

子どもたちに誇れる 笑顔日本一のまち



広報

くじ

12

2023
月1日号

No.426

【今月の表紙】

みんなで つかんだ勝利



【トピックス】

- ・キャリアオーケストラ
- ・生徒たちの活躍



1 / 合同職業講演会で事業者から説明を受ける生徒ら 2 / 食事の配膳を体験 3 / 商品をきれいに陳列 4 / のぼりを立てて開店準備 5 / 配送する荷物の仕分け、運搬を体験 6 / 花束を作成 7 / 救命訓練で急病人への対応を学習



地域の仕事を知り 将来にむけて 学びを考える きっかけに

合同職業講演会 キャリアオーケストラ

市内の中学校8校の2年生288人を対象とした、合同職業講演会キャリアオーケストラが、10月11日アンバーホールで行われました。

社会を体験することで地域や仕事、学びを主体的に考える機会になってほしいと、久慈市中学校キャリア教育事業実行委員会が開催したもので、建設業や飲食店、福祉関係などの市内企業31社が参加しました。生徒らは、参加企業の中から興味を引いた3カ所

事業所を選択。1カ所30分程度、仕事の内容や企業の思いなど、メモを取りながら真剣な表情で耳を傾けました。

社会体験Week

11月7日から16日にかけて社会体験WEEKが行われました。市内の約131事業所から協力を得て実施。合同職業講演会で感じた仕事のイメージを持ちながら、実際に現場で体験。働くことで将来などを意識する機会として開催するもので、生徒らは、興味がある事業所に出向き、3日間職場体験を行いました。

生徒の受け入れを担当



蒲野光子さん (道の駅いわて北三陸・物販)

笑顔や返事がとてもよく、勉強したいという姿勢が伝わってきました。物販の仕事は接客もそうですが、商品の生産者とのコミュニケーションも大事です。そうした人との関わり、会話を通して人とつながる魅力を感じてほしいです。

保育園で職場体験



櫻庭香乃さん (三崎中)

体験前は保育士の仕事のイメージが付きませんでした。思っていたよりもたくさんの子どもの相手のをしなければならず、難しさを感じました。元気な子どもたちと話せることが楽しく、保育士の仕事の魅力だと感じました。

生花店で職場体験



滝沢葵さん (長内中)

私に出来るのかと不安でしたが、職場の人に良くしていただき楽しく体験できました。難しいこともありましたが出来たときの喜びや水やりなどいろいろなことを知ることができました。社会体験Weekに参加できてよかったです。

**文部科学大臣杯第15回全日本少年
春季軟式野球大会ENEOSTーナメント**

第1位 長内中学校 野球部

8月19日から27日にかけて行われた上記の大会で、長内中学校野球部が優勝。3月に静岡県で開催される、中学生の甲子園と呼ばれる全国大会へ出場します。キャプテンの中屋敷俊介さんは「3年生がいたときと違い、できていない思いがあり不安がありました。それでも全員で一つになって優勝できて良かったです。初めての全国大会はレベルを体感し1試合1試合を戦っていきたくです。キャッチボールなどの基礎を大切に、バントなどを確実にできるように練習していきます」と思いを語りました。



第6回全国中学生野球大会in岩手

第3位 久慈DREAMS

8月5日から8日にかけて行われた上記の大会で、久慈DREAMSが第3位に輝きました。

■最初はお互い緊張もありまともにはありませんでしたが、練習や試合を重ねるうちに一体となり、チーム力が高まりました。高いレベルで野球ができたことは一人一人の財産です。支えてくれた先生方や家族、地域の方に感謝します。(主将 侍浜中 川戸慶大)

■ロースコアで試合をまとめられるように頑張りました。手に汗握る試合ばかりで楽しく、チーム・個人ともに成長できました。悔しさもありますが、大会を通して、ドリームス魂を見せ、最高の場で最高のプレーができて良かったです。(投手 久慈中 中居凌)



**第56回IBCこども音楽コンクール
こども音楽コンクール東北大会**

優秀賞 久慈中学校 マンドリン部

9月18日、10月22日にそれぞれ開催された、上記コンクールの中学校合奏第一部門で、久慈中学校マンドリン部が優秀賞に輝きました。

■「音楽を楽しみ感動を伝える」という部のテーマを表現できたと思います。東北大会優秀賞という目標も達成できてうれしいです。(部長 中田結心)

■部全体の人数が減った代わりに、一人一人とより関わり良い雰囲気です。(副部長 根井希絆)

■指揮をみて1拍1拍心を込めて演奏し、賞関係なく楽しむことができました。(副部長 中村姫花)

— 不断の努力、大舞台で花開く

生徒たちの活躍
graduations



第23回県小学生学年別大会男子5年生の部 **第3位**

おかざき かいと さん (左)、はやと 颯大さん (右)
(長中スポーツ少年団)

■足を動かすことと、ボレーの確率を上げることを意識して練習しました。大会ではもう少し頑張ることができたかなと思います。全国大会では楽しんでたくさん勝つことが目標です。(颯大)

■楽に打つために回り込んで打つこととあきらめないメンタル面を鍛えました。気持ち的にも頑張れてうれしかったですが、次は一位を目指します。サーブの持ち方を変えたので確立を上げていきたいです。(颯大)



第33回県スポーツ少年団交流大会男子5年生の部 **第1位**

きしさと 陽斗さん (左)、しろう 翔さん (右)
(長中スポーツ少年団)

■サーブレシーブや乱打戦になったときにコースに打ち分けられるように練習しました。難しい試合が多かったですが、勝つことができうれしいです。次は余裕で勝てるように練習していきたいです。(陽斗)

■ボレーやカットサーブ、スマッシュなどを練習して、試合で出すことができました。勝つことができうれしかったです。次に向けて、動きながらのボレーや攻めの練習を頑張っていきたいです。(翔)



第22回県小学生学年別新進大会4年生以下女子の部
第23回県小学生学年別大会4年生以下女子の部
第33回県スポーツ少年団交流大会4年生以下女子の部 **第1位**

はれやま こころ さん
晴山 心結さん
(久慈こソフトテニスクラブスポーツ少年団)

ペアの人とあまり練習できず、最初は大変でした。だんだん息が合ってきて勝つことができ良かったです。バックに返されて点を取られてしまいました。返すことができました。バックで打ち返せるように意識して練習していきたいです。



第33回県スポーツ少年団交流大会男子6年生の部 **第1位**

ささき ゆうと さん
佐々木 悠翔さん
(久慈ソフトテニススポーツ少年団)

一番は、勝つことができうれしかったです。指導して下さったコーチや仲間のおかげで優勝できたと思います。試合の中でいくつかミスがあったので、次の大会に向けて、ミスが無くなるように練習を頑張っていきたいです。



第22回県小学生学年別新進大会男子5年生の部 **第1位**

かきき はやと さん
柿木 颯太さん
(久慈ソフトテニススポーツ少年団)

