

子どもたちに誇れる 笑顔日本一のまち



広報

くじ

12 2022
月1日号
No.402

【トピックス】

- ・生徒たちの活躍
- ・令和4年秋の叙勲

【今月の表紙】

心を込めてお点前

(関連10ページ)





第22回県小学生学年別大会 4年生以下男子

第1位

久慈ソフトテニススポーツ少年団
きしざとはると かききはやた
 (岸里陽斗・柿木颯太)

9月10日に北上市で開催された第22回県小学生学年別大会 4年生以下男子で優勝。来年3月に千葉県で開催される全国大会出場を決めました。

■苦手なバックハンドをどの距離でも打てるように練習を頑張りました。全国大会予選だったので緊張したけど、優勝できてよかったです。(岸里)

■コーチから教わった、球を深く打ち続けて相手を動かすことで勝つことができました。全身を使ってボールを打てるように頑張ります。(柿木)

第63回岩手県高等学校
水産クラブ研究発表大会

最優秀賞

久慈東高等学校海洋科学系列

10月4日に宮古市で開催された第63回岩手県高等学校水産クラブ研究発表大会で最優秀賞を獲得。10月27日から山形県で行われた東北大会に出場しました。研究リーダーの林光輝さんは「近年は磯焼でウニの実入りが悪いので、廃棄する野菜を使いウニを育てる研究を行いました。来年は潜水して実際に海で研究を行い、ウニの数を増やして野菜で育てたウニを久慈の特産品にできるようにしたいです」と意気込みを語りました。



■JOC ジュニアオリンピックカップ
第16回U18陸上競技大会
U18女子走幅跳 第3位
大道 空(久慈高等学校1年)



第26回岩手県中学校
新人陸上競技大会
女子砲丸投 第1位

ふじもり ののか
藤森 希風さん
(久慈中学校2年)

新人戦はライバルが一投目でいい記録を出したので焦りましたが、気持ちを切り替えて投げた一投で優勝を決めることができました。全日本中学校陸上競技選手権大会に出場を目標に、下半身の強化をし、参加標準記録以上の記録を出します。



第67回岩手県高等学校
新人柔道大会
女子63kg級 第1位

さかした かのん
坂下 歌音さん
(久慈東高等学校1年)

決勝戦は高総体で負けた相手との対戦で緊張しましたが、先生が緊張をほぐしてくれたおかげで、延長戦を制して勝つことができました。技を積極的にかけて、自分のペースで試合を進められるよう練習し、インターハイ出場を目標に頑張ります。

このほかにも、多くの生徒が活躍しました

- 第67回岩手県高等学校新人柔道大会
男子60kg級 第2位 松川咲埜(久慈高等学校)
女子48kg級 第3位 川戸玲奈(久慈高等学校)
女子57kg級 第2位 一戸柚
(盛岡大学付属高等学校・長内中出身)
- 女子70kg級 第3位 中川凜花(久慈高等学校)
- 岩手国体記念第6回1年生野球交流県大会
準優勝 久慈高等学校
- 第20回全国中学生都道府県対抗野球大会in伊豆
準優勝 久慈DREAMS
- 第17回岩手県ジュニア秋季学年別ゴルフ競技大会
女子12~14歳の部 第3位 島川桃子(久慈中学校)

※3位以上または上位大会出場者を紹介。複数の種目で上位入賞の選手は、最上位の種目のみ掲載。次号以降もインタビューを掲載予定です。



第45回岩手県高等学校総合文化祭
器楽部門

最優秀賞

久慈高等学校マンドリン部

10月28日に盛岡市で開催された第45回岩手県高校総合文化祭器楽部門で最優秀賞を獲得。鹿児島県で開催される、令和5年度全国高校総合文化祭への出場を決めました。部長の村田海音さんは「迫力よりも一人一人の音色、

技術を重視して練習しました。5年連続で最優秀賞を受賞していたので、途切れさせるわけにはいかないと思い緊張しました。お客さんに楽しんでいただける曲を届けられるように演奏をしたいです」と語りました。



令和4年度第21回
東北中学生KB野球大会

久慈地域の中学校から選手を選抜した野球チーム久慈DREAMSが10月10日、令和4年度第21回東北中学生KB野球大会で優勝。10月29日から開催された、第20回全国中学生都道府県対抗野球大会in伊豆にも出場し、準

第1位

久慈DREAMS

優勝を飾りました。主将の笹本康聖さん(久慈中学校3年)は「市内の合同チームだったので、メンバーが一つになるまで時間がかかりましたが、練習や試合を通して一致団結し、優勝することができました」と話しました。

令和4年度 くじ子育て世帯物価高騰対策支援金

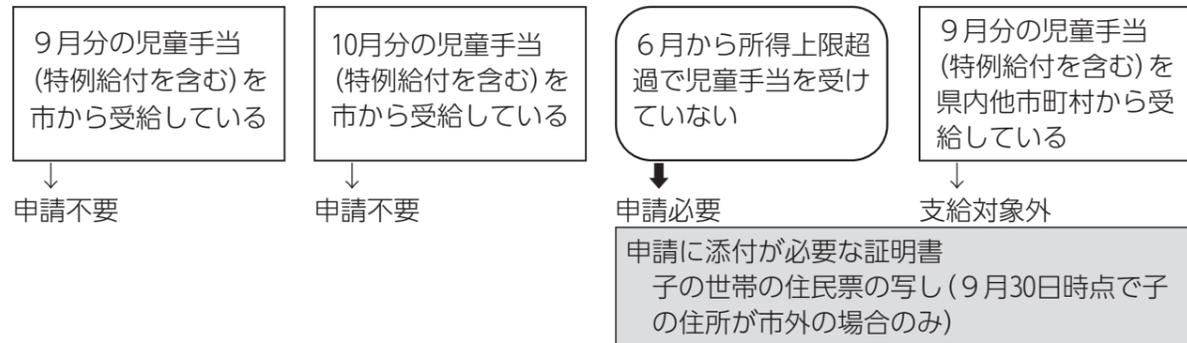
子育て世代包括支援センター ☎52-2169

原油価格や物価高騰の経済対策として、18歳までの子どもがいる世帯に支援金を支給します。申請が必要な人は、振り込み先の通帳かキャッシュカードをお持ちください。

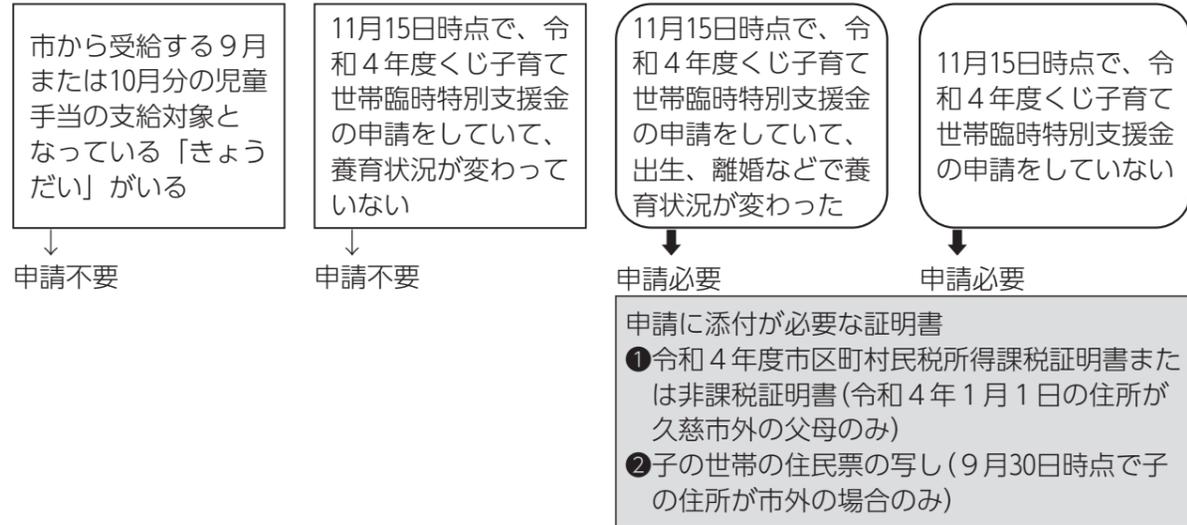
- ▶支給額…子ども1人当たり2万円
- ▶支給対象者…令和4年9月分の児童手当を久慈市から受給している世帯、令和4年9月30日時点で久慈市に住所があり、支給対象児童を養育している世帯
- ▶支給対象児童…平成16年4月2日から令和4年9月30日に生まれた人



