳を迎えた蒲野 たつ子さん。同日、ショートステイで利用している愛山荘で長寿祝いが開かれ、遠藤譲一市長からお祝い状と祝い金を手渡されました。たつ子さんに長寿の秘訣を尋ねると「昔から日本酒が好きで、毎日適度に飲んでいたのが良かったのかも」と笑顔を見せました。

INFORMATION

市内業者は忘れずに

市の入札参加資格者名簿に登録された市内業者を対象に、市税と上下水道料金の納付状況を確認します。確認できない場合は、平成28年4月以降の入札参加資格を制限する場合があります。

■対象者

- 1月31日時点で①建設工事 ②建設関連業務③物品の買入れ等のいずれかの名簿に登録された市内業者(市内に本社または営業所を有する業者)

■受付期間

2月1日(月)～3月31日(木)

■提出先

財政課(持参又は郵送)

■提出書類

- ①納税証明書②上下水道料金納付状況証明書

※詳しくは市ホームページをご覧ください

<http://www.city.kuji.iwate.jp>

財政課 ☎52-2113

アンバーホール バックヤードツアー

NEWS

華やかな舞台の裏側を探検



調整室では、スイッチの多さにびっくり

1月13・14日、アンバーホールでバックヤードツアーが行われました。ツアーは、応募者多数により当初の予定より1回多い3回実施され、各回約10人が参加。参加者らはホール職員の説明を受けながら、普段は見られない舞台裏や調整室などを見学したほか、照明・音響の装置を実際に操作する体験も行われました。

バレエの発表などでホールを使うという宮本美幸さん(大川目小5年)と佐々木愛惟さん(久慈小5年)は「舞台上で踊る時の音楽や照明をどうやってるのが知りたくて参加しました。スイッチがたくさんあり、機械を操作をするスタッフの人たちはすごいと思いました。これから、舞台上に立つときは感謝して使いたいです」と楽しみながらホールについて学んだようです。



スポットライトを当てる照明スタッフ体験

学びのサポート学習塾(冬季)

NEWS

「普段」とは違う学びの機会に



高校生に教えてもらって、宿題はかどった?

1月4日から6日までの3日間、市役所などで「学びのサポート学習塾(冬季)」が開催。夏季に続く2度目の開催となる同塾には、小中学生延べ約170人が参加し、久慈地域で課題となっていた算数・数学と英語を中心に、宿題・自主学習・英会話の3コースに分かれて行われました。宿題・自主学習コースでは、久慈高校1年生9人が学校教育課指導主事のサポートを受けながら、指導役を担当。他の学校の児童・生徒とグループを組み、一緒に学習に取り組むことで、互いの勉強の仕方やノートの取り方などを学ぶ機会にもなっています。

自主学習コースに参加した小野寺朝日くん(久慈中3年)は「学校の授業と違い、自分のペースに合わせて教えてくれるのが良かったです。同じグループに他の学校の生徒もいて、わからない所を教え合ったり刺激を受けました。家ではあまり集中できないので、このような機会がありました。ありがとうございます」との感想。指導役を務めた新井風我さん(久慈高1年)は「子どもとふれあうのが好きで、教えることにも興味がありません。自分が理解しているのと、それを教えるのは全く別の話。相手の個性や理解度にに応じて伝えるのは難しかったです。説明してわかってくれた時はうれしかったです」と話しました。



遊びを通じて英語とふれあう「英語コース」

久慈市消防出初め式

NEWS

地域の防災担う気概を示す



遠藤市長が感謝状を贈呈

1月3日、消防団員と婦人消防協力隊、消防職員など約700人が出席し、アンバーホールで久慈市消防出初式が開催されました。式では、門ノ澤正浪消防団長、統監の遠藤譲一市長らが団員らを激励。併せて、消防功労者への表彰、防災活動に協力した市民に対する感謝状の贈呈が行われました。式典に続き、団員らは市街地で分列行進を実施。ラッパ隊・鼓隊の演奏に合わせて堂々と行進し、地域の防災を担う気概を示しました。



堂々と行進する消防団員

- 市長表彰・感謝状を受けた人は次のとおりです。(敬称略・氏名の前の数字は分団名)
- 市長表彰：▼(本部)皆川賢司▼
 - ②堀越富士夫▼③神田幸男▼④中野裕治▼④泉澤賢一▼⑤八幡典男▼⑤八重櫻友夫▼⑥村田親夫▼⑥馬内裕▼⑦三上裕志▼⑧越戸敏巳▼⑧田中利三▼⑨大向博文▼⑬清水頭弘幸▼⑭田中誠
 - 感謝状：▼播磨和行▼播磨龍和▼播磨颯和▼播磨心和▼赤石領公▼岩井ユキ▼西野初雄

東北電力・ユアテックが防犯灯を寄贈

NEWS

国体に向け、環境整備



遠藤市長(右)に目録を渡す佐藤所長(中央)と大浜所長(左)

東北電力(株)久慈営業所(佐藤浩也所長)と(株)ユアテック久慈営業所(大浜勝也所長)が、市にLED防犯灯10灯を寄贈。取り付け工事も無償提供され、いわて国体柔道競技会場となる市民体育館周辺に設置される予定です。12月24日、市役所で贈呈式が行われ、佐藤所長が遠藤譲一市長に目録を手渡しました。遠藤市長は、「防犯灯の整備は、市民にも、国体のおもてなしにも非常にありがたいことです」と謝辞を述べました。両社の防犯灯寄贈は、昭和43年から累計466灯に上ります。

NEWS

地方創生、それぞれの強みを

岩手銀行と地方創生に関する連携協定を締結

市は、岩手銀行(田口幸雄頭取)と地方創生に関する連携協定を締結。今後、市内の空き家利活用や移住定住促進、Kターンや結婚支援、6次産業化の推進、クラウドファンディングの利用など、地方創生に向けた取り組みを協力して進めることとなりました。12月17日、市役所で調

印式を挙行。調印を終えて、田口頭取は「久慈市の課題に合わせ、銀行が持つノウハウを駆使して実効性ある取り組みを追求していきます」と意気込みを表明。遠藤譲一市長は「情報や資金援助、企業支援など金融機関の強みを生かしてもらい、一緒に取り組みを進めたい」と期待を示しました。



調印を行った市と岩手銀行の関係者ら

NHK 復興支援の感謝をこめて のど自慢を開催!



伍代夏子さん 細川たかしさん

NHK 盛岡放送局と市は4月10日、アンバーホールで「NHKのど自慢」を開催します。
ゲストは伍代夏子さんと細川たかしさん。東日本大震災から5年を迎えた久慈市から、復興を応援して下さる皆さんへ、歌声と共に元気な姿をお届けします。

4.10日 予選会 4.9日
受付 11:00 開会 11:45
開場 11:00 開演 11:45 会場…アンバーホール

■放送予定■
NHK総合テレビ・ラジオ第一<国際放送>
4.10(日) 12:15~13:00 (生放送)

■NHK盛岡放送局 ☎ 019-626-8811
受付：平日9時30分～18時
■アンバーホール ☎ 52-2700
受付：9時～18時 (火曜日を除く)

出場・観覧ともに申し込みは往復はがきで!

