

あっぱれ!100歳

ご長寿おめでとうございます



家族らと長寿を祝うトクさん(中央)
細越 トク さん (川井)
食べることを楽しみに

10月20日、100歳の誕生日を迎えた細越トクさん。10月15日に市長が施設を訪問し、お祝い状と祝い金を贈呈。家族や施設関係者と一緒に長寿を祝いました。トクさんは九戸村伊保内の出身。結婚を機に20歳で山形町に引っ越しました。若いころから山仕事をしており、現在も車いすを使い自分で移動するそうです。話を伺うと「食べることを楽しみにしています」と笑って長寿の秘訣を教えてくださいました。

INFORMATION

国民年金保険料の控除証明書を送付します

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書を送付します。年末調整や確定申告に使用ください。紛失した場合は、基礎年金番号が分かるものを準備し、電話ください。

マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると、マイナポータルの「お知らせ」で電子版を受け取ることができます(登録をすると書類は郵送されなくなります)。

納付した期間	送付方法	証明書発送予定
1月1日~9月30日	電子送付	10月中旬~下旬
10月1日~12月31日	郵送	10月下旬~11月上旬
10月1日~12月31日	電子送付	令和7年1月下旬
	郵送	令和7年2月上旬

問二戸年金事務所 ☎0195-23-4111
問年金加入者ダイヤル ☎0570-003-004

NEWS 声援を背に海沿いの道を走る

第9回久慈あまちゃんマラソン大会



勢いよくスタートを切る参加者

9月29日、久慈漁港周辺で第9回久慈あまちゃんマラソンが開催されました。2キロ・5キロ・10キロの距離を走る26部門に、市内外から過去最多の1464人がエントリー。ランナーは雨が降る中、海沿いのコースを力強く駆け抜けました。ファミリー部門では親子が2キロのコースに挑戦。ファン・ラン部門ではにわたりやアニメキャラクターのコスプレをしたランナーが、会場を盛り上げました。沿道ではチアダンスクラブや市内の中学、高等学校の吹奏楽部が、ダンスや演奏でランナーを後押し。傘を差した観客も多く、大きな声援が送られました。



5キロ一般男子40歳以上49歳以下の部で優勝した、青森県三沢市の蓬畑真也さんは「昨年は2位で、リベンジできました。あまちゃんマラソンのコースは景色がよく、応援も多くあって勇気づけられました」と笑顔を見せました。

NEWS 心と技のふれあいを深める

第35回久慈地区少年ふれあい柔道・剣道大会

団体	部門別		1位	2位	3位	3位	
	小学生	直心館 A	三船十段記念館 B	三船十段記念館 A	待浜柔道教室 A		
中学生	長内中学校 A	長内中学校 B	久慈中学校 B				
個人	小学生低学年	田名部 鳳雅(三船)	おさきわ たいよう(三船)	やばら 蓮(三船)	たかはし みなと(三船)		
	小学生高学年	しばた みつき(三船)	あらいつない れんじ(一心)	かなもり そう(一心)	ふなはらり とうま(待浜)		
	中学生男子	わやま たい雅(久慈)	しきく しゅう(長内)	米田 遥馬(野田)	まつざか 薫(長内)		
	中学生女子	いちのへ ひかり(長内)	さいくどう 由華(長内)	うどう 蘭乃(長内)	さんのう きえら(長内)		
	高校生男子	こやばた ゆうすけ(久慈)	やまざわ かえり(久慈)	こそで らい(久慈)	いとつば あい(久慈)		
団体	小学生	久慈剣道スポ少 A	久慈剣道スポ少 B	野田剣友会 A			
	中学生男子	長内中 A	三崎中学校 A	久慈中学校 C			
	中学生女子	久慈剣道スポ少 A	久慈中学校	長内中学校			
	個人	小学生低学年	おさきわ あずみ(久慈)	こばやし 蒼弥(野田)			
		小学生高学年	ますもり りゅう(久慈)	ながね りゅう(久慈)	なかつ そうたろう(久慈)	みかわ 楽(久慈)	
		中学生男子	みずかみ たい雅(三崎)	おおかみ しょう(長内)	はたけやま てんり(長内)	こそで 穂積(三崎)	
中学生女子	くまがいの のは(久慈)	みうら ゆな(久慈)	やました しゆり(久慈)	ますもり かのん(久慈)			

10月5日、久慈市民体育館で久慈地区少年ふれあい柔道・剣道大会が行われ、参加者は日頃の練習の成果を発揮しました。剣道・個人の小学生高学年の部で優勝した舩森琉偉さんは「日ごろの練習の成果を発揮できてよかったです」と笑顔で語りました。



各部門の入賞者は左表の通りです。(敬称略)

INFO 女性に対する暴力をなくそう

問子育て世代包括支援センター ☎66-8282

- 11月12日から25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。
- 配偶者やパートナーからの暴力や性暴力などについて相談できる場所があります。ひとりでも悩まず相談しましょう。
- ### DVを相談
- 電話で相談
- DV相談ナビ**：24時間電話対応。急ぎの相談はこちらに連絡ください
▼短縮電話☎#8008
 - 岩手県福祉総合相談センター
☎019-629-9610
 - 県北広域振興局保健福祉環境部
☎53-4982
- 電話・メール・チャットで相談
- ▼DV相談プラス：専門の相談員と一緒に考えます
☎0120-279-889
- 11月12日から25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。
- 配偶者やパートナーからの暴力や性暴力などについて相談できる場所があります。ひとりでも悩まず相談しましょう。
- ### 性犯罪や性暴力を相談
- 電話で相談
- 性犯罪、性暴力被害者のためのワンストップ支援センター
▼短縮電話：#8891
 - 性犯罪被害相談電話(警察)
▼短縮電話：#8103
- SNSで相談
- ▼キユアタイム：匿名で相談できるサイト。年齢や性別、セクシュアリティを問わず受け付けます。詳しくはHPを確認ください
- 1メール24時間受付
2チャット相談：受付時間17時~21時

NEWS 温かい支援に心から感謝

市への寄付、企業版ふるさと納税(令和6年4月~9月)



久慈地域エネルギー株式会社



株式会社十文字チキンカンパニー

NEWS 英語のスピーチを競う

令和6年度久慈市立中学校英語弁論大会

9月25日、アンバーホールで久慈市立中学校英語弁論大会が開催されました。暗唱、自作の部に分かれ、23人がスピーチ。自作の部で地域の文化継承について思いを語り、優勝した田中詩音さんは「緊張で途中止まってしまいました。緊張が相手に伝えることを意識できました」と語りました。



身振り手振りを交え、スピーチする田中さん

- 各部門の入賞者は次の通りです(敬称略)
- ### 暗唱の部
- 1年生：①砂川喜和満(山形中) ②永瀬花凛(久慈中)
 - 2年生：①滝澤啓光(宇部中) ②高畑尚起(宇部中)
 - 3年生：①久慈広奈(待浜中) ②白磯愛華(夏井中)
- ### 自作の部
- 1年生：①田中詩音(大川目中3年生)
 - 2年生：①舩森華音(夏井中) ②滝澤啓光(宇部中)
 - 3年生：①久慈広奈(待浜中) ②白磯愛華(夏井中)