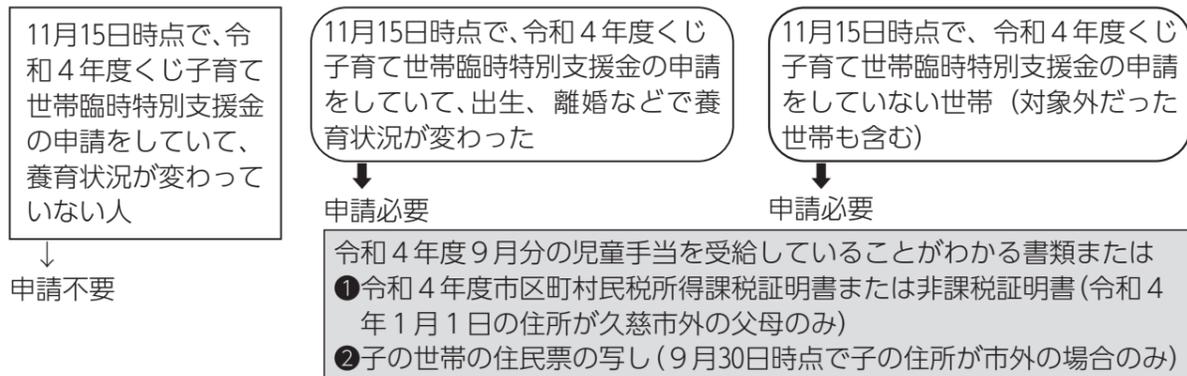
■中学生以下の養育者



■高校生の養育者



■公務員



令和4年度、秋の叙勲・褒章が発表されました。市内の受章者の皆さんを紹介します。

秋の叙勲・褒章



消防功労
瑞宝単光章
なつ い ちろう
夏井 一郎さん
(夏井町・72歳)



消防功労
瑞宝単光章
くずまき やすお
葛巻 泰雄さん
(中町・73歳)



消防功労
瑞宝双光章
はん な かつお
繁名 勝男さん
(畑田・71歳)

昭和49年に消防団に任命され47年間の永きにわたり、住民の安全な暮らしを守るため、消防活動に献身的取り組みました。平成25年から3年間、副分団長を努め、火災予防活動に貢献しました。

受賞にあたり「消防団は亡くなった父の後を継ぐかたちで入団しました。団員生活で印象に残っていることは、平成28年の台風災害。鳥谷川が決壊し、山側も土砂崩れの危険性がある中で、夜通し町内の警戒を行いました。台風が去ってからも、道路の状況がわからない中、市内の水があふれている所にポンプをかけに行きました。町内で山火が発生し、20^{キロ}のタンクを背負って、急斜面を消火したことも思い出されます。今回の受章は分団、町内の皆さんのおかげだと思っています」と感謝の気持ちを述べました。

昭和48年に消防団員に任命され、46年間の永きにわたり、消防の使命を深く認識し、防火活動に取り組みました。平成20年からは分団長に昇格し、後進の指導育成に尽力しました。

受章にあたり「一人でいた章ではなく、団員の皆さんといただいた章だと思っています。団員生活の中で記憶に残っているのは久慈大火。水が足りず、海からくみ上げて消火活動を行いました。風が強く、炎が迫って来る中で、火災の恐ろしさを身をもって実感しました。昔に比べて、石炭や薪を使う機会が減っているので、火災は少なくなっていますが、自然災害は増加しています。災害はいつ起きるか分からないので、後輩の皆さんには油断禁物で緊張感を持って訓練に励み、地域のために努めていただきたいと思います」と思いを語りました。

昭和47年に久慈地区広域行政組合消防士を拝命以来、38年間の永きに渡り消防行政の発展に努めました。平成19年から平成23年まで久慈消防署長を努め、豊富な経験を活かし、防災体制の強化に努めました。

受章にあたり「消防士として記憶に残っているのは、国家石油備蓄基地の許可事務に携わったことです。昭和61年の建設開始から完成までの約8年間、週3回朝から夕方まで地下で雨具を着て検査業務を行いました。当時、地下に備蓄基地を建設するのは全国で初めて。前例のないことなので、勉強しながら手探りの状態でしたが同僚に助けられて何とか完遂しました。消防は防災の要だと思っています。後輩の皆さんにはやるべきことはすべてやるという気持ちで職務に励んでいただきたいと思います」とエールを送りました。



大切なあなた

固保健推進課 ☎61-3316

こころとからだの健康づくり活動団体を紹介します

久慈断酒新生会

▶事務局…長内町28-47 ☎090-9033-1598
▶代表…竹中保夫

アルコール依存症からの回復を目的としている団体です。久慈広域を中心に断酒啓発活動を行っています。今回はさまざまな活動の中から「断酒例会」について、紹介します。

断酒例会

言いつばなし、聞きつばなしが原則です。アルコール依存症本人と家族が、自分の過去を振り返り、体験談を率直に話す場所です。

- ▶活動日…毎月第1日曜日、第3日曜日
- ▶時間…13時～15時
- ▶会場…久慈市総合福祉センター
2階ボランティアルーム
- ▶利用料…無料

※活動場所や時間は変更になる場合があります。詳しくは問い合わせください。

▶竹中会長から一言

お酒の飲み過ぎは心と身体の健康に悪影響を与えます。怒りっぽくなることや自己中になることがあります。他の人のせいにして飲み、脳・心臓・脾・肝臓・大腸・喉・食道など多くの病気やケガをする原因になります。判断がつかず飲酒運転をしてしまうケースもあります。

アルコール依存症になる人は意思の弱い人？ダメな人？なまけもの？いいえ、そうではありません。アルコール依存症は「病気」。回復できる「病気」です。



精神保健ボランティア“風ぐるま”

▶事務局…本町1-21 ☎53-5011
▶代表…中村久美子

精神保健の向上を目指し、精神障がいを伴う人たちと共に生きる社会を作り出すことを目的に活動しています。今回はさまざまな活動の中から「当事者の会しらかば会」について紹介します。

当事者の会しらかば会

創作活動やレクリエーション、地域のことを知るため食事や買い物、施設見学などを行っています。活動日や会場が変更になる場合がありますので、事前に問い合わせください。

- ▶活動日…毎月第2火曜日、第4火曜日
- ▶時間…10時～12時
- ▶会場…久慈地区合同庁舎1階健康増進室
- ▶利用料…無料

※活動場所や時間は変更になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

▶中村会長から一言

精神保健ボランティア“風ぐるま”は語りを大切にしています。

悩みを抱えたままにせず、自分の気持ちを話して見ませんか。

人と接することが苦手な方もいらっしやと思います。

家族の相談も受け付けています。

気軽にお問い合わせください。



新型コロナウイルスワクチン情報

固ワクチン接種対策室（ワクチン接種に関する問い合わせ）☎54-8007

■ワクチン接種のお願い

新型コロナウイルスワクチンの接種が受けられる期間は、現時点で令和5年3月31日までとなっています。接種券が届いた人で、接種を希望する場合は早めに予約をしましょう。