出場

2月29日(月)必着

宛先 〒020-8555 (住所の記載は不要)
NHK盛岡放送局「のど自慢」出場係

■往信用裏面に次を明記

①郵便番号・住所②氏名(ふりがな)③年齢④性別⑤職業(具体的に中学生・高校生・大学生は部活動など)⑥電話番号(携帯電話番号)⑦歌う曲目と歌手名⑧選曲理由

■返信用表面に次を明記

①郵便番号・住所②氏名

■注意事項

- ◇グループの場合は人数と全員の氏名・年齢・職業を記入し、代表者がお申し込みください
- ◇応募は1人(組)1通限りです
- ◇応募後の曲目・出場者の変更はできません
- ◇応募多数の場合は、250組を選出し、前日の予選会に出場いただきます(本選には20組選出)
- ◇応募は中学生以上で原則アマチュアに限ります。中学生は予選・本選とも保護者の同伴が必要です。はがきに保護者の氏名と電話番号も明記してください
- ◇予選会の模様も収録し、後日放送する予定です

※NHKでは、応募の際にいただいた情報を、抽選結果・予選会出場案内の連絡のほか、NHKの番組制作や受信料のお願いに使用させていただくことがあります

観覧

3月9日(水)必着

宛先 〒028-0051 久慈市川崎町17-1
久慈市アンバーホール「のど自慢」観覧係

■往信用裏面に次を明記

①郵便番号・住所②氏名③電話番号

■返信用表面に次を明記

①郵便番号・住所②氏名

■注意事項

- ◇応募多数の場合は抽選で入場整理券(1枚で2人入場可)をお送りします(3月25日(金)発送予定)
 - ◇1歳以上から入場人数に含まます
 - ◇当選は1人1通限りになります
 - ◇インターネットオークションなどで転売を目的とした応募は固くお断りします。売買を目的とした応募であると判明した場合は、抽選の対象外とさせていただきます
 - ◇予選会は観覧自由。ただし会場の定員を上回った場合は、入場を制限する場合があります
- ※アンバーホールでは、応募の際にいただいた情報は、他の目的には使用いたしません

住居跡から銅鏡発掘

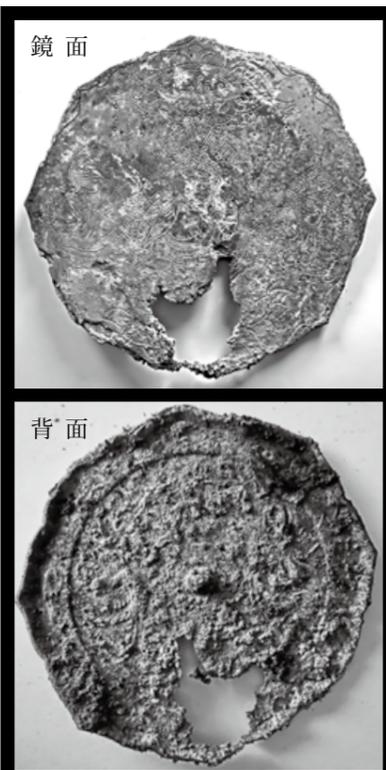
年の瀬が迫る12月14日、総合防災公園整備の事前調査として発掘していた昼場沢遺跡(旭町)から、平安時代の銅鏡が出土しました。同遺跡は、土器や鉄製品なども出土している古代の集落跡。銅鏡は、2層四方ほどの小さな焼失竪穴住居跡から発見されました。発掘された銅鏡は、県立博物館で行われている特別展で展示されています。

鏡面に仏像を線刻



発掘された八稜鏡(中央矢印)

ちりょうきょう 線刻阿弥陀三尊鏡像(せんごくあみださんぞんきょうぞう)。名称は、形状や文様を基に付けられ、この場合は「8つの稜をもち、鏡背に瑞花文と2羽の鳳凰があしらわれ」鏡面に阿弥陀三尊が線刻されていることから付けられています。



瑞花双鳳八稜鏡
線刻阿弥陀三尊鏡像
[直径9cm(青銅製)]

年代…平安時代後期
(10世紀後半~11世紀前半)
遺跡名…昼場沢(ひるばさわ)遺跡
発掘地…旭町 福祉の村隣接地

2月28日(日)まで! 岩手県立博物館「海に生きた歴史」展

「線刻阿弥陀三尊鏡像」を展示中!

復興事業に伴う発掘調査の成果を展示した特別展で、今回発掘された八稜鏡も展示中です。昨年1年間に発見され、注目を集めた全国の調査成果・出土品を集めた「新発見考古速報展」も同時開催。展示終了後に保存処理を実施するため、当面は八稜鏡を見られるのは、この機会だけ。久慈からの「大発見」、この機会にぜひご覧ください。

観覧料…一般310円・学生140円・高校生以下無料
※考古速報展を含む場合、一般600円・学生400円・高校生以下200円

八稜鏡 ポイント解説

八稜鏡研究者 井上雅孝さん(滝沢市)

- 県内での八稜鏡の出土は6例目(発掘調査では4例目)となり、寺院跡などで出土事例が多いです。鏡面に線刻があるものは、八幡平市の白坂薬師堂跡に続き2例目となります。
- 鏡面に精密に仏を線刻した鏡が発掘調査で出土したのは、東北地方初(寺院などに奉納されている例はある)。古代の銅鏡としては、日本最北の出土例となります。
- 鏡面には、阿弥陀如来(中央)・龍樹菩薩(左)・地藏菩薩(右)と天蓋(上)が彫られています。京都の醍醐寺に収められた阿弥陀五仏鏡像(国指定重要文化財)とよく似た絵柄で、技術的にも高度であり、畿内方面から持ち込まれたのではないかと推測します。
- 久慈を含む岩手県北部の平安時代の信仰については、これまで明確な資料が無く、不明な点が多々あります。今回の発見は「平安時代に、この地域にも仏教が伝来していた」という事実を示す貴重な資料となると考えられます。



瑞花双鳳八稜鏡 線刻阿弥陀三尊鏡像(模写)
(阿弥陀三尊像が彫られた鏡面・原寸大)

東北初! 平安時代の銅鏡
「線刻阿弥陀三尊鏡像」が出土

水道を次世代につなぐために

水道事業所では、これからも安心・安全な水道水を安定的に供給し続けるために、次の取り組みを実施していきます。皆様のご理解、ご協力をお願いします。

●中長期的な視点による水道事業経営

施設や水道管などの状態を適切に診断・評価して管理を行うアセットマネジメントを導入し、中長期的な視点から施設の縮小や更新、長寿命化、耐震化などを検討して行きます。
また、評価結果に基づいて次期水道事業基本計画を策定し、将来にわたって持続可能な水道事業経営を目指します。

●民間への業務委託による経費の削減

水道料金等に関する業務を民間委託し、業務の効率化による経費節減、サービスの向上を推進します。合わせて、水道料金の納付窓口をコンビニなどに拡大することで収納率の向上を図ります。

●水道料金改定による給水収益の改善

水道事業を継続していくためにも、水道料金の原価割れ・赤字経営の解消が急務となっています。「当たり前」の水道をこれからも利用し続けられるように、市民生活を第一に考え、水道事業を維持していくことが可能な水道料金の改定を検討していきます。



安心、安全な おいしい水をいつまでも

岡水道事業所 ☎ 52-2189

昭和30年に久慈市の水道が誕生してから60年。「当たり前」の水道をこれからも維持していくために、老朽化した施設の計画的な更新や、東日本大震災を教訓とした耐震化を進めていくことが課題となっています。
水道事業所では、市民生活にも深刻な影響を与える“断水”を回避し、安全で安心なおいしい水を安定供給するため、取り組みを進めています。

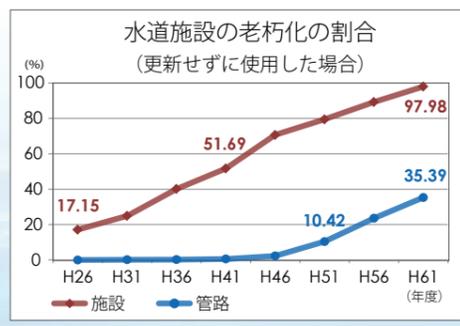
2月から発行される新しい納入通知書(例)

水道料金 コンビニでも納付可能に

水道料金がコンビニエンスストアなどで納付できるようになります。2月以降に発行される新しい納入通知書を、納付場所までお持ちください。

- 新たな納付場所
- 全国のコンビニエンスストア
- ゆうちょ銀行・郵便局
- MMK設置店
(ユニバース、イオンなど)

- ※次の納入通知書では、コンビニ等での納付ができません
- ▶平成28年1月以前に発行されたもの
 - ▶納入期限を過ぎたもの
 - ▶バーコード印字がないもの
 - ▶傷や汚れにより、バーコードが読み取れないもの
 - ▶金額を訂正しているもの



施設更新まったなし
一方、電気料や施設の管理費・修繕費など水道事業を続けるための経費は、年々増加しています。
現在使用している浄水場などの水道施設や水道管の多くは、昭和40〜50年代前半に建設されたもので、老朽化が進んでいます。施設の老朽化を

23年度からは、赤字経営が続いています。これまでは、内部留保資金(いわゆる貯金)で赤字を補ってこまらなりましたが、このまま赤字経営が続けば、水道水を供給するための重要な工事ができなくなるほか、水道事業の経営自体も危ぶまれる状況です。