今回初めて組んだペアで、数回しか練習できませんでしたが、勝つことができました。調子は悪かったですが、コースに打ち分けられることができました。味方にチャンスポーズが上がるように相手を攻めていけるよう頑張りたいです。



大切なあなた

健康推進課 ☎61-3316

健康づくり活動団体を紹介します

久慈市食生活改善推進員協議会

▶事務局…旭町8-100-1 ☎61-3316

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、食を通じた健康づくりのボランティアとして活動をしている全国組織の団体です。

健康づくりの3本柱である栄養・運動・休養を基本とした、適切な食生活の普及活動をしています。市の会員は令和5年9月末現在で80名です。

目標

- ①「健康くじ21プラン(第2次)」の目標に向かって健康づくりを定着。健康寿命の延伸及び脳卒中死亡率低下に努めます。
 - ②子どもから高齢者まで、生涯を通じた食育を推進します
- 健康くじ21プラン…平成27年3月に第2次計画をスタート。個人の生活習慣病の予防や個人を取り巻く社会環境の改善をすることで、健康寿命の延伸、健康格差の縮小など実現につなげ、活力ある社会の実現を目指します。

活動内容

市と連携し、脳卒中予防対策事業や産業まつりでの普及啓発活動などを行っています。生活習慣病予防啓発事業や各地区での自主活動、研修会への参加など積極的に務めています。今回は、さまざまな活動の中から脳卒中予防対策事業と各地区での自主活動についてご紹介します。

▶各地区での自主活動

地区ごとに、自主研修会や公民館で栄養教室や減塩普及啓発活動などを行っています。

栄養教室では「減塩」「低栄養予防」「生活習慣病予防」などをテーマに調理実習を含む講習会を実施しています。



▶脳卒中予防対策事業

事業所などでの献血時に、脳卒中予防を目的とした減塩に関する普及啓発活動を行っています。

リーフレットの配布やフードモデルを使用した分かりやすい説明を心掛けています。



食生活改善推進員になるには？

市主催の「食生活改善推進員養成講座」を受講することが必要です。

令和6年度に養成講座を開講予定です。詳細が決定しましたら市HPや広報でお知らせします。



歯周疾患健診をお忘れなく



対象者は健診料無料です。案内ハガキを紛失した人には再発行しますので、保健推進課まで連絡ください。

▶対象者…

- ①40歳(昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれ)
- ②50歳(昭和48年4月2日～昭和49年4月1日生まれ)

▶受診期限…令和6年1月31日(水)

新型コロナウイルスワクチン情報

問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

新型コロナのオミクロン株(XBB.1.5)に対応した、令和5年秋開始接種を進めています。新型コロナワクチンを無料で受けられる期間は、令和6年3月31日までです。接種券が届いた人で、接種を希望する場合は、電話やインターネットで予約をください。

令和6年4月1日以降の接種については、現在、国で検討を進めていますので、決まり次第、広報やホームページでお知らせします。

■令和5年秋開始接種の予約方法

①インターネット受付…

URL:<https://jump.mrso.jp/032077/>

▶受付時間…24時間

②電話受付…

コールセンター

☎0194-54-8008

▶受付時間…平日9時～17時

※接種券番号や接種日を確認します

③インターネット予約支援窓口…

インターネット予約を窓口で代行します

▶受付時間…平日9時～17時15分

▶会場…久慈市役所(3階ワクチン接種対策室)、山形総合支所、各市民センター

※接種券を忘れずにお持ちください



秋開始接種の予約

12歳以上の接種会場

おおさわ内科・胃腸科医院(中の橋)
おのぞら耳鼻咽喉科クリニック(長内町)
金子クリニック(門前)
久慈恵愛病院(湊町)
国民健康保険山形診療所(山形町)
しろと内科循環器科クリニック(田屋町)
関上こどもクリニック(長内町)
竹下医院(中の橋)
ちだ医院(門前)
生後6カ月から11歳までの接種会場
県立久慈病院

■1月分の予約開始日

▶日時…12月6日(水)9時開始

予約開始日は、窓口やコールセンターは大変混み合います。自身や家族がスマートフォンやパソコンを持っている人は、インターネット予約に協力ください。

■65歳以上の人への接種券の発送状況

前回の接種日順に発送しています。6月30日までに前回接種をした人に発送済みです。

■64歳以下で新型コロナワクチン接種を希望する人は、申請が必要です

生後6カ月から64歳までの人で、接種を希望する人は、申請が必要です。

以下の①～③のいずれかの方法で申請ください。

■申請方法

①申請フォーム…二次元コードを読み取り申請ください

②コールセンター ☎0194-54-8008

③ワクチン接種対策室や各市民センターの窓口申し出ください。



申請フォーム



長寿を喜ぶリンさん

兼田 リン さん (二十八日町)
塩分は控えめに

10月18日、100歳の誕生日を迎えた兼田リンさん。20日に市長が施設を訪問し、お祝い状と祝い金を贈呈。施設関係者や入居者らと一緒に長寿を祝いました。リンさんはピアノを演奏するのが趣味で、童謡の紅葉などを演奏し、施設の皆さんを楽しませているそうです。長寿の秘訣を伺うと「あたる家系だったので、塩分を控えていたのが良かったかもしれません」と教えてくれました。

INFORMATION

地域コミュニティ活動をサポート

市内の団体が取り組むまちづくり活動に、補助金を交付しています。申請方法など、詳しくは問い合わせください。

■地域コミュニティ振興事業

事業計画など提出が必要です。事業実施の1カ月前に相談ください。



▶対象…地域振興につながるような防犯・防災、美化、伝統文化の継承などの活動

▶補助額…対象となる経費の5分の4以内の額(上限100万円)

■地域活動コミュニティ活動備品整備事業



▶対象…草刈機や除雪機など3年以上使用できる備品

▶補助額…対象となる経費の2分の1以内の額(上限10万円)

問地域づくり振興課 ☎52-2116

除雪作業に協力願います

INFO

問下記の除雪担当

- 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。
- ▼除雪作業でのお願ひ:
- 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。玄関口や私道などは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
 - 問三陸国道事務所久慈維持出張所 ☎53・2790
 - 国道281号・395号・県道
 - 問東北広域振興局道路整備課 ☎66・9688
 - 市道(久慈地区)
 - 問道路河川維持課 ☎52・2151
 - 市道(山形地区)
 - 問産業建設課 ☎72・2129

来館者250万人を達成

NEWS

久慈市文化会館来館者250万人達成記念式典

11月19日、久慈市文化会館アンバーホールの来館者が開館から24年と9カ月で250万人を達成しました。250万人目の来館者となったのは、天神堂の坂川良子さん。夫の孝志さんと同日公演が行われた舞台「アカシアの雨が降る時」を見るために訪れました。市と2階ラウンジのYAMANEKO・