予約方法は、接種券に同封してあるチラシを確認ください。

■オミクロン株対応ワクチン接種（12歳～）

- ▶接種間隔…初回接種（1・2回目）を完了した人で、前回接種から3か月経過後に接種が可能です。
- ▶接種回数…これまでの接種回数に関わらず、現時点では1人1回の接種で完了となります。
- ▶12月接種会場…おおさわ内科・胃腸科医院、おのぞら耳鼻咽喉科クリニック、久慈恵愛病院、国民健康保険山形診療所、関上こどもクリニック、竹下医院、ロイヤルパークカワサキ（集団接種）
- ▶使用するワクチン…ファイザー社製（オミクロン株対応）
- ▶接種券の発送…7月31日までに2回目、3回目または4回目接種を終えた人に発送済です。
- ▶注意事項…初回接種（1・2回目）は従来ワクチンで接種します。接種を希望する場合は、ワクチン接種対策室に連絡ください。

■小児接種（5歳～11歳）

- ▶接種回数…初回は2回接種で1セットです。追加接種（3回目）は、1回のみ接種します。
- ▶接種間隔…1回目接種後、3週間あけて2回目を接種します。追加接種（3回目）は、2回目を接種してから5か月経過後に接種することができます。
- ▶12月接種会場…県立久慈病院、ちだ医院
- ▶使用するワクチン…ファイザー社製（小児用）
- ▶接種券の発送…初回接種券は平成29年11月30日までに生まれた人へ、3回目接種券は6月30日までに2回目接種を終えた人へ発送済です。

■乳幼児接種（生後6か月～4歳）

- ▶接種回数…接種は3回で1セットです。
- ▶接種間隔…1回目接種後、3週間あけて2回目を接種。2回目接種後、8週間あけて3回目を接種します。令和5年3月31日までに3回目の接種を完了するためには、1回目の接種を令和5年1月13日までに受ける必要があります。
- ▶12月接種会場…県立久慈病院、ちだ医院
- ▶使用するワクチン…ファイザー社製（乳幼児用）
- ▶接種券の発送…11月16日(水)に対象者全員に発送済です
※今後、新たに生後6か月に到達する乳幼児へは随時送付します。
- ▶注意事項…新型コロナウイルスワクチンは、インフルエンザワクチン以外のワクチン接種から2週間の間隔をあげる必要があります。定期予防接種は感染症にかかりやすい年齢などを元に、標準的な接種期間が定められているので、接種機会を逃すと費用が自己負担になる場合があります。普段予防接種を受けているかかりつけ医と接種スケジュールをよくご相談のうえ、予約をしてください。

子宮頸がん検診のお知らせ

INFO

関保健推進課 ☎61-3315

日程	受付時間	受診対象地区	会場
12月13日(火)	9時30分～10時30分	山形町(小国、関、川井)	山形老人福祉センター 元気の泉
	13時～14時	山形町(霜畑、来内、荷軽部、日野沢、岡堀、厚浦、戸呂町、新田、向屋敷、繋)	
14日(水)	9時30分～10時30分	宇部町(小袖沢、小袖地区以外の地区)	
	13時～14時	川貫、荒町、八日町、十八日町、二十八日町、新町	
21日(水)	13時～14時	田屋町、大川目町(滝)、宇部町(小袖沢、小袖)、山根町	
22日(木)	9時30分～10時30分	小久慈町	
	13時～14時		
1月13日(金)	9時30分～10時30分	長内町(上長内、新長内、広美町、下長内、平沢)	
	13時～14時	新中の橋、西の沢、新井田	
14日(土)	9時30分～10時30分	長内町(元木沢、玉の脇、二子、大尻、東広美町)	
	13時～14時	長内町(中長内、田高、新築町)	
16日(月)	9時30分～10時30分	門前、旭町、京の森、源道	
	13時～14時		
17日(火)	9時30分～10時30分	天神堂、湊町	
	13時～14時		
18日(水)	9時30分～10時30分	枝成沢、大川目町(長久保)、沢里、畑田、寺里、栄町	
	13時～14時		
26日(木)	9時30分～10時30分	夏井町、侍浜町(角柄、堀切、桑畑、外屋敷)	
	13時～14時		
27日(金)	9時30分～10時30分	侍浜町(本町、向町、北野、保土沢、横沼、白前、本波、麦生)	
	10時45分～11時	電話予約制(体が不自由な人など)	
	13時～14時	巽町、本町、柏崎、中町、中の橋、表町、駅前、川崎町	
28日(土)	9時30分～10時30分	大川目町(滝地区以外の地区)	
	13時～14時		

子宮頸がん検診を、左表の通り実施します。受付時間は発送した封筒に貼られているシールを確認ください。対象の日程で受診が難しい場合は、別の日程でも受診できます。検診の際には、バスタオル、スカートなどを準備し、着替えやすい服装でお願いします。

▼対象：20歳以上の女性（令和5年3月31日時点）
▼自己負担額：1600円
※70歳以上の人は、「がん検診等検診料免除申請書」を出している非課税世帯・生活保護世帯の人は無料（世帯に未申告の人がいる場合は有料）

除雪作業に協力願います

INFO

関下記の除雪担当

冬季間の安全で円滑な道路交通確保のため、道路の除雪を行います。早朝や夜間の限られた時間で作業するため、除雪が遅れる場合や騒音・振動が発生することがあります。ご理解ご協力をお願いします。

▼除雪作業でのお願い：
① 除雪の際、やむを得ず出入り口に雪が残る場合があります。各家庭や地域での雪かきにご協力ください。
② 路上駐車は、除雪の妨げになるのでやめましょう。
③ 道路への雪出しは、事故原因となるのでやめましょう。
④ 作業中の除雪車は危険です。近付かないでください。
⑤ 市道への凍結抑制剤散布に協力できる人は、区長を通じて連絡願います。



【除雪の担当】
○国道45号
関三陸国道事務所久慈維持出張所 ☎53・2790
○国道281号、395号、県道
関東北広域振興局道路整備課 ☎66・9688
○市道(久慈地区)
関道路河川維持課 ☎52・2151
○市道(山形地区)
関産業建設課 ☎72・2129

あっぱれ! 100歳

ご長寿おめでとうございます



賞状を掲げるトスさん

卵道トスさん(長内町) 歌や踊りが大好き

10月27日、100歳の誕生日を迎えた卵道トスさん。市職員が施設を訪問し、お祝い状と祝い金を贈呈して長寿を祝いました。トスさんは活発な性格で、歌や踊りが大好き。神社のお祭りの司会も30年努め表彰を受けました。現在は車椅子で移動していますが、歌を聞くと手踊りや足踏みでリズムをとります。長寿の秘訣は「好きなことを好きなだけやることと何でもよく食べることです」と述べました。

ハル★トピックス

冬季企画展

是川遺跡の皿型土器

世界遺産・是川石器時代遺跡から見つかった皿形土器は、円か楕円に形作られ、それぞれの形に合わせて文様が美しくデザインされています。本企画展では、是川の縄文人が創り出した皿形土器を紹介します。

▶期間…12月10日(土)～令和5年3月21日(火)

▶会場…是川縄文館

▶開館…9時～17時

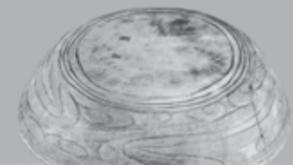
(入館は16時30分まで)

▶休館…月曜日(祝日・振替休日除く)、祝日・振替休日の翌日(土・日・祝日除く)、年末年始(12月27日～1月4日)

▶入館料あり

関埋蔵文化財センター是川縄文館

☎0178-38-9511



模様がデザインされた円形土器の一例

縁がつないださんてつパーカー

NEWS

さんてつ時刻表パーカーお披露目式

10月31日情報交流センターよむのすで、さんてつ時刻表パーカーの発表会が開催されました。

株式会社プランタンいづみがさんりく基金を活用し、三陸鉄道をイメージしたパーカーを作成したもので、デザインを手掛けたのは、株式会社OMATSURIの社長で、元お笑い芸人ザブングルの松尾陽介さん。プランタンいづみの寿松木亨社長とは芸人のときに久慈を訪れた7・8年前から交流を続けてきました。