東日本大震災の際に給水を受ける人たち。水道は「当たり前」のものではありません

水道水は当たり前?
蛇口をひねれば、いつでもいくらでも、きれいな水道水が出てくる。それが当たり前のことかと思いませんか？
水は、私たちの生活に欠かせないもので、あまり身近すぎるとかえって「あって当然のもの」と特別に意識せずに使ってはいませんか？
実際には、皆さんの家庭に水道水が届くまでに、取水した水を浄化・消毒する浄水場、各戸につながる配水場や水道管の維持管理など、多くのコストがかかっています。利用者が減少する中で、水道を維持していくためには、実は課題が山積み。「当たり前」に供給される水道水のこと、「当たり前」と思わずに考えてみませんか？

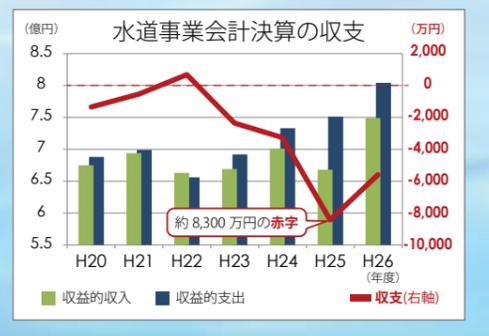
今後水道を維持し、次の世代へ引き継いでいくためにも、経費節減と収益確保が急務です。水道事業所では、持続可能な水道経営を目指して取り組みを進めています。



▼老朽化した水道管の内部

▲老朽化し漏水した水道管

給水収益の減少続く
水道事業は基本的に独立採算で、給水収益(主に利用者から徴収する水道料金)が主な収入です。しかし、少子高齢化や人口減少による利用者の減少、トイレ・風呂等の節水機能の向上により、給水収益は減少が続いています。
水道料金は、昭和59年以降30年以上にわたり、消費税増税による値上げを除いて改定されていません。水道事業所では、市民の皆さんに負担をかけないよう人員や経費の削減など経営努力をしてきましたが、平成7年度からは料金収入が給水原価を下回る「原価割れ」の状態。さらに平成



市民満足度

アンケート結果

市では、市民2千人を対象に、市の代表的な施策の満足度を問うアンケートを実施しました。本調査結果から、把握した「施策への評価」や「市民ニーズ」は、今後の市政に活用していきます。

政策推進課 ☎ 52-2115

調査概要

- 名称 市民満足度アンケート
- 期間 10月15日～10月26日
- 対象 各行政区の人口比に基づいて、無作為に抽出した20歳以上の市民2,000人
※住民基本台帳は8月末現在
- 有効回答数 599人(29.9%)

重要度

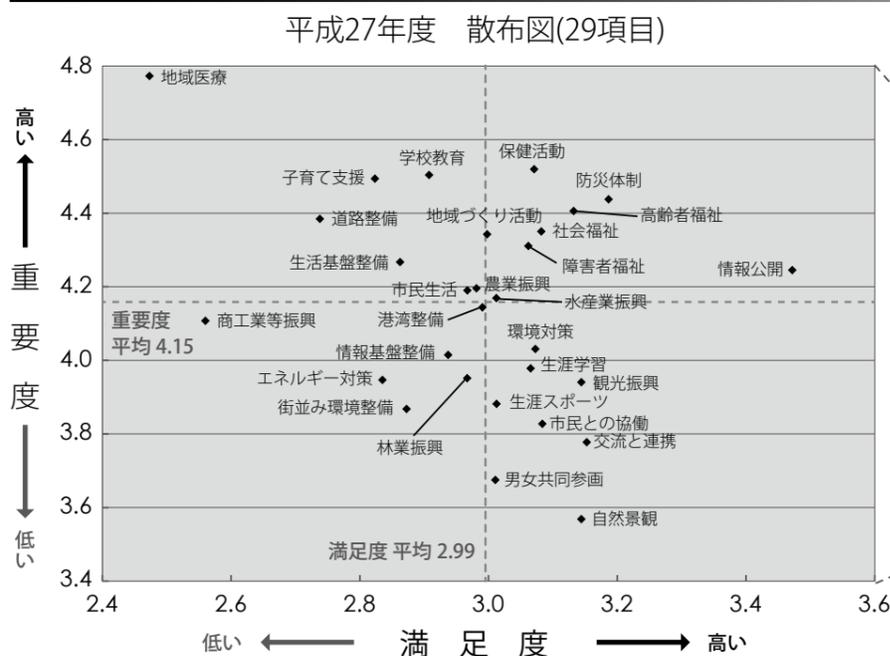
満足度

【H27 低い順】		【H27 高い順】	
①自然景観	②男女共同参画	③交流と連携	
①地域医療	②保健活動	③学校教育	
【H22低い順】	【H19低い順】	【H22高い順】	【H19高い順】
①自然景観	①男女共同参画	①地域医療	①地域医療
②男女共同参画	②自然景観	②保健活動	②高齢者福祉
③生涯学習	③生涯スポーツ	③子育て支援	③防災体制
【H27 低い順】		【H27 高い順】	
①地域医療	②商工業等振興	③道路整備	
①情報公開	②防災体制	③交流と連携	
【H22低い順】	【H19低い順】	【H22高い順】	【H19高い順】
①道路整備	①地域医療	①情報公開	①情報公開
②地域医療	②商工業等振興	②防災体制	②生涯スポーツ
③効率的な行政	③財政健全運営	③生涯スポーツ	③保健活動

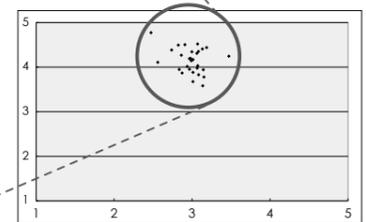
市の課題を明確化

市が総合計画に基づき実施している代表的な施策に対し、市民の皆さんがどの程度満足しているか、またどの施策に重要性を感じているかを把握するため、10月15日から10月26日にかけて、市民満足度アンケート調査を実施しました。調査対象となった2千人のうち、有効回答数は599人。回答いただいた重要度と満足度の平均値を表したものが下のグラフです。

結果は、今年度、市が進めてきた総合計画や個別計画の策定資料として活用。併せて、今後の業務改善を進める上で、参考とさせていただきます。調査にご協力いただき、ありがとうございました。



左のグラフは、市の代表的施策について、項目ごとの重要度と満足度を表したものです。グラフ中、上に行く程重要度が高い、右に行く程満足度が高い施策と評価されています。全項目の平均値を点線で示しています。



医療・介護・福祉が連携

北三陸塾事務局(リハビリタウンくじ内) ☎53-0056

在宅医療の充実へ

住み慣れた地域や自宅で、最後まで自分らしく暮らし続けるために、医療・介護・福祉が連携した在宅医療の充実が求められています。

NPO法人「北三陸塾」は、こうした背景のもと、久慈広域4市町村で、医療・介護・福祉に携わる職員の意見交換・情報共有の場として設立。在宅医療の推進を目指し、健康・介護に関する住民向けセミナーや医療・介護職の研修会などを開催しています。

情報共有で連携強化

これらの活動に加え、各機関が連携して患者を支援していくための『北三陸ネット』を構築。4月からの本格運用

開始を目指しています。

『北三陸ネット』は、久慈広域の病院・診療所・薬局・介護施設を安全なネットワークで結び、情報の一元管理を行うもの。患者の情報を関係機関が共有することで、どのようにケアするべきかを検討し、質の高いスムーズなサービスの提供を可能にする仕組みです。「食事など生活に関する情報を介護士から医師に伝え適切な処置をする」「複数の医療機関で処方された薬を整理して重複を防ぐ」など、医療と介護が連携して在宅療養中の生活の質をより高めることを目的としています。

情報の共有は、本人の同意に基づいて行われ、同意を受けた病院・診療所・介護施設の間のみで実施されます。

年金保険料忘れず納付を

市民課 年金係 ☎ 52-2118

保険料納付忘れずに

国民年金保険料の納め忘れはありませんか。国民年金は老後や万が一のとき、あなたの大きな支えになります。忘れずに納めましょう。保険料は、次のいずれかの方法で納付してください。

- ▼金融機関や郵便局、コンビニで納付書を使用
- ▼口座振替やクレジットカードを利用
- ▼インターネットバンキングやATMなどを利用

割引制度のご利用を

期間をまとめて「前納」したり、口座振替で当月保険料を当月末に引き落とす「早割」を利用すると、保険料が割り引きになります。また、前納には「現金払い」と「口座振替」があります。