記念品を受け取る坂川さん

COFFEE・LABから記念品を贈呈。公演の作者で、演出を務めた鴻上尚史さんからは、自身のサイン入りの戯曲本が贈られました。遠藤市長は「これまで当館を利用いただいた皆様に感謝を申し上げます。アンバーホールは当市のランドマークにもなっており、芸術文化の活動拠点として親しまれてきました。今後も愛され続ける施設づくりを目指してまいります」と挨拶。アンバーホールによく訪れるという坂川さん夫婦は「ジャンルを問わず文化的なものが好きで、公演や美術展を訪れていました。250万人目になって、びっくりしています。これからも足を運んで楽しんでいきたいです」と喜びを語りました。

消防功労

瑞宝単光章



しばた しゅうすけ
柴田 修佑 さん
(中央・76歳)

昭和47年に久慈地区広域行政事務組合に採用され野田分遣所に配属。普代、山形分署長などを歴任し、36年余りの長きにわたり、消防活動に尽力しました。受賞にあたり「消火活動には消防団の協力が不可欠で、地元の人とのコミュニケーションを大切にしてきました。思い出されるのは久慈大火です。当日は当番で、通報を受け現場に急行し、煙を発見。最初はすぐに消火できると思いましたが、あっという間に燃え広がり、鎮火まで帰宅せず活動しました。平成2年には小袖婦人消防隊と第6回全国婦人消防大会に出場。一カ月以上の訓練を共にし、成果を示してくれた当時の隊員の皆さんには感謝しています。家を空けることが多い仕事で憂いなく現場活動できたのは、子どもや家を守ってくれていた妻のおかげです。大変感謝しています。」と思いを語りました。

秋の叙勲・褒章

令和5年度、秋の叙勲・褒章が発表されました。市内の受賞者の皆さんを紹介します。

海事関係功労

瑞宝単光章



かわばた としゆき
川端 利幸 さん
(小久慈町・68歳)

※川端利幸さんのインタビューの掲載は、本人の意向により、割愛させていただきます。

長年にわたる活動の功績・功労により、次の皆さんが大臣表彰を受けました。

- 市町村議会議員総務大臣感謝状…濱欠明宏
- 海事関係功労者大臣表彰(国土交通大臣)…大尻福美

インクルーシブスポーツで交流

NEWS

ふれあい交流スポーツフェスタ&結いっこフェスタ

11月2日、障がいがある人もない人も一緒にスポーツを楽しむイベントが久慈市民体育館で5年ぶりに開催されま



白熱した卓球バレー

卓球バレーの部で第1位に輝いた、「チームはあと舎」の橋場裕太郎さんは「初めてのスポーツフェスタのためにたくさん練習をして、楽しむことができました」と充実した表情を見せました。

また、久慈広域の福祉施設などから約1000人が参加。卓球バレーやターゲットボッチャなど7つの競技で熱戦を繰り広げました。福祉施設利用者の作品展示や各施設おすすめの製品販売も行われ、来場者でにぎわいました。

森林の役割を学ぶ

NEWS

小学校原木しいたけ植菌体験

10月24日、山形小学校の3年生から6年生36人が原木しいたけの植菌を体験しました。県民参加の森林づくり促進事業の一環として令和3年度から市内小学校で実施。久慈市しいたけ生産推進協議会の菊間澤由広会長が植菌の仕方や、木の利用が減り、山が荒れてきている現状を伝えました。児童は初めて見る種駒に歓声を上げながら植菌。6年生の岩脇悠真さんは「種駒から汁が出ていて驚きました。楽しかったです。私の住む霜



笑顔で植菌を体験

畑地区には自然がいっぱいあるので守っていききたいです」と笑顔を見せました。



アルフォンソ・ミュシャ「四季」1896

ハル★トピックス

企画展「ロートレックとベル・エポックの巴里-1900年」

八戸市美術館では、19世紀末から20世紀初頭にかけてパリが大きく発展したベル・エポックの時代(美しき時代・良き時代)を代表する芸術家、アンリ・ド・トゥールーズ=ロートレックやミュシャなどの作品およそ320点を展示。華やかな時代の姿を映し出したパリの芸術を紹介します。

- ▶期間…12月25日(月)まで
 - ▶時間…10時～19時
 - ▶休館日…毎週火曜日
 - ▶観覧料…一般1,000円、高校生大学生500円、小・中学生200円
- 八戸市美術館 ☎0178-45-8338



Information

令和6年4月から口座振替納付済通知書を廃止します

市税などを口座振替で納付している人に対し「口座振替納付済通知書」を送付していましたが、経費削減や省資源化推進のため、令和6年度から廃止します。振替結果は、預貯金通帳で確認ください。

- お知らせを廃止する科目
- 市県民税(普通徴収)
 - 固定資産税
 - 軽自動車税(種別割)
 - 国民健康保険税
 - 後期高齢者医療保険料
 - 学校給食費

■確定申告するときは
 収納課では、年末調整や確定申告用の国民健康保険税、後期高齢者医療保険料の納付額証明書を発行しています。
 収納課 ☎52-2368



防災公園に遊具を設置

久慈市総合防災公園遊具お披露目式

11月10日、夏井町の久慈市総合防災公園で整備を行っていた遊具のお披露目式を開催しました。関係者や平山保育園の園児が出席。テープカットで完成を祝いました。設置した遊具は、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ケーション助成事業を活用し、宝くじの助成金で整備。誰もが一緒に遊ぶことができるユニバーサルデザインで、サポート付きのブランコや回転遊具、低反発の跳躍系遊具は、災害時にはシートを設置することで、簡易防災施設として利用することができます。



新しい遊具の前で記念撮影

割りを担う公園。子育て環境の充実や防災力の向上の一助となることを期待しています」と思いを述べました。同保育園の、八木沢綾穂さんは「みんなで遊んで楽しいです。おばあちゃんと妹とまた遊びに来たいです」と声を弾ませました。

短時間で安全な場所に避難

令和5年度津波避難訓練

11月12日、令和5年度久慈市津波避難訓練を実施し、約2千人が参加しました。今回の避難訓練は、10月中旬に配布した、令和5年度版久慈市津波避難マップに基づき実施。津波浸水想定区域外にいち早く出られるように避難目標地点を経由し、避難場所に向かう、新しい考えを取り入れた手法で実施しました。防災行政無線で避難訓練が周知されると、ペットを抱え避難する人や防災グッズを背負い避難する人など、速やかに避難場所に向かいました。久慈東高等学校に避難した久慈小学校2年の片座愛佳さんは「おばあちゃんとお母さんと参加しました。本当のとき、すぐに逃げられるよう、訓練のことを思い出して避難



地域が一体となり避難訓練に参加

したいです」と思いを語りました。久慈市消防団第12分団の對馬博貴分団長は「門前は、町内会や自主防災組織などと協力して避難訓練を行う初めての取り組みでしたが、たくさんの方に参加いただけました。地域が一体となり取り組むことができ良かったと感じています」と表情を引き締めました。