さんてつパーカーを披露

市はふるさと納税返礼品としての活用に向け、協力して地域を盛り上げていきます。

商品は、宮古市の三陸鉄道直営店やオンラインショップで販売されます。

個性あふれる恐竜たち

NEWS

久慈市夏休み恐竜・地質課題コンテスト2022



銅賞を受賞した梶谷楓真さん 金賞を受賞した甲地壘さん

久慈市夏休み恐竜・地質課題コンテスト2022の表彰式が久慈湊小学校で開かれ、絵画の部で入賞した児童に賞状が贈呈されました。

3年生の部で金賞を受賞した甲地壘さんは「久慈で有名な琥珀の中に恐竜がいるイメージで書きました」と述べました。銅賞を受賞した梶谷楓真さんは「恐竜の頭の部分が難しかったです」と笑顔で語りました。入賞作品はアンバーホールや久慈琥珀博物館で展示されます。

新しい遊具が増えました

NEWS

あすなる公園遊具お披露目式

11月7日、川崎町のあすなる公園で複合遊具のお披露目式を開催しました。関係者や久慈保育園のさくら組の園児がテープカットを行い、完成を祝いました。

設置したユニバーサルデザイン遊具は、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業を活用し、宝くじの助成金で整備したものです。同保育園の佐々木理麻さんは「大きなすべり台ができて



あすなる公園に設置された遊具の前で記念撮影

うれしい。ママや友だちとたくさん遊びたいです」と声を弾ませました。



笑顔で触れ合う生徒ら

INFORMATION

11月1日、久慈東高等学校2年の生徒約30人が、子育て支援センターで幼児と触れ合いました。総合科目の中から「子どもの発達と保育」を選択した生徒で、子どもたちをよろこばせようと事前に準備してきた紙芝居や手遊びを披露。笑顔を絶やさず子どもたちと交流しました。高山七楓さんは「最初は人見知りだった子どもが、徐々に慣れ、ほほ笑んでくれたときはうれしかたです。子育て支援センターのような場所で働きたいと思い選択しましたが、その気持ちがさらに強くなりました」と目を輝かせました。

Information

後発地震注意情報の運用が始まります

12月16日から「北海道・三陸沖後発地震注意情報」の運用が開始されます。M7以上の大地震が発生した場合に、続いて発生する可能性がある巨大地震に注意を促すための情報で、地震発生から1週間程度発表されます。

本情報が発信されたとしても、必ず後発の巨大地震が発生するとは限りませんが、日常生活を維持しながら、すぐに避難できるように準備しておきましょう。

本情報では、後発地震に備えた防災対応を呼びかけますが、事前避難の呼びかけは行いませんので、ご注意ください。

▶内閣府防災開設ページURL…

https://www.bousai.go.jp/iishin/nihonkaiko_chishima/hokkaido/index3.html



環境にやさしいきれいなまち

INFO

閩生活環境課 ☎54-8003

不法投棄や野外焼却は、法律で禁止されています。【罰則】廃棄物を不法投棄した者および違法に野外焼却した者（未遂行為を含む）5年以下の懲役もしくは1千万円以下（法人は3億円以下）の罰金又はその両方

■**野外焼却**
煙や臭いで近隣住民の迷惑になるだけでなく、ダイオキシソ類等の有害物質が発生することから、野外での焼却は原則禁止となっています。農林業のための野焼きや行事など、野外焼却禁止の例外はありますが、消防署への届け出が必要になります。また、家庭ごみ、廃プラスチック類などを混ぜての焼却は禁止されていますので注意してください。

■**不法投棄**
一部の心無い人により、家電製品や生活ごみなど、空き地や山林などに不法投棄されています。一人一人がルールとマナーを守り、きれいなまちをつくりましょう。

▼**私有地の不法投棄**…私有地であってもごみを埋めたり放置したりすることは不法投棄にあたる可能性があります。また、私有地のごみは市で撤去できませんので所有者又は管理者は土地の適正管理をお願いします。

▼**土地管理のポイント**…
①こまめに草刈りをする。
②柵やフェンスを設置、入り口にカギを設ける。
③土地の状況を把握する。

ロケツアーリズムセミナー

INFO

閩商工観光課 ☎52-2123

映画やドラマのロケ地を観光資源として活用し、地域のファンを増やすロケツアーリズム。
NHK連続テレビ小説「あまちゃん」が、令和5年で放送開始から10年を迎えます。近年、新型コロナウイルス感染症の影響により観光客が減少した北三陸地域。もう一度「あまちゃん」を見つめ直し、観光客が訪れなくなるような仕掛けや地域活性化などのヒントを一緒に探しませんか？

詳細は久慈市HPを確認ください。
▼日時：12月14日(水)14時30分～16時30分
▼会場：市役所3階大会議室
▼参加費：無料
▼定員：50人
▼講師：観光庁ロケツアーリズム協議会会長 藤崎慎一氏
▼申込方法：
①QRコードを読み込み、応募フォームから申し込みください
②電話申込 ☎52-2123 (商工観光課)

応援を力に変えて

NEWS

第27回もぐらんぴあ駅伝競争大会

11月6日、第27回久慈もぐらんぴあ駅伝競争大会が、もぐらんぴあ周辺で3年振りに開催されました。天候にも恵まれ、久慈管内の小中学生から一般の部まで全37チームが参加。息を弾ませながら、懸命にタスキをつなぎました。中学校男子の部で優勝した久慈中学校Aチームのキャプテン桑田柁さんは「3年生最後の大会だったので、みんな楽しんで走ろうと頑張りました。スピードを落とさず長距離を走るキツイ練習もありましたが、高橋康太先生が近くで寄り添い、励ましてくれたら、ここまでこれなかったと思います。心から感謝しています」と恩師への思いを語りました。



小学生の部、一斉にスタート

年末年始のごみ収集

INFO

閩生活環境課 ☎54-8003

日程	ごみ収集	ごみ処理施設への直接搬入
12月28日(水)	◎通常収集あり	○できる
29日(木)	×通常収集なし ●特別収集あり(燃えるごみ)…木曜日が燃えるごみの地区のみ収集	×できない
30日(金)～1月2日(月)	×通常収集なし	×できない
3日(火)	×通常収集なし ●特別収集あり(燃えるごみ)…火曜日が燃えるごみの地区のみ収集	×できない
4日(水)	◎通常収集あり ●特別収集あり(燃えないごみ)…田高、新築町、小久慈	○できる
5日(木)	◎通常収集あり	○できる
6日(金)	◎通常収集あり ●特別収集あり(燃えるごみ)…川井、繋	○できる
11日(水)	◎通常収集あり ●特別収集あり(燃えないごみ)…旭町、柏崎、京の森、新中の橋、巽町、中央、天神堂、二十八日町、本町、門前	○できる

年末年始のごみ収集は、次の通りです。特別な収集方法となる地区がありますので、確認ください。

左表以外は、通常通り収集します。資源物は、特別収集を行いませんので、注意してください。

芸術をたのしむ

NEWS

久慈市民芸術文化祭

久慈市民芸術文化祭が、11月4日から6日にかけてアンバーホールで開催され、約2500人が芸術の秋を楽しみました。エントランスホールで行われた茶道部門では、小堀遠州流の子供茶道教室の児童らが、美しい所作でお点前を披露。真剣な表情で菓子やお茶を運ぶ姿に、来客者は目を細めました。

舞台発表は、18団体が2日間に分かれ、小ホールで発表。日頃の練習の成果を堂々と発表する姿に、会場からは大きな拍手が送られました。写真や書道など分野別に飾られた展示部門では、知り合いの作品を見に来る人や親子連れも見られ、たくさんの方の目を惹きました。久慈東高等学校2年華道部の田中伶部長は「剣山を2個使って生けたので、バランスが難しかったです。みんなに見てもらうのは励みになります。華道は楽しいのでこれからも技術を上げ続けていきたいです」と笑顔で語りました。