●割引制度と割引額

割引制度	期間	割引額 ※
前納	現金	6カ月 760円
		1年 3,320円
	口座振替	6カ月 1,060円
		1年 3,920円 2年 15,360円
早割	口座振替	1カ月 50円

※平成27年度の割引額です

口座振替や前納・早割制度は、事前に申し込みが必要です。市民課の4番窓口か、口座を開設している金融機関または二戸年金事務所(☎0195-234111)にお申し込みください。

- ▼手続きに必要なもの: ①年金手帳 ②預金通帳 ③金融機関への届け出印 ④運転免許証など本人確認できるもの
- ▼前納の申込期限: 2月29日(月)
- ※早割の申込期限はありません

寄せられた義援金

1,248件

9,492万2,765円

(1月10日現在)

全国各地から義援金、寄付金が寄せられました。ご支援ありがとうございます。

12月11日～1月10日 受付分 (敬称略)

義援金

■県外・団体

▶(株)ニック

■県外・個人

▶秋本馨

■市内・団体

▶平成27年度ふれあい福祉まつり実行委員会

寄付金

■その他

▶復興支援・住宅エコポイント復興寄付

■ふるさと納税

県内…56件、県外…1,363件

八戸★トピックス



「もぐらんカメ吉」に特別な春がやってくる

八戸市水産科学館マリエントでは、東日本大震災で被災した久慈地下水族科学館「もぐらんぴあ」からアオウミガメ「もぐらんカメ吉」をお預かりしています。

4月下旬のもぐらんぴあオープンに合わせて、カメ吉はマリエントからもぐらんぴあに帰省。今の成長したカメ吉と、それを見守り続けたマリエントの元気なスタッフのみんなに会いに来てください。

▶会場…八戸市水産科学館マリエント3階

▶入館料…一般300円/シニア150円/高校生200円/小中学生100円 ※3階のみ

☎ 八戸水産科学館マリエント ☎ 0178-33-7800

所得税の確定申告は税務署で

2/10(水)～3/15(火) 平日 9:00～17:00

平成27年中に所得控除額を超える事業や不動産などによる所得があった人は所得税の確定申告が必要です。
▶開設期間…2月10日(水)～3月15日(火)・平日9時～17時
 ※申告書の作成会場は大変混雑し、長時間お待ちいただく場合があります。開設時間内に申告書の作成が終わるように、早めにご来場ください
▶会場…久慈税務署(1階会議室)
 ※会場では、手引きやパソコンを利用してご自身で申告書などの書類を作成していただきます
 ※会場には駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください

■申告は、簡単・便利な e-Tax^{インターネット} や郵送で
 国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」(www.nta.go.jp)では、e-Tax(電子申告)や書面作成がいつでも利用可能。ご自宅などで気軽に申告書を作成し、e-Tax や郵便で提出することができます。
 e-Taxは「給与・年金画面」が新設され、さらに使いやすくなったほか、自動計算機能や申告データの保存など、さまざまなメリットがあります。ぜひお試しください。
☎ 確定申告全般…久慈税務署 ☎ 53-4161
☎ 確定申告書等作成コーナー…ヘルプデスク ☎ 0570-01-5901

市県民税、国民健康保険税などの

申告受付相談

2.16(水)▶3.15(火)

■会場 税務課(市役所1階)
■時間 平日 8:45～17:00
 (月曜日は18時まで)
☎ 税務課 ☎ 52-2114

INFORMATION

控除の適用、証明書の再発行

■東日本大震災等で被災した人などの控除
 東日本大震災などで被災し、平成23年分申告までに雑損控除を適用した人や、寄付金・義援金を支払った人は控除の適用が受けられる場合があります。詳しくはお問い合わせください。
☎ 税務課 ☎ 52-2114
■国民年金保険料控除証明書の再発行
 国民年金保険料の控除証明書が届かない、または無くした場合は再発行ができます。
☎ ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル ☎ 0570-070-117
☎ 二戸年金事務所 ☎ 0195-23-4111

個人事業税の申告は振興局で

個人で事業を営んでいる人は、平成27年中の事業所得等を振興局に申告する必要があります。年の途中で事業を廃止した場合も申告が必要。詳しくは県ホームページ「けんぜいねっと」(www.pref.iwate.jp/zei/index.html)をご覧ください。
 ※所得税や住民税の申告をする場合は不要です
☎ 県北広域振興局県税室 ☎ 53-4986

国保税 納付に困ったら相談を

国民健康保険は、加入者(被保険者)が国民健康保険税を出し合って運営されている医療制度です。特別な事情がなく国民健康保険税を滞納している場合は、短期間の保険証を交付したり、医療費全額を負担いただくなどの手続きを取るようになります。分割納付もできますので、納付が困難な場合はお早めにご相談ください。
☎ 保険証に関すること…市民課 ☎ 52-2118
☎ 納付に関すること…収納対策課 ☎ 52-2368

各地区での巡回申告相談

月日	時間	対象	会場 (Cはセンターの略)
2/8(月)	10:00～12:00	戸呂町	戸呂町地区集落C
	14:00～16:00	関	霜畑地区 コミュニティーC
9(火)	10:00～12:00	日野沢	日野沢公民館
	14:00～16:00	来内	来内地区集落C
	10:00～12:00	繋	つなぎ地区 消防コミュニティーC
	14:00～16:00	荷軽部	荷軽部地区集落C
10(水)	10:00～12:00	小国	小国地区 多目的集会施設
12(金)	10:00～12:00	霜畑	霜畑地区営農研修館
14(日)	9:30～15:30	山形町 全域	山形総合センター
	10:00～12:00	山根	山根公民館
15(月)	14:00～16:30	大川目	大川目公民館
	9:30～12:00	久喜・三崎	久喜地区 防災センター
18(木)	9:30～12:00	小久慈	小久慈公民館
23(火)	9:30～11:30	夏井	夏井公民館
25(木)	9:30～12:30	侍浜	侍浜公民館
26(金)	9:30～11:30	宇部	宇部公民館

※対象地区にお住まいの人以外は受け付けできません

申告相談に必要なもの

- 印鑑、預金通帳**
 預金通帳は、還付金の受け取りや口座振替に使用します。口座番号などを書いたメモでも構いません。
- 平成27年中の所得が分かる書類**
 ①源泉徴収票(給与や公的年金等)や支払調書(報酬など)
 ②収支内訳書(営業や農業、不動産などの所得がある人は、収入や経費、所得などが分かるもの)
- 所得控除の内容を証明する書類**
 ①支払った医療費や国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、社会保険料、寄付金などの領収書や証明書
 ②国民年金保険料、生命保険料、地震保険料の控除証明書
 ③身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳(※)

※手帳がなくても控除対象になる場合があります

上記③の手帳をお持ちでない人でも「65歳以上で、要介護1～5の認定を受けている人」は、「障害者控除対象者認定書」を申請することで、障害者控除が受けられる場合があります。詳しくはお問い合わせください。
☎ 社会福祉課 ☎ 52-2119

会場でのお願い

- 事前に計算しておいてください**
 会場での混雑を避けるため、事前に次の2点を済ませておいてください。※混雑時は、準備が整っている人から受付する場合があります
 ①収入、経費項目の仕分け・計算
 ②医療費控除の領収書の計算
- 防寒着をご準備ください**
 申告相談の待合所には暖房機器を設置していますが、正面玄関付近のため、冷え込むことが予想されます。混雑時は2時間程度お待ちいただくこともありますので、防寒着などをご準備ください。

申告が必要な人

平成28年1月1日現在、久慈市に住所があり、平成27年中の所得が次のいずれかに該当する人は、市県民税、国民健康保険税の申告が必要です。
 ※税務署に所得税の確定申告書を提出した場合(電子申告を含む)は、市役所での申告は必要ありません

給与収入があった人
(パート収入を含む)

- 次の①～③のいずれかに該当する人**
 ①平成27年中に退職した人や、年末調整が済んでいない人
 ②年末調整した給与以外の所得(営業等、農業、不動産、雑、一時、譲渡など)があった人
 ③2カ所以上から給与を支給されている人