年末年始のごみ収集

INFO 暮らし環境課 ☎54-8003

日程	通常収集	ごみ処理施設への直接搬入	特別収集の種類	特別収集を実施する地区
12月28日(木)	あり	可		
29日(金)	なし	不可	燃えるごみ	金曜日が燃えるごみの地区
30日(土)～1月2日(火)			燃えるごみ	水曜日が燃えるごみの地区
3日(水)			燃えるごみ	水曜日が燃えるごみの地区
4日(木)	あり	可	燃えるごみ	川井、繁
5日(金)				小国、関、霜畑
8日(月)			大川目町全域(長久保、滝を除く)	
10日(水)			新中の橋、巽町、中央、本町、柏崎、二十八日町、門前、旭町、京の森、天神堂	
11日(木)			新築町、田高、小久慈町全域	

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。

想像豊かに描く恐竜

NEWS 久慈市夏休み恐竜・地質課題コンテスト2023

11月6日、小久慈小学校で久慈市夏休み恐竜・地質課題コンテスト2023の表彰式を開催しました。同校の受賞者は、絵画の部門2年生の部で金賞を受賞した道合優奈さん、銀賞の高森新太さん、1年生の部で銀賞を受賞した大倉亜歌梨さん、銅賞を受賞した小袖理麻さんです。道合さんは「恐竜の黄色を塗るのが難しかったです。金賞をもらえると思っていなかったのうれしいです」と笑顔で語りました。作品は、



小袖さん、大倉さん、高森さん、道合さん(右から)

事業系ごみの手数料が改定

INFO 久慈広域連合衛生課 ☎66-9090

令和6年4月1日から、し尿汲取り手数料と、事業系ごみ処理手数料が改定されます。ご理解とご協力をお願いします。

▼事業系ごみとは…会社の事業活動などで生じた、すべての廃棄物のことをいいます。事業系ごみは、法律で自らの責任で適正に処理することと定められています。事業系ごみは、地区のごみ集積場には出せませんので、適正に処理をしてください。

区分および単位		改定前 (~3月31日)	改定後 (4月1日~)
し尿汲取り手数料	270ℓまで	1,890円	2,025円
	270ℓを超える場合10ℓまでごとに	70円	75円
事業系ごみ処理手数料	可燃ごみ及び不燃ごみ10㎏までごとに	65円	80円



梅沢 政隆
リポーター



大久保勝男
リポーター

プラスチックごみって何だろう

環境学習講座 11月3日



海洋プラスチック
について学習

環境学習講座がもぐらんぴあで行われ、38人が参加。海洋プラスチックごみが抱える問題を学習し、長根浜の清掃活動を行いました。自分で参加を決めたという久慈小学校3年の佐々木海聖さんは「海辺にごみがたくさんあり驚きました」と表情を引き締めました。

本で疑問を探求

久慈市立図書館を使った調べるコンクール 11月3日



表彰者で記念撮影

図書館の本を使った調べるコンクールが行われ、30作品の応募から入賞した作品が表彰されました。小学生の部は湊小学校6年生の植野穂花さん、中学生の部は久慈中学校の関合創真さんが最優秀賞を受賞。入賞作品は12月8日からよむのす2階展示コーナーで展示されます。

大好きな小学校

大川目小学校創立150周年記念式典 11月10日



全校児童で歌声を披露

明治6年に、第5番小学校として開校してから150周年を迎えた大川目小学校で記念式典が開催され、関係者らが出席しました。5・6年生が伝統芸能の大川目小剣舞を披露。全校児童による思いを込めた呼び掛け「喜びの言葉」や合唱などが行われ、式典を祝いました。



八木沢万寿美
リポーター



小渡 正利
リポーター



大石 純夫
リポーター

工夫を凝らした衣装

まちなかハロウィン2023 10月29日



優勝した米田さん
親子

ハロウィンの仮装コンテストがよむのすで行われ、工夫を凝らした衣装やメイクを披露しました。優勝は納豆のコスチュームで出場した米田橙生さん。衣装を手掛けたお母さんの春菜さんは「息子が好きな大豆製品の納豆を作製。優勝できてうれしいです」と笑顔で語りました。

まめぶの歴史や伝統を学ぶ

第3回まめぶ展&郷土食フェスタ 11月12日



まめぶの食べ比べ
にぎわう会場

おらほーるで、まめぶ展&郷土食フェスタが行われ約200人が来場しました。歴史や伝統を学ぶことができるイベントで、まめぶお膳や8集落のまめぶ汁のレプリカを初展示。7地区のまめぶの食べ比べも行われ、来場者はまめぶの形や具材、出汁の違いを楽しみました。

みんなで楽しくスポーツ体験

卓球バレー・ポッチャ体験教室 11月10日



思い通り投げられるか！全員が注目ポッチャ

小久慈市民センターで開催された教室に地区民17名が参加。ポッチャを体験では、周りからのアドバイスもなかなか思い通りには行かず苦戦。卓球バレーでは熱が入って思わず立ち上がるファウルも、プレーをするたびに笑い歓声が上がり大いに楽しみました。(大久保)

2



1



3



1/作品も工夫を凝らして展示 2/茶道教室に通う子どもたちが11月4日にエントランスホールでお点前を披露 3/2階ホワイエに飾られた見事な書 4/合唱ワークショップの参加者が、澄んだ歌声を披露

久慈駅からの避難を確認

八戸線津波避難訓練 11月2日



避難はしごを組み立て降車する訓練

東日本旅客鉄道(株)が、久慈駅で避難訓練を実施しました。出発際に大津波警報が発令したことを想定した初めての訓練で、三陸鉄道(株)や関係者ら約40人が参加。列車に備えつけられた備品の確認や避難はしごからの降車など、緊急時に速やかに行動できるよう確認しました。

イベントで市場を盛り上げる

久慈市民市場 10月28日



アクリル板のお絵描きコーナー

久慈市民市場の秋の味覚市に合わせ、市の地域おこし協力隊がイベントを開催。お菓子の販売やアロマづくり、お絵描きコーナーなどで来場者を楽しませました。おばあちゃんと一緒に訪れた、あさひ認定こども園の藤田陽愛さんは「塗り絵が楽しかった！」と笑顔を見せました。



まちのわだい

芸術の秋を楽しむ

久慈市民芸術文化祭 11月3～5日

アンバーホールで久慈市民芸術文化祭が3日間にかけて開催されました。会場には写真や華道などの作品が展示され、約2,400人が来場。作品の前で足を止め、目を細め眺める人たちでにぎわいました。小ホールで行われた舞台発表では、歌や演奏、踊りなど日頃の成果を披露。エントランスホールで行われた茶道部門には、久慈茶道会子ども教室の生徒が緊張の面持ちでお点前を披露し、来場者をもてなしました。久慈小学校4年生の山形美心さんは「ちょっと緊張しましたが、おいしく飲んでくれたのがうれしかったです。難しいところもありますが、茶道は日本の和を感じ、つないでいく気がして、やる気につながっています」と笑みを浮かべました。