緊急支援対策

INFO

閩社会福祉課 ☎52-7870/税務課 ☎52-2114

国の電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援対策として、対象世帯1世帯当たり5万円の給付金を支給します。詳しくはHPを確認ください。
▼URL…https://www.city.fukushima/seikatsunikomarinokata/hikaisei1_kyufu_1.html
kuji.iwate.jp/kenkoiryofukushi/

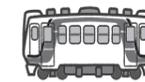
■**家計急変世帯**
1月以降、家計が予期せず急変し、世帯全員の年収見込額が住民税非課税水準以下に減少した世帯が対象になります。受給に必要な申請書は、市役所、市HPに掲載しています。希望者には郵送しますので、申し出ください。
■**提出期限**…令和5年1月31日(火)
■**問い合わせ先**…給付金に関することは社会福祉課、未申告など税に関することは税務課に問い合わせください。



梅沢 政隆
リポーター



大久保勝男
リポーター



味の違いを楽しむ

まめぶ展・郷土食フェスタ 11月13日



それぞれの地区の
まめぶを堪能

国の無形民俗文化財登録に向け取り組んでいる「まめぶ」。おらほーるでまめぶ展・郷土食フェスタを開催しました。7地区のまめぶを食べ比べた神敏子さんは「それぞれの違いを知り、楽しかった。無形文化財登録になって盛り上がってほしい」と述べました。

肌も笑顔もピカピカ

岩手セイエイ百貨店デモンストレーション事業 10月31日



メイクやマッサージを受ける参加者

外出が困難な人などを対象とした訪問サービスをPRするデモンストレーション事業が宇部市民センターで開催。美容業組合加盟の美容師による若さを保つためのヘアケアやマッサージの実演、お弁当の紹介などが行われ、参加者は充実したサービスを笑顔で実感していました。

温暖化対策の取り組みを学ぶ

久慈市地球温暖化対策フォーラム 10月28日



手作りの教材を使い、対策方法をわかりやすく解説

市内催事場で久慈市地球温暖化対策地域協議会が主催する講演会が開催され、市民や市内企業から約80人が参加。カーボンニュートラルに向けた世界的な動向や、地元企業の取り組み、普段の生活でできる温暖化対策などを幅広く学びました。

初出場で初優勝！！

令和4年度民謡民舞全国大会 10月28日



市長に初優勝を報告する二又さん

川崎市で開催された民謡民舞全国大会に山形町の二又久人さんが、民謡高年一部旗戦(梅の組)に出場。畜産飼育で培った喉で「南部牛追い唄」を披露し、初優勝を飾りました。二又さんは「優勝を耳にした時は本当に驚きました。支えてくれた皆さんに感謝します」と語りました。

海洋ごみって何だろう

環境学習講座 11月5日



デレッキを使ってごみを拾う参加者

久慈地下水族科学館もぐらんぴあで、環境学習講座が開催され、市内に通う小学生が親子で参加。海洋プラスチックごみや川の話を知り、長根浜海岸のごみ拾を実施。小久慈小学校2年の久保航平さんは「ペットボトルが多く落ちていたので一生懸命拾いました」と語りました。

アートのコトバを感じよう

あーとびる麦生学習発表会 10月29～30日



朗読劇「やまねこけん」が宮澤賢治作品を披露

あーとびる麦生が学習発表会を開催。朗読劇や昔っこと語りなどが行われ、来場者約150人がイベントを楽しみました。館長の熊谷行子さんは「スタッフの力でここまでできた。あーとびる麦生は子どもが走って遊べるのも利点。たくさんの人に来場してもらいたい」と語りました。

商品開発にアドバイス

道の駅いわて北三陸商品開発セミナー 11月10・18日



新商品のアドバイスをを行う五日市氏

令和5年春に開業予定の道の駅いわて北三陸での販売を目指した商品開発セミナーを開催しました。講師の五日市知香さんは、自身が手掛けた事例を交え、ポイントを解説。ワークショップでは参加者が活用したい地域の食材を挙げ、新商品のアイデアをまとめました。

ドキドキの出前講座

プログラミング出前講座 11月16日



操作の質問に丁寧に対応

市は、文部科学省のGIGAスクールの構想に向けて市内小中学校に、タブレットを配布しています。久慈工業高等学校の電子機械科の生徒39人が、久慈中3年生144人にプログラミング教室を開催。同科2年の木澤畑那悠さんは「人前で話すのが緊張しました」と語りました。

パークゴルフで交流を深める

第13回長内町民パークゴルフ大会 10月30日



4年振りに開催された町民パークゴルフ大会を楽しむ参加者

長内生き生き振興協議会主催の町民パークゴルフ大会が、大野パークゴルフ場で開催され61人が参加しました。水害やコロナの感染拡大で開催が見送られ、4年振りに実施されたものです。参加者は熱戦を繰り広げ、笑顔で交流。楽しいパークゴルフ大会となりました。(大石)

親子でカレーライス作り

誂子平親子ウオーキング 10月30日



真剣な表情で野菜を料理する子どもたち

親子ウオーキングに30人が参加。岩瀬張中里公園から誂子平までの3.9kmを植物観察をしながら2時間かけて散策しました。昼食の手作りカレーは、子どもたちが慣れない手つきで食材をカットし、笑顔で調理。食後はドッチボールなどのゲームで交流を深めました。(大久保)

中学2年生、仕事を体験

各事業所や市内公共施設などで体験 11月16日



職員からの親切な説明・指導を受けて、記事を作成する生徒

働く人と地域がどのように関わって社会を動かしているかなどを考えてもらう社会体験Week。市内の各中学2年生約270人が参加しました。夏井市民センターには3人の生徒が職員の仕事を体験。センター職員による地域住民との多種多様な関わりを学習しました。(梅沢)

楽しくシイタケ植菌体験！

原木シイタケ植菌体験 11月17日



ほだ木に植菌をする児童

平山小学校の全校児童35人が、原木シイタケ植菌体験に参加しました。児童たちは、ほだ木に種駒をハンマーで打ち込む作業を行い、シイタケを生産することの大変さを学びました。4年生の蕪田大夢さんは「種駒を打つときの力加減が難しかったです」と述べました。

※この記事は、市広報の職場体験を行った久慈中2年の亀田聖也さん、小山陽菜乃、上山美優さんが作成してくれた記事です。



小渡 正利
リポーター



大石 純夫
リポーター

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たことなどを紹介するコーナーです。

My life in Kuji



キーラ・カーツ さん
インディアナ州・23歳 / 久慈小、侍浜小、久喜小、小袖小、大川目小、侍浜中、三崎中を担当

初めて陶芸に挑戦!!

岩手県立博物館に「コレクター福富太郎の眼」という展示を観るために行ってきました。この展示は全て、収集家に焦点を当てた形で展示され、興味深い作品がありましたので、その一部を紹介します。

一つ目は、ポスターにもなった北野恒富の「道行」。実際に見ることができて、うれしかった作品です。私には、カラスが恋人たちの生まれ変わりのような、あるいは恋人たちがもうすぐ死が訪れることを知っていて、それを静かに待っているように見えました。

二つ目は、満谷国四郎の「軍人の妻」。妻の表情がとても写実的で、彼女の感情が絵の中からあふれ出てくるようにも感じました。

最後は、モーティマー・メンペスの「三味線を弾く女」。私はこのアーティストの作風が好きです。この絵は、フラッシュをたいて撮った、粒子の粗いざらざらとした古い写真を思い出させます。帰り際に、全てのコレクションが載っている本も買いましたが、とても素晴らしいものでした。

市民

センターだより



宇部市民センター
☎56-2111

宇部市民センター事業紹介

宇部町民マレットゴルフ大会

宇部町マレットゴルフ場は、地元マレットゴルフ協会と施設を利用する町民有志が心を込めて管理している施設です。

10月9日に第22回宇部町民マレットゴルフ大会が、開催され、26人が参加しました。競技は個人戦と団体戦。個人戦、団体戦の両方で順位と景品を競い合うという1ゲームで2回分楽しむ方法で実施しました。カップインするのにほんの数ミリ単位でホールインワン賞を逃す人が続出。

個人申込み者が抽選を行って決定した団体のチーム編成では、兄弟妹3人が偶然一緒のチームとなる驚きの展開になるなど、参加者に笑顔を提供してくれる楽しい大会になりました。

12月4日には町民ピンポン大会、1月29日には町民ユニカール大会などを予定しています。宇部市民センターでは、地元宇部体育協会と協力しながら、スポーツを通して健康で充実した生活を送れるよう努めていきます。

地域で力を合わせて元気に活動!