給与収入がない人

- 所得が公的年金等のみで、扶養や社会保険料などの所得控除を受ける人**
■営業等、農業、不動産、公的年金等以外の雑、一時、譲渡などの所得があった人
■所得が非課税収入(遺族年金、障害年金、失業保険など)のみの人
■久慈市外に住んでいる人に扶養されている人
■収入がなく、扶養されていない人

●申告書が必要な人は連絡を

申告書は市から送付せず、相談会場で作成します。事前に申告書が必要な人はお問い合わせください。

●年金受給者の人も確認しましょう

収入が公的年金等のみの人でも、所得控除の申告により市県民税が減額される場合があります。年金天引き以外の社会保険料控除や扶養親族がある人などは忘れずに申告してください。

●申告は忘れずに

市営住宅の入居、児童手当、保育園の入園、公的年金や事業資金の融資などの手続きには税の証明書が必要です。申告をしないと、これらの手続きに必要な税の証明書の交付が受けられなくなる場合があるほか、国民健康保険に加入している人は、国民健康保険税の軽減などの適用が受けられなくなります。忘れずに申告しましょう。



梅沢政隆
リポーター



大久保勝男
リポーター



金田一元
リポーター

「初日の出号」で初詣

元旦恒例のお座敷列車が運行

1月1日



周囲の雲を金色に輝かせながら現れた初日の出

三陸鉄道のお座敷列車「初日の出号」が運行。天候にも恵まれ、久慈駅を出発した参加者は野田玉川駅のホームに立ち、水平線から昇る初日の出を拝みました。初詣は普代の鶴鳥神社。参加者一同で祈禱していただき、今年一年が良い年になるように願っていました。(金田)

地域のために、四半世紀

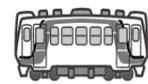
日本地下石油備蓄が市社協に寄付

12月21日



日當会長(中央右)に目録を手渡す松浪所長(中央左)

日本地下石油備蓄(株)久慈事業所(松浪健策所長)が、チャリティオークションなどで社員から募った募金126,652円を歳末助けあい募金として市社会福祉協議会(日當光男会長)に寄付。同社の寄付は25年にわたり続けられており、地域の福祉活動などに活用されています。



まちのわだい



すてきなおとをひびかせて

門前保育園幼年消防クラブに鼓笛隊セット交付 1月20日

久慈地区幼少年婦人防火委員会(米澤喜三会長)は、宝くじの助成制度を活用し、門前保育園(宮澤憲司理事長・清川範子園長)幼年消防クラブに対し、幼年消防用鼓笛隊セット一式を交付。門前保育園で年長組の園児33人が参加して交付式が行われ、クラブを代表して石坂悠乃ちゃん(6歳)が米澤会長から鼓笛隊の指揮杖を受け取りました。

交付を終え、米澤会長は「いろいろな場所で素敵な演奏を披露して、防火の心を訴えて欲しいです」とあいさつ。続いて、クラブ員を代表して、中新井田琳士くん(5歳)と大向彩葵ちゃん(6歳)が「大切に使います」と元氣よくお礼のことばを發表しました。



1



2

1/結成28年を迎える門前保育園幼年消防クラブの皆さん 2/クラブを代表して、米澤会長(左)から指揮杖を受け取る石坂悠乃ちゃん(右)

小正月行事で世代間交流

山根公民館で「世代間ふれあい教室」

1月7日



お昼には、なもみが登場。会場を盛り上げました

世代間ふれあい教室「小正月行事」が旧山根小中学校で開催。小中学生8人を含む45人が参加し、餅つきやミズキ団子作り、お昼は雑煮でお正月気分を満喫しました。新春大運動会では子どもたちと一緒にボール送りなど5種目で交流。年齢も忘れ楽しみました。(大久保)

ダンスで地域を元気に

東高校チア同好会に小さな親切実行章

12月3日



実行賞を受けたチアリーディング同好会の廣崎さん

小さな親切運動実行本部は、福祉施設などを慰問しダンスを披露した久慈東高校チアリーディング同好会に「小さな親切」実行章を授与。当時の部長である廣崎侑花さんは「地域を元気にしようと、先輩から引き継いできた活動が認められてうれしいです」と笑顔を見せました。

「万がー」に大きな備え

琥珀会と福祉避難所協定を締結

12月18日



調印を交わした遠藤譲一市長(左)と田代理事長(右)

市は、小久慈町で特別養護老人ホームこはく苑などを運営する社会福祉法人琥珀会(田代文雄理事長)との間に、緊急時に施設を災害時要援護者が二次避難する「福祉避難所」として活用する協定を締結。これにより、市内の福祉避難所は11法人の17施設になります。

新年の活躍を誓う

三船十段記念館鏡開き

1月10日



元気に餅つき。力強い音が道場に響き渡ります

三船十段記念館では、道場生の心身の鍛錬と技術向上を目的に7日から9日の3日間、早朝寒稽古を実施。この日は、締めくくりとして、紅白試合などを行いました。終了後は、鏡開きが行われ、道場生らが自らきねでついた餅を食べて、新しい年の活躍を誓いました。

大盛況！夏井の小正月

夏井公民館で小正月行事

1月10日



地域の皆さんから指導を受けながら、餅つきを体験する子どもたち

小正月行事を再現する「夏井の小正月」が夏井公民館で開かれ、地域の子どもから高齢者まで約120人が参加。みんなでふれあいながら餅つきやミズキの飾りつけ、もち料理の会食、正月の昔遊びなどを体験。参加者は郷土の文化と伝統行事の良さを感じていました。(梅沢)

児童の地域活動、LEDライトで後押し

パナソニックが防犯ネックライトを寄贈

1月13日



遠藤市長(右)に目録を手渡す笠原室長(左)

パナソニック(株)が復興支援の一環として、久慈湊小学校にLEDネックライト200個を寄贈。市役所を訪れ遠藤譲一市長に目録を手渡した同社東北復興推進室の笠原誠室長は「子どもたちが喜んでくれること、そして省エネ意識を持ってくれることに期待します」と話しました。

福祉のところで

ふれあい福祉まつり売上金を寄付

12月18日



義援金を手渡す高屋敷委員長(左)

ふれあい福祉まつり実行委員会(高屋敷真喜子委員長)が、8月30日に開催された同まつり売上金の一部109,934円を東日本大震災の義援金として市に寄付しました。同会の寄付は5年連続。この日、高屋敷委員長らが福祉事務所を訪れ、義援金を手渡しました。

姉妹都市の絆を紹介

市派遣団、在シカゴ総領事館を訪問

1月7日



岩藤総領事(中央)を囲んで懇談をする市派遣団

遠藤譲一市長ら市派遣団は、フランクリン市を表敬後、同市があるインディアナ州を管轄する在シカゴ日本国総領事館を訪問。岩藤俊幸総領事を表敬し、両市の姉妹都市関係を紹介し、交流のきっかけとなった名誉市民タマシ・アレン先生を刻んだ琥珀の盾を手渡しました。

市内の小・中学校で英語を教えているA.L.T.（外国語指導助手）の皆さんが、久慈で生活して感じてきたことなどを紹介するコーナーです。

My life in Kuji



クリストファー・メルガー さん
アリゾナ州・25歳 / 久慈小、長内小、平山小、侍浜小、宇部小、大川目中、侍浜中、三崎中を担当

楽しかった北海道

皆さん、年末年始はどのように過ごしましたか？私は、北海道に行ってきました。

函館では、とても大きなクリスマスツリーが飾られていました。毎日18時にはツリーをバックに花火が上がり、赤レンガの西洋建築とも相まって、まるでヨーロッパにいるようでした。また、「ラッキーピエロ」という地元のハンバーガーチェーン店は、たくさんの天使で飾られていたり、椅子がブランコだったり、支店ごとに特徴があり面白かったです。

札幌の豊平峡温泉では、アメリカ人のパイロットと出会いました。頭にタオルを乗せ、慣れた様子で温泉につかる姿から、間違いなく彼こそは「温泉エキスパート」だと思いました。



しかし、話を聞くと温泉に来るのは初めてで、事前にインターネットで温泉の入り方を勉強してからきたそうです。インターネットって便利ですね！



玄関の軒先に吊るされた杉玉と一枚板でつくられた看板が造り酒屋を印象付けます



ぶらりくじ歩き

「福」が「来」ますように
「幸せを呼ぶ酒」福来

岡福来 ☎56-2221

三陸鉄道の陸中宇部駅から5分ほど歩くと、白壁の大きな建物が目を引く蔵元・福来。明治40年に創立した酒造業者で、現在では久慈地域唯一の蔵元として、今年も新酒の仕込み作業が行われています。