収穫の時期にも影響

香茸を収穫 11月11日



思いがけず香茸を収穫

香りが強く、収穫時期も短い香茸。多く収穫できる地域は、全国でも岩手や長野などの一部の山間部に限られている貴重なキノコです。例年の収穫時期には見つけれなかったのですが時期がずれて収穫。秋の味覚でも、今年の季節全体の影響を感じます。(八木沢)

夏井市民センターが大にぎわい

第39回夏井町民文化祭 11月12日



子どもからお年寄りまで入賞目指してユニカール競技に挑戦

夏井市民センターで町民文化祭が開催され、町内外から約400名が来場。展示や豆腐田楽などの販売、子ども対象の工作コーナーも設けられ、センターは久しぶりににぎわいを見せました。世代間交流スポーツ大会・ユニカール競技も開催され、大盛況の「祭り」となりました。(梅沢)

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を紹介するコーナーです。

My life in Kuji



エマ・ブランチェット さん
イリノイ州・22歳/久慈湊小、小久慈小、大川目小、夏井小、平山小、久慈中、夏井中を担当

イリノイ州シカゴのクリスマスについて紹介します。この時期のシカゴには雪が降り、氷が張るため、そり遊びやスケートが人気。そんなシカゴの冬にサーフィンを楽しむことを知っていますか？寒さによってもたらされた強い風で、ミシガン湖には高い波が起こり、サーフィンをすることが出来ます。冷えた体を温めるために、エッグノッグやジンジャーブレッドなどのスイーツが食べられています。毎年我が家では、ナツメグをたっぷり入れたクリーミーなエッグノッグをお鍋いっぱいに作ります。シカゴで毎年開催されている「クライスト・キンドル・マーケット」は特に私のお気に入りです。これはドイツ発祥の伝統的な屋外マーケットで、手作りのクリスマスオーナメントや、木彫りなどを眺めながら、美味しいドイツの伝統的なクリスマス料理を楽しむことができます。温かい食べ物に、美しい工芸品、そして雪が降る空は、クリスマスをお祝いするのにぴったりです。

市民

センターだより



侍浜市民センター
☎58-2110

侍浜振興協議会の広報誌

地域の身近な話題を発信

侍浜町では、地域の問題を地域の人が発信する広報誌「海鳴」を発行しています。この広報誌は昭和48年に誕生し、公募で名付けられました。地域の呼び方で「はまおど」と読みます。

侍浜町振興協議会の広報委員会が記事を集め制作しているもので、地域の出来事や行事の話題、イベントなど地域に密着した情報を提供しています。歴代の広報委員が今日まで続け、50年が経過。5月には第600号を達成しました。最近では新型コロナウイルス禍の影響でイベントが中止となることが多く、お知らせや紹介などの記事を掲載することができないなど、記事を探すのも大変です。それでも「楽しみにしている」「地域のことが知れてうれしい」などの声を励みに、地域に親しまれ愛される広報誌「海鳴」を発行し続けてほしいものです。

侍浜市民センターも地域が元気になるような事業や市内の行事など「海鳴」に明るい話題を提供していきます。



Name

新井 浩介 さん
あらい・こうすけ (写真右 新中の橋出身)
たれやなぎ さん
(写真左 天天堂出身)

Profile

本名 細越 幸司さん(演技集団朗 主宰)
ジャパンアーツカウンシルプログラムオフィサー

本名 筆柳 敦志さん(株)ケイエムシネマ企画所属)
仮面ライダードライブ泊英介役、他

※クリスマスフェスタの詳細は、2025年のアンバーホールのイチ押しを確認ください。

きらり人輝く

厚生労働省児童福祉文化財に選ばれている
20年以上上演される作品

良質な芸術文化を久慈へ

12月23日、24日のクリスマスフェスタで上演される演劇「Sky～あの空の向こうに～」。脚本の新井さんと客演として主人公を演じるたれやなぎさんに作品についてや久慈への思いを伺いました。

■久慈での公演について

新井：東日本大震災を機にふるさとに自分ができる文化貢献として、震災復興支援公演を学校や文化会館などで上演してきました。良質な芸術鑑賞の機会を作りたいと思い、令和4年度からクリスマスフェスタの企画に携わっています。**たれやなぎ**：地元久慈での公演ということで新井さんから声を掛けていただきました。いつかは地元でと考えていたので、良い機会をいただいたと思い快諾しました。

■今回の作品について

たれやなぎ：作品のテーマに家族があると思っています。子どもたちは父母の大切さ、親は子どもへの愛情を感じてもらえる作品です。子を亡くした父親を演じますが、暗いものではなく、子どもでも楽

しめる内容になっています。

新井：人は一人では生きていけません。友人や家族などそばで支えてくれる人がいて生きていけるのです。かけがえのない人と人との絆の大切さをこの作品では伝えたいです。笑って泣いて感動を持ち帰ってほしいと思います。

■久慈の皆さんへ

たれやなぎ：純粋に見て楽しんでもらえる作品。来て良かったと思ってもらえる内容になっています。映画やドラマとは違う生の舞台芸術を味わって欲しいです。

新井：フェスタは、昔懐かしい歌声喫茶やひよっこりひょうたん島人形展、大掛かりな人形劇など、子どもから大人まで間違いなく楽しめる作品を集めました。皆さんぜひお越しください。

集落支援コーディネーターつうしん

見年代 瞳 さん
(けんねんだいひとみ・44歳)
令和元年着任。洋野町出身。山形地区、宇部地区を中心に地域づくりの支援を行う。



琴の演奏を楽しむ子どもたち

伝統芸能や文化を楽しみながら体験

皆さん、こんにちは。地域を訪問していると、どの地域にも共通するテーマとして「伝統芸能や文化の継承」があげられます。メンバーの高齢化や担い手不足などで、継承が難しくなっていると悩んでいる団体が多いようです。

そんな中、12月10日に中央市民センターで県主催の「子どもアートタッチプロジェクト」が行われます。子どもたちに伝統芸能や文化・アートを楽しみながら体験してもらい、興味を持ってもらう事を目的としたイベントです。このイベントには、アート活動を行っている地域おこし協力隊の山下竜司隊員や朝比奈つとむ隊員も講師として参加する予定とのこと。地域の課題解決は、直ぐには出来ないものが多いですが、「楽しい」と感じてもらうことも大事なポイントの一つです。何から取り組めばと悩んでいる人は「楽しい」と思えることを取り入れてみるのはいかがでしょうか。

●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。

集まれ！元気の輪

日本将棋連盟久慈支部

代表：横沢田 均 さん(事務局：笹原 ☎53-5785)
活動場所：久慈将棋道場(長内町37-15-21スカイハウスC号)
活動日：交流大会(不定期)、子供将棋教室第1、3土曜日9時～)