10月から集落支援員に着任した日向淳です。

今回は地域の人たちで知恵を出し合い、地域のお宝で地域を元気にする活動を紹介します。

山根地区の山根未来づくり会なりわい委員会は、地域ならではの商品開発や、その販売をとおして、地域の活性化や魅力のPRに取り組んでいます。商品開発した品を、全国の皆さんにも知ってもらいたいとの思いから、久慈市ふるさと納税への出品準備を進めています。出品商品は、地域ならではの山白玉大豆や天然オニグルミを活かした軍配餅、きな粉、きなこくるみ、山根のクッキーです。主にべっぴんカフェ月の市や、べっぴんの湯で販売していますが、市観光物産協会からふるさと納税へ出品するためにアドバイスを受け、12月に「久慈市ふるさと納税」サイトに掲載となるよう準備中です。皆さま、是非知人にご紹介下さい!

集落支援コーディネーター つうしん

日向 淳 さん

(ひむかい あつし・53歳)

2022年着任。小久慈町出身。山根地区、長内地区、夏井地区、宇部地区で活動中。



地域ならではの食材を使った商品

●集落支援コーディネーター…ふるさと未来づくり事業を通じ、住民が地域の現状と問題を自らの課題として捉えることや課題解決に向けた地域の取組みを支援。幅広い住民の声を市に届けることで、市の地域活性化策を推進し、住民と行政の協働のもと集落の維持や活性化を図っています。



Name
下屋敷 亘 さん
しもやしき・わたる (新井田町・42歳)

世界大会の記録

スクワット	172.5kg (170.0kg +2.5kg)
ベンチプレス	105.0kg (105.0kg ± 0kg)
デッドリフト	215.0kg (215.0kg ± 0kg)
トータル	492.5kg (490.0kg +2.5kg)

※ ()内は第27回ジャパンクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会優勝時の記録および対比



メダルと賞状



競技中

きらり人輝く

世界の舞台で限界に挑戦
自らの手で勝ち取った世界大会総合第2位

経験を力に変えて

カナダで開催された、2022世界マスターズパワーリフティング選手権大会40歳～49歳・男子59kg級に出場。総合部門で第2位に輝いた下屋敷さんに、現在の思いなどを聞きました。

■世界大会初出場

初めての海外が、世界大会。一緒に出発した出場メンバーはほぼ初対面でしたが、同じ志をもつ同士、すぐに打ち解けることができました。短い期間で深く交流を持つことができたので、慣れない環境の中では本当に助かりました。

大会は、階級が違う人でお互いの試合をサポート。私も大会前は他の競技者の補助を行ったので、会場の雰囲気は事前に知ることができました。試合会場は、試技の前に選手の紹介アナウンスが流れ、テレビで見るような目の前の光景に、世界大会のスケールの大きさを感じました。

■大会当日

前日は緊張やプレッシャーで一睡もできませんでした。コンディションは最悪だったので、不安を抱えたまま競技に入りました。

通常、1回目の試技は確実に持

ち上げられる重量から始まります。世界大会では持ち上げることはできたのですが、思った以上に重さを感じたので正直焦りました。

逆転優勝も可能だった最後の試技は、残念ながら持ち上げることができず、悔いが残る大会になりました。とても落ち込みましたが、サポートしてくれた吉松武志さんから「勝って得るものより負けて得るものが大きいから。人間成長できるから」と声を掛けてもらい、前を向くことができました。本当に感謝しています。

■大会を終えて

たくさんの人に声を掛けてもらい力になりました。心から感謝しています。現在は、次の世界大会にも出場したいという気持ちが芽生え、トレーニングも開始しています。この競技を知ってもらい、競技人口が増えるように、これからも頑張ります!



表彰式



試合会場で記念撮影



メンバーと会食

くらしの情報

本庁舎 ☎52-2111
山形総合支所 ☎72-2111

※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
久慈市市外局番【0194】

お知らせ 障がい者アート作品展示の開催

障害者週間に合わせ、障害福祉事業者などの皆さんが、日頃の活動で制作した作品展を開催します。

▶期間…12月3日(土)～9日(金)

▶会場…アンバーホールエントランス
岡県北広域振興局保健福祉環境部 ☎53-4982

お知らせ 住民健診(出稼ぎ者健診)のお知らせ

健診を希望する人で、申し込みをしていない人は、下記連絡先に連絡ください。昨年受診した人には、問診票などを12月中旬に自宅へ送付します。

▶日時…令和5年1月5日(木)、6日(金) 7時～10時

▶会場…元気の泉多目的ホール

▶対象…出稼ぎ者、特定健診対象者、後期高齢健診対象者など

※加入している保険の種類と年齢によって受診料は変わります

※発熱や咳などの症状がある場合は、受診を控えるようお願いいたします

岡企業立地課(出稼ぎ) ☎75-3891

岡保健推進課(住民健診) ☎61-3315

お知らせ ひとり親家庭等法律相談

離婚、親権、養育費などについて、弁護士による相談を行います。

▶日時…12月8日(木)10時～15時

▶会場…久慈地区合同庁舎2階相談室

▶対象…ひとり親家庭の母子、父子、寡婦など

▶費用…無料

岡県北広域振興局保健福祉環境部 ☎53-4982

お知らせ 高齢者の元気健康維持わんつっこアドバイス

便秘は若い方では女性に多い症状ですが、65歳以上の高齢期に入ると男女ともに急増します。

高齢者に便秘が多い理由は、身体機能の低下、活動量や食事・水分摂取量の減少などがあります。

便秘を予防・改善するための対策をいくつかご紹介します。

- ① 毎日の生活の中に適度な運動を取り入れ習慣にしましょう。
- ② 食事では食物繊維を多く摂り、油も適度に摂りましょう。
- ③ 水分を多く摂りましょう。
- ④ 便意がなくても、毎日決まった時間にトイレに行く習慣をつけましょう。

岡地域包括支援センター ☎61-1557

募集 岩手大学地域連携フォーラム in 久慈

岩手大学と久慈地域との連携事例や、最新の研究の成果など、大学の地域づくり活動へ向けた取り組みを紹介いたします。

▶日時…12月26日(月)14時～16時30分

▶会場…久慈グランドホテル

▶申込期限…12月16日(金)

岡政策推進課 ☎52-2115

お知らせ 教育委員会議の予定

▶日時…12月23日(金)15時30分

▶会場…市役所3階車庫棟会議室1

岡教育総務課 ☎52-2154

お知らせ ひとり親世帯の家計を応援

ひとり親世帯を対象に、米、レトルト食品、お菓子などをセットにして30世帯に無償配布します。(応募が多い場合は抽選)

▶申込期限…12月12日(月)17時

▶申込方法…久慈社協 HP で申請するか申込書を提出してください

▶URL…http://www.kuji-shakyo.jp/ 

▶配布日時…12月20日(火)16時～19時

▶配布場所…市総合福祉センター

▶対象者…市内に住所を有する母親または父親の片方いずれかと、高校生以下のお子さんだけの世帯で経済的に困っている世帯

※生活保護受給世帯や祖父母などと同居している場合は対象外

岡久慈市社会福祉協議会 ☎53-3380

募集 市営住宅・災害公営住宅空きあります

住宅名	戸数	家賃(月額)
新川井団地	2	18,300～27,300円
てらさと団地	2	19,100～28,500円
さいわい団地	1	17,400～26,000円
定住促進住宅	1	10,180円
久慈湊大崎地区住宅※	1	18,700～27,800円