その名前は、飲む人・売る人・造る人に「福」が「来」るようにと命名。「幸せを呼ぶ酒」として、さまざまな行事での乾杯や晩酌のお酒として愛されています。

軒先に吊られる青々とした新しい杉玉は、新酒の時期を告げるもの。今月下旬には新酒が仕上がります。事前の相談で施設見学も可能。地元の蔵元「福来」で、酒造りの工程を学んでみませんか。



結婚して47年。笑顔の素敵なお二人です

Name
中上 辰雄 さん(左)
なかみ たつお (山形町・77歳)

中上 ツル さん(右)
なかみ つる (山形町・72歳)

Profile
トイレ清掃のほか、農業も夫婦で行っている。昨年まで地元の小学校に出向いて、子どもたちに豆腐作りやそば打ちを指導するなど、世話好きな二人。それぞれを「ゆったりしているが几帳面(辰雄談)」「話好きで、よくしゃべる(ツル談)」。子どもが3人、孫が4人いるが市外に居住。「今は犬と猫が孫代わりですね」と笑顔

きらり人輝く

使命と生きがいを感じる仕事

観光客や地元の皆さんが快適に公衆トイレを利用できるように、気持ちを込めて清掃を続ける中上辰雄さん・ツルさん夫婦。本市を代表する観光地の1つ、平庭高原周辺の公衆トイレ5カ所の清掃作業を行って5年目。春から秋は毎日、冬は週4回活動しながら、きれいな環境づくりに励んでいます。

二人で始めたきっかけは8年前、ツルさんが働いていた平庭山荘が公衆トイレの清掃を請け負い、その作業を任せてもらったこと。「掃除といっても施設の中も外もある。一人では大変だから」と辰雄さんも参加し、二人三脚で3年間活動しました。

昨年度からは来内自治会がトイレ清掃を請け負うことになり、これまで精力的に活動してきた中上さん夫婦に白羽の矢が立ちました。「これは私たちに与えられた使命。

生きがいを感じて頑張っています」と辰雄さんは熱く語ります。

仕事は二人で分担。元大工の辰雄さんは、屋外のゴミ収集や不良箇所のチェック。ちょっとした雨漏りなどは自分で補修したこともある腕前です。ツルさんは、便器や手洗い場の清掃、トイレトーパー補給、鏡磨きなどを行います。ツルさんは「以前はイタズラや汚れが多かったけど、最近はきれいに利用してくれる人が増えましたね。利用者の皆さんから『ご苦労さまです』と声を掛けてもらえるのがうれしい。とてもありがたいです」と笑顔を見せます。

今後について尋ねると、辰雄さんは「おかげさまで夫婦揃って健康です。これからも機会をいただければ願ったりかなったり」とやる気満々。二人の共同作業はまだまだ続きそうです。

いわて国体通信

2016 希望郷 いわて国体

第71回国民体育大会 広げよう 感動。伝えよう 感謝。

開催まであと 243 日 (2月1日現在)

おもてなしの心を学ぼう！

おもてなしセミナー参加者募集

国体推進課 ☎54-8006

おもてなしセミナー

- 日時… 2月19日(金) 13:30~15:30
- 会場… 市役所車庫棟会議室(3階)
- 対象… 市内の個人、団体
- 定員… 50人程度(参加無料)
- 講師… いわて観光おもてなしマイスターの会長 菊池 大介氏
- 申込期限… 2月12日(金)

いよいよ今年開催される第71回国民体育大会「希望郷いわて国体」。久慈市では柔道競技会が開催され、全国から多数の選手・関係者などが訪れます。

大会を通じて久慈市を訪れる皆さんを温かく迎えるため、「おもてなしマイスター」から適切な言葉づかいや対応の仕方、「おもてなしの心」を学ぶセミナーを開催します。

国体を通じて、身近なところから一緒に久慈市を盛り上げていきましょう！皆さんの参加をお待ちしています。

集まれ！元気の輪

ふれあいサロン「しあわせの会」

代表：上野 美重子さん ☎52-4531

活動日：毎月第1・3木曜日 10時~15時

活動場所：幸町公民館

テーブルの上はいつもお皿でいっぱい。おいしい料理に会話も弾みます



「しばらくだねー、お茶飲みしようか！」から始まった「しあわせの会」。米0.5合と会費200円、野菜などを持ち寄り、みんなで料理を作っています。

楽しそうな会話と笑い声が飛び交う厨房の中では、メンバーが「手」と「口」を手際よく動かしています。料理以外にも、おしゃべりや運動、家事の息抜きの日帰り旅行など、やりたいことはみんなでお茶を飲みながら決定。モットーは「全員参加でみんな楽しく」、すてきな笑顔がいっぱいのふれあいサロンです。

■いわて国体の最新情報はこちらでチェック！
いわて国体実行委員会ホームページ <http://www.iwate2016.jp/>
市実行委員会ホームページ <http://www.city.kuji.iwate.jp/kokutai/index.php>
市実行委員会 Facebook <https://www.facebook.com/Kokutai.kuji>

元 健康
健 だより

脳卒中予防 ～アルコールと喫煙～
「適切な飲酒」と「禁煙」

山形福祉室 ☎ 72-2143



古屋敷 和子 主任保健師

「適切な飲酒」と「禁煙」で脳卒中を防ぎましょう！

アルコールの働きは、血管が収縮し血圧が高くなったり、反対に血管が広がり血圧が下がったりと、人によってさまざまです。

飲酒を勧めるものではありませんが、アルコールは「百薬の長」といわれ、適度な飲酒（例：日本酒 0.5 合）であれば、脳卒中や心臓病に対して予防的に作用します。しかし、長い間の飲酒習慣や飲酒量の増加で血圧も高くなり、心臓へも負担をかけ、脳卒中の発症へとつながることが明らかになっています。

タバコに含まれるニコチンやタール、一酸化炭素で、血管はボロボロ、血液もドロドロになり、血圧・脈拍も 20 くらい上昇。「一服のタバコ」が心臓に余計な負担をかけます。

ニコチンは依存性が高いので、タバコをやめるためには家族の協力や市販の禁煙補助剤の利用、禁煙外来の受診などが必要。タバコと縁を切る第一歩を踏み出してほしいです。

血管、心臓を健やかに保ち、脳卒中を予防するには「適切な飲酒」「禁煙」をお勧めします。

今月の元気さん



下斗米 ヨシ子さん (山形町・84歳)

吊るし飾り作りが楽しみ。15年間で100点近くを制作。楽しいですよ！

子 育 援
応 だより

利用案内

子育て支援センター (川崎町11-1) ☎ 52-3210

■対象・利用料…未就学児と保護者・無料

■利用時間…①月～金 8時30分～17時 ②土 8時30分～13時30分

■休館日…土曜日の午後、日曜日、祝日



行事の紹介



豆まき会

みんなで一緒にかわいい鬼を作ったり、ゲームをしたりして遊みましょう！オニさんも登場するかも？！

日	時間	行事名
2(火)	10:30～11:30	豆まき会 (要申し込み)
3(水)	13:30～15:00	赤ちゃんサロン「離乳食(後期)の試食会」 対象…1歳3カ月までのお子さんと保護者
8(月)	10:00～12:00	お菓子教室「パピパに手作りチョコケーキを贈ろう」 定員12人(要申し込み)、託児あり(定員10人)
10(水)	11:00～	絵本の読み聞かせ
12(金)	終日	あそびの教室 対象児が決まっているため、自由来所はできません
16(火)	10:30～11:30	ひよこ教室
24(水)	10:00～12:00	料理教室「地元食材を使ったお祝いメニュー」 定員12人(要申し込み)、託児あり(定員10人)
26(金)	終日	あそびの教室 対象児が決まっているため、自由来所はできません

今月の元気ちゃん



谷崎 人生くん (5歳・久慈保育園)

サッカーが大好きです。上手くなっていっぱいシュートを決めたいです！

編集後記

今年の成人式は保育園や小学校のころから知っていた子どもたちがたくさん出席していました。立派に成長し過ぎて数人しか分かりませんが、将来は久慈に戻って、まちを元気付けてほしいですね。(水上)