交流将棋大会で将棋を指す参加者



交流大会に参加した皆さん

日本将棋連盟久慈支部は発足から50年続く団体で、20代から80代の会員17人で活動しています。

活動は、毎月1回程度交流大会を開催。段位に応じてハンデを付けるなど、子どもや大人も一緒に将棋で交流を深めています。県内や八戸の支部との団体戦や大会へも参加。腕を磨いています。定例で開催している子供将棋教室では、大人も受け入れ、指し方を指導しています。

大会や将棋教室は会員以外も歓迎。気軽に参加ください。活動の日程や大会の内容など詳しくは岩手県支部連合会のHPで確認ください。



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 新年交賀会をす

参加希望者は、申込書に必要事項を記入し、会費を添えて市民新年交賀会実行委員会事務局(生活環境課)へ申し込みください。
▶日時…令和6年1月4日(木)11時~
▶会場…久慈グランドホテル
▶会費…3千円(お酒の提供はありません。お弁当がつきます)
▶申込書の配布場所…生活環境課、市のHP
▶定員…280人
▶申込期間…12月4日(月)~12月19日(火)
久慈市市民新年交賀会実行委員会事務局 ☎54-8003

お知らせ 市議会12月定例会議の予定

◇本会議…7日(木)
◇一般質問…12日(火)~13日(水)
◇常任委員会…15日(金)、18日(月)~19日(火)
◇本会議…22日(金)
※傍聴席で傍聴できるほかインターネットで中継します
久慈市議会事務局 ☎52-2188

お知らせ 高齢者何でも相談シルバ-110番

高齢者やその家族を対象に、法律、医療、年金、介護、人生の悩みや困りごとなどの相談に専門家が応じます。
▶相談電話…フリーダイヤル 0120-84-8584
▶日時…月~金曜日(祝日、年末年始除く)9時~17時
久慈市高齢者総合支援センター ☎019-625-7490

募集 第7回消費力会アップ講習会

ごみの分別や減量について、わかりやすく解説します。
▶日時…12月14日(木)13時30分~15時
▶会場…市役所3階車庫棟会議室2・3
生活環境課 ☎54-8003

お知らせ 住民健診のお知らせ(追加)

胃がん検診を含む追加の住民健診を実施します。受診を希望する人で、問診票などが手元にない場合は連絡ください。
▶日時…①12月18日(月)、19日(火)7時~9時②令和6年1月5日(金)7時~10時
▶会場…元気の泉多目的ホール
▶対象…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
久慈市保健推進課 ☎61-3315

お知らせ 本の寄附がつかないだ縁リトアニアとクライペダのお話

市に本を寄贈した、帯広畜産大学人間科学研究部門の木村文准教授が、「博物館を通して知るリトアニアと姉妹都市クライペダ」と題し、市民講話会を開催します。入場無料です。
▶日時…12月16日(土)13時30分~
▶会場…よむのす1階多目的室
▶対象・定員…中学生以上・30人
久慈市総務課 ☎52-2112

お知らせ ひとり親世帯の援家計を応援

経済的に大変なひとり親世帯を対象に、食料品を無償で配布します。
▶申込方法…①専用フォームから申請②申込書を久慈市社会福祉協議会へ提出ください
▶申込期限…12月12日(火)17時
▶配布日時…12月19日(火)16時~19時
▶配布場所…市総合福祉センター
▶対象者…市内に住所を有し、高校生以下の子どもを養育するひとり親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
久慈市社会福祉協議会 ☎53-3380

お知らせ 冬の体験入校自動車システム科・建築科

▶日時…令和6年1月9日(火)12時30分~15時30分
▶会場…二戸高等技術専門学校
▶対象…中学生~高校2年生
▶料金・定員…無料・各科先着10人
▶申込期限…12月18日(月)17時
二戸高等技術専門学校 ☎0195-23-2227

募集 市営住宅空きあります

住宅名 戸数 家賃(月額)
新川井団地 3 18,100~27,300円
さいわい団地 1 14,400~21,500円
▶申込期限…12月15日(金)
久慈市建設企画課 ☎52-2120
久慈市山形総合支所産業建設課 ☎72-2129

お知らせ がん患者医療用ウィッグ購入費申請は期限内に

医療用ウィッグの購入費の一部支援を実施。購入した年度内に申請が必要です。忘れずに申請ください。
▶対象…次のすべてに該当する市民
①がん治療を受けたまたは受けている②治療に伴う頭髪の脱毛によりウィッグを購入した③過去に同様の補助を受けていない
▶経費…医療用ウィッグ(全頭用)
※附属品やケア用品は対象外
▶補助率…対象経費の2分の1(上限2万円)
久慈市保健推進課 ☎61-3315

お知らせ 障がい者の法定雇用率が変更になります

令和6年4月から、企業の障がい者の法定雇用率が段階的に引き上げられます。対象事業主の範囲や障がい者雇用の算定方法など、詳しくは問い合わせください。

Table with 4 columns: Category, 令和5年, 令和6年4月, 令和8年7月. Rows include 民間企業法定雇用率, 対象事業主の範囲.

お知らせ 令和6年度福祉のまちづくり支援事業

地域の福祉活動に直接使用する機器や備品などが対象です。
▶申込期限…12月15日(金)
久慈市手県共同募金会 ☎019-637-8889

お知らせ 税などの納期

- 市県民税(4期)…12月25日(月)
●国民健康保険税(6期)…12月25日(月)
●後期高齢者医療保険料(6期)…12月25日(月)
●学校給食費(8期)…12月26日(火)

お知らせ 風力発電事業環境影響評価方法書の縦覧

HSE(株)が山形町で計画し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、説明会を開催します。
▶縦覧図書…(仮称)久慈山形風力発電事業環境影響評価方法書
▶縦覧期間…12月27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
▶意見書受付期間…令和6年1月17日(水)まで
▶説明会の日時および会場…

Table with 2 columns: 日時, 会場. Rows include 12月8日(金)18時~, 12月9日(土)10時~.

久慈市HSE(株)発電事業本部 ☎0294-55-7808

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21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
久慈市県北広域振興局保健福祉環境部 ☎53-4982

おめでた おくやみ

10/16~11/15 届け出分(敬称略)

♥結婚おめでとう ()内は旧姓

[久慈地区]▷安部晴輝・姫依(太内田)▷百鳥光太・可奈(佐野)
[長内地区]▷後藤和剛・南那(佐藤)

★誕生おめでとう ()内は保護者名

[久慈地区]▷おひろのあま(岬土)▷崎山悠乃(祥太)▷大城茉穂(和輝)