※災害公営住宅…入居者資格は東日本大震災により住宅を滅失した人。その他条件があります。

▶申込期限…12月15日(木)

岡建設企画課 ☎52-2120

岡山形総合支所産業建設課 ☎72-2129

いいきキッチン 豆腐ステーキネギソース



- 豆腐……………1丁
- 長ネギ……………½本
- トマト……………1個
- しょうゆ……………大さじ2
- ショウガ汁……………小さじ1
- みりん……………大さじ2

- 材料(2人分)
- 1人分…287kcal 食塩相当量 2.2g
- 酒……………大さじ1
- 小麦粉……………適量
- オリーブ油……………適量

- ①豆腐は4枚に切ってペーパータオルで包み、冷蔵庫で30分水気を切る。トマトはさいの目に切る。
- ②長ネギはみじん切りにしてボウルに入れ、Aを加えて混ぜる。
- ③①の豆腐に塩・こしょうを振り、小麦粉をつける。フライパンにオリーブ油を入れて中火で熱し、豆腐を両面焼く。
- ④②を加えて全体にからめ、塩・こしょうで味をととのえ、①のトマトをのせる。

POINT ・しっかりとした味なので調味料は加減しながら加えると良いでしょう

岡久慈市食生活改善推進員協議会
長内地区食生活改善推進員 ☎61-3316 

お知らせ 久慈都市計画変更案の縦覧を実施します

久慈都市計画道路の変更案に意見のある人は、縦覧期間中に決定権者(知事)へ意見書を提出してください。

▶縦覧図書…久慈都市計画道路の変更案

▶縦覧期間…12月2日(金)～16日(金)

9時～17時※平日のみ

▶縦覧会場…建設企画課、県庁都市計画課

▶意見書の提出…任意の様式に住所、氏名、電話番号、意見を書き12月16日(金)までに下記へ持参または郵送してください。(当日消印有効)

▶提出先…県土整備部都市計画課
〒020-8570盛岡市内丸10-1

岡県都市計画課 ☎019-629-5889

岡建設企画課 ☎52-2120

お知らせ 久慈市下水道事業経営戦略案への意見募集

令和4年～13年を計画期間として久慈市下水道事業経営戦略の改定を進めています。意見書のある人は、意見書を提出ください。

▶閲覧場所…市HP、上下水道部、山形総合支所、各市民センター

▶提出方法…郵送、メール、FAX、持参のいずれかの方法で提出

▶閲覧期間および意見書受付期間…12月14日(水)まで

▶提出先…〒028-0051久慈市川崎町8番2号 上下水道部経営企画課

☎ws-kikaku@city.kuji.iwate.jp
☎52-8288

岡経営企画課 ☎52-2189

お知らせ 風力発電事業計画段階環境配慮書の縦覧

縦覧と意見書の受け付けをします。環境保全の見地からの意見がある場合は、縦覧場所に備え付けの書面に住所・氏名・意見を記入し、意見書箱に投函してください。

▶縦覧図書…(仮称)小軽米風力発電事業計画段階環境配慮書

▶縦覧期間および意見書受付期間…令和5年1月4日(水)まで

▶縦覧場所…久慈市役所生活環境課、山形総合支所、県北広域振興局

▶意見書の提出および問合せ先…HSE(株)事業開発第一部門開発グループ(担当中村)

☎0294-55-7808

お知らせ 風力発電事業環境影響評価方法書の縦覧

山形町内で計画されている風力発電事業に係る環境アセスメント図書の縦覧および意見照会と、事業者による説明会を開催します。

▶縦覧図書…(仮称)岩手久慈風力発電事業環境影響評価方法書

▶縦覧期間…令和5年1月10日(火)まで

▶縦覧場所…久慈市役所生活環境課、山形総合支所、県北広域振興局

▶意見書受付期間…令和5年1月24日(火)まで

▶説明会の日時および会場…

日時	会場
12月17日(土)13時30分～	おらほーる
12月18日(日)10時～	よむのす

岡東急不動産(株) ☎03-6455-2690

アンバーホールからのお知らせ

岡アンバーホール ☎52-2700

カジュアル・クラシック・コンサート ～トリオ・ベアリッシモの気軽に楽しむ音楽会～
オペラから歌謡曲まで、3人の息の合ったハーモニー！ 2人のソプラノ歌手とピアニストによるスペシャルアンサンブルコンサート



日時/令和5年2月5日(日)14時開演(13時30開場)

開場/アンバーホール小ホール

出演/トリオ・ベアリッシモ
間口友美(ソプラノ)、青野由衣(ソプラノ)、佐藤慎悟(ピアノ)

料金/一般1,500円(友の会1,000円)/高校生以下無料

プログラム(予定)/糸、瑠璃色の地球、You Raise Me Up、オペラ「椿姫」より乾杯の歌ほか

♪前日開催！ 赤ちゃんのためのファーストコンサート♪
赤ちゃんと保護者のためのスペシャルミニコンサートを開催します。入場料無料。気軽に参加ください。
▶日時…2月4日(土)第1部11時開演、第2部14時開演、※各部40分の公演です

9月のデータ

■人口と世帯数(9月30日現在)
 ○人 □… 32,720人 (-43)
 男 … 15,873人 (-24)
 女 … 16,847人 (-19)
 ○世帯… 15,501世帯 (-11)
※()内は前月比

■市内の火災
 ○発生件数… 1件 (6/-5)
 ○死傷者数… 1人 (2/-1)

■救急活動
 ○出動件数…129件 (1151/+110)
 交通事故… 3件 (46/±0)
 急病… 90件 (783/+30)
 その他… 36件 (382/+80)

■市内の交通事故など
 ○発生件数… 40件 (343/-107)
 人身事故… 1件 (34/+18)
 物損事故… 39件 (408/-26)
 ○死亡者… 0人 (1/0)
 ○負傷者… 1人 (41/+15)
 ○飲酒運転
 検挙者数… 3人 (6/+2)

■市内の犯罪状況など
 ○総数…4件(うち空き巣被害0件)
(50/+15)
※()内は、1月からの累計/前年同期との比較

■ごみの状況(単位ト)

	10月の排出量	4月からの累計
ごみ総量	985(+3)	7,361(-189)
うち可燃ごみ	844(+7)	6,286(-116)
うち不燃ごみ	49(+1)	364(-44)
うち資源物	92(-5)	710(-31)
一人1日当たり	971 ^㉗ (+23 ^㉘)	

※()内は、前年比

【山形図書館】 ☎72-3711
 ▶開館時間…10時～18時
 ▶12月の休館日…5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)、29日(木)～31日(土)
 ■企画展「サンタさんがやってくる～クリスマスの本～」
 ▶期間…12月25日(日)まで

…… おすすめ図書 ……

久慈 一般書「マンガでわかる! 認知症の人が見ている世界」

監修/遠藤英俊
 著/川畑智
 マンガ/浅田アーサー
 出版社/文響社

この本では認知症の人がどのように考えて行動しているのかを、マンガで分かりやすく解説しています。身近な人の介護など、認知症に対する不安を持つ人におすすめの本です。

山形 児童書「だれかさんのかたっぽでぶくる」

作/すずき みほ
 出版社/株式会社ほるぷ出版

まこちゃんはお気に入りの手袋をして散歩に出かけたました。途中片っぽだけの手袋がひっかけてあるのをみつけます。誰が落とし物なのか、落とし物から広がる想像力と優しさのつながりがあたたかい1冊です。

図書館だより

【市立図書館】 ☎53-4605
 ▶開館時間…9時～19時
 ▶12月の休館日…5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)、29日(木)～31日(土)

イベントなどの詳細は、随時HPでお知らせします。右のQRコードからアクセスできます。

■2階展示コーナー

- ①クリスマス本展
- ②冬のおすすめ本展

■図書館えいが会

- ①【はたらくるま大活躍!】ほか
 - ②【大男とクリスマスツリー】ほか
- ▶日時…①10日(土)②24日(土)
 両日とも14時～

▶会場…よむのす1階多目的室

■よみきかせ会「おはなしの巣」

絵本や紙芝居の読み聞かせを行います。

- ▶日時…①10日(土)②24日(土)
 両日とも11時～11時30分

▶会場…よむのす2階おはなしのへや

■ブックスタートおはなし会

4・5カ月～2歳のお子様向けに絵本の読み聞かせを行います。

- ▶日時…15日(木)11時～
- ▶会場…よむのす2階おはなしのへや

■LET'S READ AND LEARN!