昼場沢遺跡から、平安時代の銅鏡が発見されました！付近には古代に修験道寺院があった可能性が高い、とのことで、久慈地域の歴史を書き換えるさらなる発見があるかもしれません。今後の展開に期待が高まります！(後)

なつかしタイムカプセル

竹スキー



スキーは明治時代の後期に西洋から日本に伝わり、全国に普及していきました。当時の子どもたちは竹を使って自分でスキーを作り、滑って遊びました。

図書館
だより

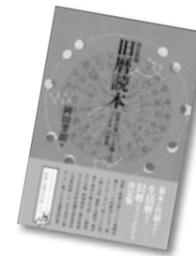


《市立図書館》 ☎ 53-4605

■開館時間…9時～19時(土日祝は17時まで)

■休館日…1(月)、8(月)、15(月)、22(月)、29(月)

改訂新版 旧暦読本



岡田芳朗／著
創元社／出版

旧暦と新暦の違いという基礎知識から、二十四節気と七十二候、十干と十二支、十二直と二十八宿、六曜と九星、雑節と五節句まで、暦の基本的な仕組みと由来を詳しく解説。古今東西の暦のすべてがこの一冊でわかります。

- 企画展「男磨き BOOK 展」…3(水)～21(日)
- 図書館映画会…①13(土)②27(土)10:00～14:30(2回)
- 読み聞かせ会「チビッコの部屋」…①13(土)11:00～②27(土)14:00～
- ブックスタート…18(木)①10:30～②13:30～ ※①4～5カ月児相談、②6カ月児健診の会場(元気の泉)で開催
- 朗読劇「セロ弾きのゴーシュ」…20(土)14:00～

2月の利用案内

おすすめ図書

イベント情報



《山形図書館》 ☎ 72-3711

■開館時間…10時～18時

■休館日…1(月)、8(月)、11(木)、15(月)、22(月)、29(月)

10代のためのYAブックガイド150!

金原瑞人／著
ポプラ社／発行



作家、書評家、書店員、図書館司書…27人の「本のプロ」が選んだ旬のYA本を紹介するブックガイド。小説、コミック、ノンフィクションなど、さまざまなジャンルを取り上げ、2015年刊行の最新本も掲載。

- 企画展「子どもたちに読んでほしい本」…28(日)まで
- 企画展「岩手の洋学者たち」…5(金)～14(日)
- 企画展『『ほっと』あったかくなる本展』…10(水)～3/3(木)
- 企画展「3.11を伝える記録と文学」…24(水)～3/31(木)

地域
おこし
協力隊

地域づくり振興課 ☎ 52-2116

Profile

高橋 剛 (たかはしつよし)
宮城県出身／林業水産課に勤務／趣味はサーフィン

何にでもチャレンジして
久慈を盛り上げます！



久慈の海・山・川など自然豊かな環境や、人柄に惚れ込み、久慈市に移住してきました。

私の主な仕事は、水産業振興の推進と漁業サポート。漁港に足を運び、漁業者の皆さんと海のことや世間話で盛り上がっています。

私にとって水産業は経験のない分野ですが、何にでもチャレンジしたい性格なので、今までの知識や経験を生かし、久慈市を盛り上げていきたいです。これから、潜水にもチャレンジします！

●地域おこし協力隊…都市地域から生活の拠点を移した者を市が委嘱。一定期間、地域に居住して、地域ブランドや地場産品の開発・販売・PRなどの地域おこし支援や、農林水産業への従事、住民の生活支援など「地域力活動」を行います。

生活
環境
だより

生活環境課 ☎ 54-8003



交通指導員を募集します

- ▶主な業務…①通学時の児童・生徒の安全確保②小・中学校での交通安全教室③イベント時の歩行者の安全確保
- ▶応募人数…3人(男女不問)
- ▶応募資格…次の全てに該当①市内在住の65歳以下②普通運転免許証を所有③人格円満で健康④ボランティア精神のある人
- ▶応募方法…生活環境課へ履歴書を提出してください。後日、面接の日程をご連絡します。
- ▶申込期限…2月29日(月)

暮らしの情報

このページでは、暮らしに役立つ情報をお知らせします。

- ★本庁舎 ☎52-2111
- ★山形総合支所 ☎72-2111
- ★宇部支所 ☎56-2111
- ★侍浜支所 ☎58-2111
- ★山根支所 ☎57-2111

※市役所の各課の番号は直通電話です。また、上記の代表電話からも掛けられます

お知らせ

住宅建築などの無料相談会

建築士やファイナンシャルプランナーなどの専門家が、住宅建築やローン、売買などの相談に応じます。
 ▶日時…2月9日(火)13時～17時
 ▶会場…やませ土風館「風の館」
 ▶対象…住宅・店舗などの建築予定者
 ※前日までに申し込みが必要です
 ☎白樺会 ☎75-3506

車の登録・検査は2月中に

毎年、自動車の検査や、車検、名義・住所変更、廃車などの登録手続きが3月に集中し、窓口や車検場が大変込み合います。手続きはできるだけ2月中に済ませましょう。
 ▶窓口の受付時間…平日8時45分～12時、13時～16時
 ☎自動車の登録・検査について…岩手運輸支局 ☎050-5540-2010
 ☎軽自動車について…軽自動車検査協会岩手事務所 ☎050-3816-1833

相続登記の電話無料相談

2月は「相続登記はお済みですか月間」
 ▶受付時間…10時～13時 ※土日祝日を除く
 ▶相談ダイヤル…☎0120-823-815
 ☎岩手県司法書士会 ☎019-622-3372

通学区域外の就学希望

就学する小・中学校は住所地によって指定されていますが、次のいずれかに該当する場合は、就学先の変更が認められます。詳しくはお問い合わせください。

- ①両親が共働きなどの理由で、下校後、祖父母等の家や自営業の業務先で保護監督する場合
- ②指定校に特別支援学級がない場合
- ③転居の場合⇒卒業または年度末まで転居前の学校に就学
- ④家の建築で転居予定の場合⇒転居予定先の学校に就学
- ⑤きょうだいが通学区域外の学校に就学している場合
- ⑥通学距離、交通環境、通学の安全等から特に配慮が必要と認められる場合
- ⑦教育的配慮が必要と認められる場合

☎教育総務課 ☎52-2154

満期の郵貯・簡保のご確認を

平成19年10月の郵政民営化より前に郵便局に預けた定額郵便貯金、定期郵便貯金は、満期後20年2カ月で権利が消滅します。払い戻しの手続きはお早めに。併せて、簡易生命保険の満期日もお確かめください。
 ☎郵便貯金・簡易生命保険管理機構 ☎03-5472-7101

結いっこ講演会 ご参加を

希望郷いわて大会（全国障害者スポーツ大会）の担当者を講師に、同大会の内容などを講演いただきます。
 ▶日時…2月13日(土)13時30分～15時
 ▶会場…久慈市総合福祉センター（福祉の村）※入場無料、申込不要
 ☎久慈市社会福祉協議会 ☎53-3380

平庭高原スキー場まつり

お年玉つき餅まき大会やビンゴゲーム、ケツすべり選手権大会など楽しい内容が盛りだくさん。18時30分からは花火大会も開催します。
 ▶日時…2月13日(土)11時～
 ▶会場…平庭高原スキー場
 ▶送迎バス…久慈駅発①9:00②16:45スキー場発①15:30②19:30
 ☎同まつり実行委員会 ☎72-2111

内間木洞氷筍観察会

年に一度の氷筍観察会。自然が作り出す神秘の世界をご覧ください。
 ▶日時…2月14日(日)10時～15時
 ▶会場…内間木洞（山形町小国）
 ▶持ち物…汚れてもいい服装、長靴、軍手、懐中電灯など
 ※市役所・おらほーる発の送迎バスがあります（要予約）
 ※天候により中止する場合あり

内間木洞氷筍まつり（小国自治会主催）も同時開催します

☎山形公民館 ☎72-3711

募集

市民農園で農業に挑戦！

▶場所…天神堂第37地割181番地1
 ▶募集区画…15区画（1区画45㎡）
 ▶利用期間…貸付日から翌年2月末
 ▶利用料…年間1,000円
 ▶対象…農地を所有しない市民
 ▶申込期限…2月23日(火)
 ※申込多数の場合は抽選を行います
 ☎農政課 ☎52-2121