◆お悔み申し上げます ()内は年齢

[久慈地区]▷畑田ハツ(88)▷三河英津男(79)▷藤原テツ(95)▷秋山福次郎(92)▷外谷マツエ(99)▷岩館均(75)▷中野アイ子(95)▷坂本和子(69)▷田畑トヨ(93)▷長根政男(76)▷下屋敷タミ(87)▷乱場清一郎(89)▷小坂明(87)▷佐々木永八(93)▷熊谷ウメ子(89)▷木戸口美代(94)▷谷地兼雄(76)▷堀越チヤ(93)
[長内地区]▷乱場吉太郎(89)▷中平信正(73)[小久慈地区]▷伊藤盛雄(94)▷田代ミツエ(96)[大川目地区]▷松井端子ヨ(95)▷神成ヨシエ(92)▷小倉豊次郎(84)
[夏井地区]▷お柳倉治(92)▷加藤シノ(84)▷五林ツル(95)▷欠ノ下トシ(87)▷中田和義(72)▷大芦順子(51)[宇部地区]▷中目トヨ(93)▷崎山ミナ(102)▷久慈みつわ(67)▷中野野造(89)
[浜浜地区]▷大面サツ(97)▷野場カヨ(87)▷石崎佐枝子(68)[山形地区]▷金子浩治(61)▷宅石末男(82)

いきいきキッチン 久慈市食生活改善推進員協議会 ☎61-3316 今月の担当:夏井地区食生活改善推進員



ぼっちゃんかぼちゃの焼きグラタン
■材料(2人分) 【1人分…265kcal/食塩相当量0.9g】
ぼっちゃんかぼちゃ(8~10cm)… 1個 マヨネーズ……………大さじ1
ニンジン……………20g ピザ用チーズ……………30g
マカロニ……………20g レタス……………適量
魚肉ソーセージ……………40g ミックスベジタブル……………適量
1かぼちゃは横半分に切り中身をくりぬき、やわらかくなるまで電子レンジで加熱する。(600W5分程度)。
2ニンジンはみじん切りにして電子レンジで加熱する。魚肉ソーセージは半月切り、マカロニは茹でて水気を切っておく。
32とマヨネーズを和え、マカロニサラダを作り1のかぼちゃに詰める。チーズをちらし、オーブントースターで焼き色がつく程度焼く。

アンバーホールからのイチ押し

Table with 4 columns: 劇団, 日程, 開演時間, 会場. Rows include 人形劇団ひとみ座, 演技集団朗, オペレッタ劇団ともしび.

料金/各公演全席自由1,000円、未就学児入場無料

主催:公益社団法人日本児童青少年演劇協会、共催:久慈市
助成:文化庁文化芸術振興費補助金統括団体による文化芸術需要回復・地域活性化事業(アートキャラバン2)|独立行政法人日本芸術文化振興会

久慈市アンバーホール ☎52-2700

特別企画

- ひとみ座ワークショップ ウレタン人形を作ろう
日時/12月23日(土)、24日(日)10時~11時15分
会場/アンバーホール会議室
料金/800円(材料費)
■うたごえ喫茶 ともしび
日時/12月23日(土)17時~19時
会場/おらほーる
料金/1,000円+レンタル歌集100円
■ひよこりひょうたん島 ミニ人形展
日時/12月23日(土)、24日(日)
会場/アンバーホール大ホールホワイエ

お知らせ 市長と話そう！ふれあいトーク

市長が出向いて、皆さんが日ごろから感じている身近な意見などを、車座になって自由に話し合う「ふれあいトーク」を実施しています。

対象人数は、5～15人程度です。希望日の2週間前までに、申



込地域づくり振興課 ☎52-2116

お知らせ 野生動物に注意してください

クマやサルなどの目撃報告が多く寄せられています。野生動物を発見した際には刺激しないように、静かにその場を離れてください。エサになるものを外に置くことも危険です。野菜や生ゴミなどを屋外に放置しないように、注意しましょう。

圃林業水産課 ☎52-2122

募集 路線バスで行くふたご座流星群観測会

路線バス久慈大野線に乗って、星空を観察しよう。ひろのまきば天文台の入場料が無料！500円相当のお弁当もついたお得なツアー(生姜焼き、チキン南蛮、唐揚げ、白身魚フライの中から一つお選びください)

▶日時…12月14日(休)往路…久慈駅発18時～復路久慈駅着21時20分
▶会場…ひろのまきば天文台
▶料金・定員…往復のバス料金・20人
▶申込期限…12月8日(金)

圃地域づくり振興課 ☎52-2116

編集後記

▶最近ラジオにはまりました。深夜ラジオおもしろいですよ！(声)
▶秋が終わり冬がくるのに食欲が止まらない。私は野生動物か…(駒澤)

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…4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)、29日(金)～31日(日)

イベントなどの詳細は随時HPでお知らせします。



■ぬいぐるみのおとまり会
▶日時…1月20日(土)13時30分～14時
▶対象…3歳以上の未就学児5組
▶申込方法…12月8日(金)からカウンターと電話で受け付けます。

■図書館映画会(幼児・児童向け作品)【サンタ・カンパニー】

▶日時…23日(土)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」
▶日時…①9日(土)②23日(土)

▶日時…①9日(土)②23日(土) 両日とも11時～11時30分

▶会場…よむのす2階おはなしの部屋
■ブックスタート

ブックスタート・パックをプレゼント
▶日時…15日(金)13時～15時30分

▶対象…6カ月健診、1歳6カ月健診対象の赤ちゃんと保護者

▶会場…元気の泉
■LET'S READ AND LEARN!

ALTの先生と一緒に英語を楽しもう！
▶日時…16日(土)10時～11時

▶対象…7歳未満の幼児、児童
▶会場…よむのす2階おはなしの部屋

■2階展示コーナー
2024年は辰年展ほか

■3階展示コーナー
大人のスキルアップ展ほか

《山形図書館》 ☎72-3711

▶開館時間…10時～18時
▶12月の休館日…4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)、29日(金)～31日(日)

■企画展「クリスマス図書展」
▶期間…12月1日(金)～12月26日(火)

■企画展「あったか料理を召し上がれ」
▶期間…12月5日(火)～令和6年1月31日(水)

……おすすめ図書……

久慈 一般書

「まいまいつぶろ」

著/村木 嵐
出版/幻冬舎



その姿から、まいまいつぶるとさげすまれた君主がいた。ただ一人彼の言葉を解する小姓。麻痺を抱え廃嫡を噂される若君はいかにして将軍になったのか。落涙必至の傑作歴史小説。

山形 児童書

「ふゆのコートをつくり」

文/石井 睦美
絵/布川 愛子



出版社/ブロンズ新社
雪のふる朝、外で遊びたいさきちゃんですが、コートが準備ができていません。お母さんの赤いコートを着てみますが、大きいみたい。仕立て直してもらおうとミコさんのお店に向かうと…。

10月のデータ

■人口と世帯数(10月31日現在)

○人 □…32,090人 (-55)
男 …15,524人 (-17)
女 …16,566人 (-38)
○世帯…15,430世帯 (-16)
※()内は前月比

■市内の火災

○発生件数…0件 (10 / + 4)
○死傷者数…0人 (2 / ± 0)

■救急活動

○出動件数…141件 (1417/+266)
交通事故…4件 (64/+18)
急病…93件 (983/+200)
その他…44件 (370/+48)