ALTの先生と一緒に、ゲームや絵本の読み聞かせを通して英語に触れてみませんか。

- ▶日時…17日(土)10時～11時
- ▶対象…7歳未満の幼児や児童
- ▶会場…よむのす2階おはなしのへや

お知らせ 東日本大震災復興交付金事業実績評価書に意見を

閲覧と意見書の受け付けをします。詳しくはHPを確認ください。

- ▶提出方法…郵送、メール、FAX、持参のいずれかの方法で提出
- ▶閲覧期間および意見書受付期間…12月20日(火)まで

▶閲覧場所…市HP、政策推進課、山形総合支所、各市民センター

▶提出先…〒028-8030 久慈市川崎町1番1号 政策推進課

☎mailseisaku@city.kuji.iwate.jp
 ☎fax52-3653

☎政策推進課 ☎52-2115

編集後記

▶運転免許証の写真は、ありのまま自分を教えてくれるのですね(駒澤)
 ▶すっかり寒くなりました。そろそろこたつが恋しくなります(川端)

生活環境だより

自転車利用する人はヘルメットを着用しましょう

道路交通法の改正により、全ての自転車利用者が乗車時にヘルメットを着用することが努力義務化されました。

大切な命を守るために、自転車を利用する際は、大人も子どももヘルメットを着用しましょう。交通ルールを守り、安全に自転車を利用しましょう。

☎生活環境課 ☎54-8003

募集 健康講座を開催します

がん予防やがん教育がテーマに専門家が解りやすく説明します。参加申し込み不要。気軽に参加ください。

- ▶日時…12月22日(木)17時～18時
 - ▶会場…元気の泉
 - ▶講師…県立久慈病院医師、管理栄養士、医療ソーシャルワーカー
- ☎久慈医学談話会 ☎53-6131

募集 地域密着型サービス事業者の募集

令和5年度に整備する介護施設を設置・運営する事業候補者を募集します。詳しくは問い合わせください。

- ▶募集施設…看護小規模多機能型居宅介護事業所1施設(登録定員29人)
- ▶申込期間…12月20日(火)～令和5年1月20日(金)

☎地域包括支援センター ☎61-1112

お知らせ 第73回全国植樹祭一般招待者の公募

詳しい応募方法は全国植樹祭公式HPを確認してください。

- ▶開催日…令和5年6月4日(日)
 - ▶会場…高田松原津波復興祈念公園
 - ▶募集人数…約400名
 - ▶申込期限…12月23日(金)
 - ▶公式URL…https://syokujusai-iwate2023.jp/
- ☎全国植樹祭推進室 ☎019-629-5810

募集 路線バスで行くふたご座流星群観測ツアー

ひろのまきば天文台でふたご座流星群を観察しよう。入館料無料! お弁当付きのお得なツアーです。

- ▶日時…12月14日(水)18時30分～21時35分
- ▶料金…往復のバス料金
- ▶申込期限…12月7日(水)17時まで
- ▶定員…20人(最少催行人数10人)

☎地域づくり振興課 ☎52-2116

元気健康だより

40歳・50歳の成人歯科健康診査(歯周疾患検診)を受けましょう

歯を失う原因の第1位は歯周病です。自覚症状がほとんどないため、気づいた時は重症化していたということも少なくありません。歯周病は、脳卒中・心筋梗塞の原因となる動脈硬化の促進や認知症の原因の一因となるなど、全身の健康状態にも影響します。

歯周病によって歯を失うと、高齢者になった時に食べられる食品の数が減り、食事バランスの崩れ、エネルギー不足となり、低栄養状態になります。すると、筋肉量や体力が低下し、介護状態になりやすい「オーラルフレイル」を招きます。40歳・50歳の元気な今だからこそ、歯周疾患検診を受け早めの対策をとり、年を取っても元気・長生き!を目指しましょう。令和4年度で40歳・50歳になる人に5月下旬に受診票を送付しています。なくした人は問い合わせください。☎保健推進課 ☎61-3316

12月のお知らせ

休日当番医 12/4(日)
 休診日 11/29(火)～12/3(土)
 電子カルテシステム入れ替えの為
 12/29(木)～1/3(火)
※その他、診療日・診療時間の臨時変更等は、「ちだ医院ヨヤクル」のインターネットでご確認ください。

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

各種機器修理

お気軽にお電話下さい
 ストーブ、ボイラー
 エアコン、各種機器
 修理、取付、販売
 ストーブ分解掃除
 エアコンクリーニング

宇部機器サービス 久慈市中央1-30
(宇部龍一) TEL53-6630

あなたの明日に青空を
そらうみ法律事務所
(旧久慈ひまわり基金法律事務所)
 www.soraumi-law.com

相続 遺言 離婚 債務整理
 破産 成年後見 不動産登記

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
 そらまめを併設。)

年末年始休業
 12/30全～1/1日
 1/3[※]
 当番医
 1/2(月)

久慈市長内町24-98-2
 ☎0194-75-3722

仏壇、神仏具、花環、葬儀一式
くじせれモニーホール
メモワール・ノヴァ
長内館・川貫館・野田館

安心葬儀事前相談承っております。
※24時間受付可能。

(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



1/震災前後の水族館の生き物を感情豊かに表現 2/スーパーボランティアのおじいちゃんと孫のワンシーン 3/カメキチの性別がメスと判明 4/硬い役どころもコミカルな動きで会場の笑いを誘いました 5/長い期間にわたって切磋琢磨しながら一緒に作り上げてきた仲間たちと記念撮影

3年振りのステージ おらほーる劇場

おらほーる劇場第14回公演が、11月19日、20日の2日間開催され、約300人が演劇を楽しみました。

おらほーる劇場は地元の問題を取り入れ、演出・舞台から衣装まで参加者で作っている市民劇で、8月から練習を重ね3年振りの公演に力を注ぎました。

今回の公演は「震災を忘れない」をテーマに発信し続けている水族館シリーズの第3弾。コミカルな動きや震災から前向きに進む展開に、会場は笑い声と笑顔に包まれました。

初めておらほーる劇場に参加した、中平真央さんは「入団を決意したあと、コロナで中止を余儀なくされてきましたが、やっと舞台に立つことができました。仲間と作り上げてきたステージは本当に楽しかったです。見に来てくれた人が、おらほーるをきっかけに舞台を好きになり、同じ世界に入りたいと思います」と語りました。



風情を感じる昔遊びのおもちゃ

子どもたちによるこんでほしいと、天神堂の村由明朗さんから、手作りの万華鏡やかざぐるまを長年にわたり提供いただいています。かざぐるまは、少しの風でも回るように工夫。柄が木製で手に馴染みやすく作られ、製作者のやさしさを感じます。元気の泉内の、子育て世代包括支援センターでお配りしていますので、気軽に申し出ください。

久慈百景

あなたの写真や動画で久慈をPRしませんか？

Instagramで久慈の風景や魅力を撮影した写真や動画に、ハッシュタグ「#久慈百景」をつけて投稿するだけ！

現在、5,200件を超える投稿がされています。皆さんの素敵な写真や動画で、一緒に久慈を全国、そして世界にPRしませんか。