久慈市市制施行10周年記念式典

・市生涯学習のつどい・市民大会 ☎生涯学習課 ☎52-2156

2月13・14日の両日、アンバーホールで開催。市内で活動する団体の舞台発表や作品展示、表彰のほか、特別記念講演を行います。
 ■舞台・演劇発表など
 ▶日時…2月13日(土)9時から
 ※書道や絵などの作品は2日間展示
 ■表彰・特別記念講演
 ▶日時…2月14日(日)13時から

特別記念講演

▶講師…増田寛也氏（元総務大臣・前岩手県知事）
 ▶演題…子どもたちに誇れる 笑顔 日本一のまち 久慈をめざして
 ▶参加費…無料
 ▶申込先…総務課 ☎52-2112
 ※2月1日(月)から受付（先着順）

児童虐待相談員を募集

▶募集人員…1人（児童虐待相談員兼家庭相談員兼母子・父子自立支援員）
 ▶勤務先…子育て支援課
 ▶申込方法…申込用紙は子育て支援課で配布。郵便で請求する場合は、封筒の表に「児童虐待相談員試験申込書請求」と朱書き、住所、氏名を明記して120円切手を貼った返信用封筒を同封のうえ、子育て支援課に提出してください。
 ▶申込期限…2月25日(木) ※消印有効
 ▶1次試験…3月3日(木)13時30分～
 ▶採用予定日…4月1日(金)
 ☎子育て支援課 ☎52-2169

市民スキー・ボード大会

▶日時…2月14日(日)8時30分～
 ▶会場…平庭高原スキー場
 ▶種目…①スキー・アルペン競技／年齢別の8部門②スノーボード・アルペン競技／年齢別なし
 ▶参加料…500円 ※中学生以下無料
 ▶申込方法…2月10日(木)までに次のいずれかに申し込みください。
 ①千葉運動具店 ☎52-0300②馬場商店 ☎72-2011・52-2663③平庭高原スキー場 ☎72-2944
 ☎久慈市スキー協会(市役所内) ☎52-2156

求職者の職業能力訓練

▶科名…OA基礎科
 ▶内容…パソコンを使った事務処理全般の基本的技能を習得
 ▶期間…3月3日(木)～6月2日(木)
 ▶会場…久慈高等職業訓練校
 ▶受講料…8,907円（テキスト代）
 ▶定員…雇用保険の失業等給付を受給できない求職者15人
 ▶申込期限…2月10日(水)
 ☎ハローワーク久慈 ☎53-3374

市営住宅空きあります

住宅名	戸数	家賃(月額・円)
さいわい団地	1	17,500～26,100
菟ヶ丘地区住宅①	1	3,400～5,100
菟ヶ丘地区住宅②	1	3,800～5,700

▶申込期限…2月15日(月)
 ☎建築住宅課 ☎52-2120
 ☎山形総合支所産業建設課 ☎72-2129

コンディショニング教室

さする、ゆらすなどの心地よい運動で筋肉を整えるエクササイズです。
 ▶日時・会場…2月20日(土)14時～16時、21日(日)10時～12時・市民体育館
 ▶定員・参加費…各日25人・200円
 ▶申込期限…2月15日(月)
 ☎生涯学習課 ☎52-2156

おめでとう おくやみ

12/16～1/15届け出分（敬称略）

♥ご結婚おめでとう（ ）内は旧姓

★お誕生おめでとう（ ）内は保護者名

◆お悔やみ申し上げます（ ）内は年輪

2月のお知らせ

★2月6日(土) 休診
 ★2月17日(水) 午後休診
 ★2月28日(日)は、休日当番医です。（受付17時まで）

小児科・内科
 アレルギー科 **ちだ医院**
 久慈市門前37-56-26 ☎61-3366

毎週更新 **特選車情報**

マホを広告にかざすと画が配信されます。

無料アプリCOCOARを利用したサービス

KCC 久慈中古車センター
 お問い合わせ (0194) 53-5632

久慈ひまわり基金 法律事務所

相続 遺言 離婚 債務整理
 破産 成年後見 不動産登記

など何でもご相談下さい
TEL0194-61-1818
 ※要予約

営業時間 平日9:00～17:30
 久慈市川崎町12-18 YKビル1階

診療案内 小児科・アレルギー科・内科

関上こどもクリニック

休診日：水曜・祝日
 （病児保育室を開設しております。）

2/12(金) 午後臨時休診
 2/14(日) 当番医

久慈市長内町24-98-2
 ☎0194-75-3722

仏壇、神仏具、花環、葬儀一式

●くじセレモニーホール●

メモワール・ノヴァ

長内館・川貫館

24時間体制で受付しております

(有)野場造花仏具店
 久慈市十八日町 ☎52-2010

真心をこめた料理をお届け致します。

《各種仕出し料理承ります》
 祝膳・仏膳・折詰・弁当・オードブル・寿司
 (御予算に合わせてご用意させていただきます。)

安心安全の目印「Sマーク」登録店

おおみ屋

久慈市長内町34-26-1
 TEL 0194-52-1155

気軽に話せる子育て応援ダイヤル

ママパラインいわて

☎子どものエンパワメントいわて ☎019-681-6300

子育ての悩みなどの相談に応じます。
 ▶日時…毎週木曜日10時～14時
 ▶相談ダイヤル…☎0120-147-445
 ※2/15(月)～20(土)の間は連続開設します

広報12/15号 おわびと訂正

広報くじ12月15日号でお知らせした内容に誤りがありました。正しくは次のとおりです。おわびして訂正します。
 ○3券…国有林モニター募集「国有林に皆さんの意見を」の問い合わせ先⇒東北森林管理局

●広告掲載に関する問い合わせは(株)レーベル・ホールディングス(☎52-0041)まで



2



1



3

1/山根地区。子どもたちも元気に餅つき 2/夏井地区。水木団子づくり 3/小久慈町上日当地区。「よいやさ」の掛け声にのせ、力強くつきあげる「よいやさ餅」

各地で小正月行事
 新たな年を地域で祝う

1月15日を中心に行われる「小正月」。正月の終わりに位置づけられ、正月の間も忙しく働いた女性を労う意味から「女の正月」と呼ぶ地域もあります。小正月には、農業や家庭にまつわる行事が数多く行われ、市内でも地域の行事として、五穀豊穡を願って「餅つき」や「どんど焼き」、「みずき団子」作りなどが行われています。

新たな年を、地域みんなで祝う大切な行事。今年も、そこかしこに笑顔があふれています。

いきいきキッチン

久慈市食生活改善推進員協議会 ☎61-3315

根菜たっぷりミルクスープ

- 材料(4人分) 【1人分…245kcal / 食塩相当量 0.7g】
- | | |
|----------------|----------------|
| 鶏むね肉…………… 100g | シメジ…………… 100g |
| ニンジン…………… 50g | だし汁…………… 500ml |
| ジャガイモ………… 1個 | 牛乳…………… 200ml |
| ゴボウ…………… 50g | 味噌…………… 大さじ2 |
| ダイコン…………… 50g | ○今月の担当…山根地区 |



- 鍋にだし汁、野菜を入れて煮る
- 煮立ったら鶏肉を加え、弱火で野菜がやわらかくなるまで煮る
- 2に牛乳を加え、煮立ったら火を止めてみそを加える

POINT ・お好みで粉チーズを入れるとコクがでます
 ・久慈地域は脳卒中での死亡率が県内ワースト1です。「適量・適塩」な食事に加え、適度に体を動かす「適動」を心がけましょう。

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、栄養教室や離乳食指導などの食育活動を行う市食生活改善推進員委員の皆さんが、手軽でおいしい郷土料理や、旬の食材を使った料理などを紹介するコーナーです



広報クイズ

答えは紙面の中に

- 問題1 中高生海外派遣団が訪問した久慈市の姉妹都市は？
 問題2 12月に発見された平安時代の銅鏡。出土した遺跡は「〇〇〇遺跡」。

▶応募方法…はがきに問題の答え・住所・氏名・年齢・電話番号と広報くじの意見や感想などを明記して下記まで
 〒028-8030
 久慈市川崎町1番1号 地域づくり振興課
 ▶締め切り…2月22日(月)必着
 ▶賞品…図書カード500円分(抽選で5人)
 ▶当選発表…賞品の発送をもって代えさせていただきます
 ○9月1日号の答え
 問1 36,872人 / 問2 イースター