■市内の交通事故など

○発生件数…51件 (464 / + 22)
人身事故…4件 (41 / + 7)
物損事故…47件 (423 / + 15)
○死亡者…0人 (0 / - 1)
○負傷者…5人 (50 / + 9)
○飲酒運転
検挙者数…0人 (8 / + 2)

■市内の犯罪状況など

○総数…6件(うち空き巣被害0件)
(48 / - 2)

※()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	1,018(+33)	7,088(-273)
うち可燃ごみ	880(+36)	6,082(-204)
うち不燃ごみ	53(+4)	347(-17)
うち資源物	84(-8)	659(-51)
一人1日当たり	1,024㌦(+53㌦)	

※()内は、前年比

元気健康だより

脳卒中を予防するために ～家庭血圧の測定を～

脳の血管の病気「脳卒中」。一度の発症で死に至る場合や要介護状態になる場合があります。最大の危険因子は高血圧と言われ、特に高齢者は血圧の変動が大きく、病院での血圧が高いケースが多く見られます。病院だけでなく自宅で血圧を測定することが重要です。

■家庭血圧測定のポイント

できるだけ上腕血圧計を選び、朝と夜に時間を決めて測定しましょう。家庭血圧測定の場合、135/85mmHg以上が高血圧の疑いがあります。1日2回、家庭で血圧を測定・記録し、自分の血圧を把握することやかかりつけ医と家庭内血圧値を共有することが大切です。

▶1回目…朝起きて1時間以内。朝食や服薬の前に測定しましょう
▶2回目…夜寝る前 圃保健推進課 ☎61-3316

生活環境だより

飲酒運転のない社会をつくろう

飲酒運転には多くの人を不幸にする極めて悪質で危険な犯罪です。「飲酒運転は、しない、させない、許さない」を合言葉に、飲酒運転のない社会を作りましょう。

【飲酒運転4ない運動】

- ① 運転するなら酒を飲まない
- ② 運転をする人に酒を提供しない
- ③ 酒を飲んだ人に車を提供しない
- ④ 酒を飲んだ人の車に同乗しない

圃久慈警察署 ☎53-0110

12月のお知らせ

1日(金) 休診
8日(金) 午後休診 (新型コロナワクチン接種協力のため)
17日(日) 休日当番医
18日(月) 休診
22日(金) 午後休診 (新型コロナワクチン接種協力のため)
28日(木) 午前9時～11時 (インフルエンザワクチンのみ受付)
28日(木) 午後～令和6年1月4日(木)休診
※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」のインターネット画面でご確認下さい。

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

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 交通事故 不動産

TEL 0194-61-1818 ※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

閉院のお知らせ

都合により
来年(令和6年)3月で
閉院いたします

藤田皮膚科医院
院長 藤田 秀人
久慈市川崎町12-18 ☎52-8700

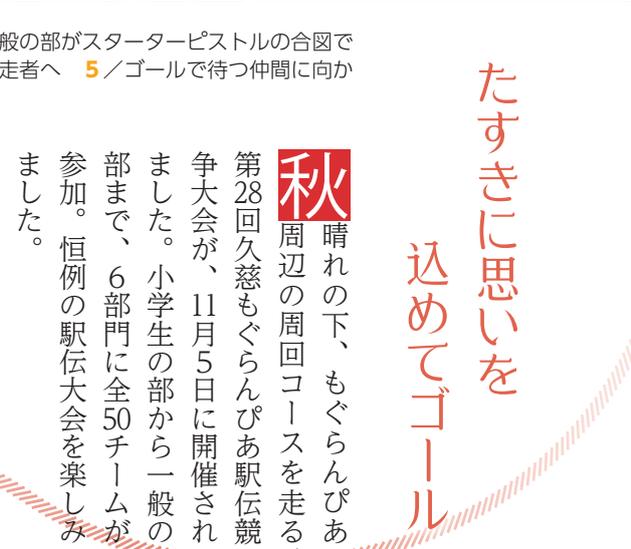
診療案内
小児科・アレルギー科・内科
関上こどもクリニック

休診日:水曜・祝日
(病児保育室(そらまめを併設。))
臨時休診
12/4(月)午後・12/5(火)
年末年始休業
12/30(土)～1/3(水)
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・門前館・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
おおむら
久慈市長内町34-26-1
TEL 0194-52-1155

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



1 / コース付近で行われたもぐらんぴあ駅伝競争大会の開会式 2 / 中学生男子、高校生、一般の部がスターターピストルの合図で一斉にスタート 3 / 中間の声援を背にラストスパート 4 / 仲間がつかないだたすきを最終走者へ 5 / ゴールで待つ仲間に向かいガッツポーズでゴール 6 / ゴール後は笑顔でハイタッチ

たすきに思いを

込めてゴール

秋 晴れの下、もぐらんぴあ周辺の周回コースを走る第28回久慈もぐらんぴあ駅伝競争大会が、11月5日に開催されました。小学生の部から一般の部まで、6部門に全50チームが参加。恒例の駅伝大会を楽しみました。

ランナーは、沿道からの激励を受け、緊張の面持ちでスタート。額に汗をうかべ、海の見えるコースを走り抜けました。たすきを次走者に渡そうと、懸命に走る姿に、会場から声援や拍手が送られました。

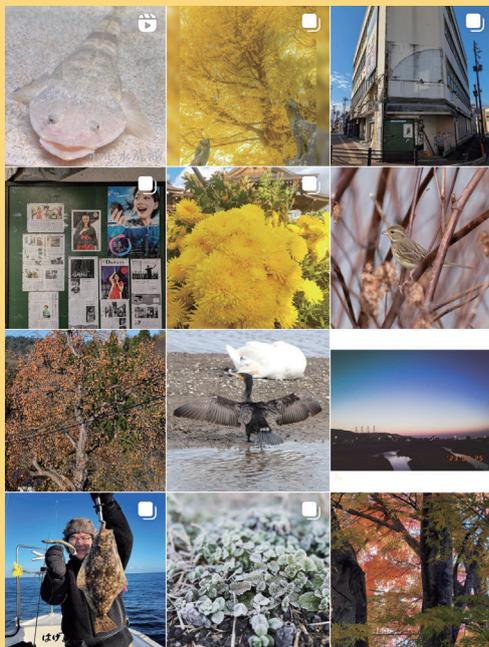
2キ小学生の部で優勝した、小久慈サンダース・チームYAGIのアンカーで、個人でも1位に輝いた柏木駿さんは「チームみんな最後まで走り切ることができました。練習の成果を発揮することができ、個人でもチームでも1位になれたのでうれしいです」と笑顔を見せました。

各部門の結果や個人の成績は、久慈体育協会のHPを確認ください。



まめぶ団子みつけた!

11月17日、山形地区の児童館、小中学校の給食でまめぶが提供されました。今回使われたまめぶ団子は、まめぶの家の谷地ユワノ代表から無償で500個の提供があったものです。山形小学校3年の下館柚姫さんは「おばあちゃんができるまめぶとは、団子の形や味付けが違ったけどおいしかったです」と笑顔を見せました。



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、6,700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。

