

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 11(いい)月30(みらい)日は年金の日です

厚生労働省は11月30日を「年金の日」としました。この機会に「ねんきんネット」で年金記録と年金受給見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」はHPから利用できます。
☎0195-23-4111
☎0570-058-555

募集 路線バスで行く！「ブラオオノでおおの満喫ツアー」

路線バスに乗って大野に行き、ガイドを聞きながら大野の歴史を学び景観を楽しむツアーです。
▶日時…11月16日(土)
○往路…久慈駅発10時
○復路…久慈駅着15時20分
※バスは途中で乗降可
▶会場…大野地区中心街
▶料金…往復のバス料金
▶定員…20人(最小遂行人数10人)
▶申込期限…11月13日(水)
☎52-2116

募集 簿記会計科 職業訓練の受講生を募集

ワープロ、表計算、日商簿記の3級取得を目指します。知識や技能を身につけ、職業選択の幅を広げます。
▶訓練科名…簿記会計科
▶対象…求職者
▶定員・受講料…12人・無料
▶会場…久慈高等職業訓練校(川崎町)
▶訓練期間…12月3日(火)～令和7年2月28日(金)
▶受講時間…9時35分～15時25分
▶申込期限…11月20日(水)
☎53-3374

お知らせ 秋季全国火災予防運動 守りたい 未来があるから 火の用心

11月9日(土)から15日(金)は、秋の全国火災予防運動期間です。期間中に、消防団員や署員が住宅や事業所へ防火指導を行いますので協力ください。
■自宅の防火習慣
①寝たばこは絶対やめる ②ストーブの近くに可燃物を置かない ③こるろを使うときは火のそばを離れない ④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く
☎53-0119
☎72-3119

お知らせ 健康講演会を開催

高血圧をテーマに県立久慈病院の医師などが分かりやすく説明します。
▶日時…11月7日(木)16時～17時30分
▶会場…元気の泉
▶講師…医師、看護師、管理栄養士、理学療法士
▶参加費・申し込み…無料・不要
☎53-6131

募集 健康教室「40代からの脳卒中予防教室」

市の脳卒中死亡率は県内ワースト5位です。早期予防に取り組むため、脳卒中予防教室を開催します。電話や二次元コードで申し込みください。
▶日時…11月26日(火)10時～11時
▶会場…夏井市民センター
☎61-3316

お知らせ 11月はオレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。しつけと称しての体罰や暴言は法律で禁止されています。虐待かもと思ったら、すぐに連絡ください。
▶相談窓口…①児童相談所全国共通3桁ダイヤル「189」(いちばやく) ※通話無料。児童相談所につながります ②子育て世代包括支援センター
☎66-8282

お知らせ 久慈市懲戒処分等の公表

久慈市懲戒処分等の公表基準に基づき、令和6年4月1月から9月30日までの処分は次の通りです。
▶処分年月日…5月7日
▶処分事由…欠勤
▶処分内容…戒告
▶被処分者の職位…主事級
▶被処分者の年齢…30代男性
☎52-2112

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	1	18,100～27,000円
さいわい団地	1	17,400～26,000円
侍浜団地	1	17,100～25,400円

▶申込期限…11月15日(金)
☎52-2120
☎72-2129

募集 県指定史跡「久慈城跡」講座と見学会を開催

若手県指定史跡である久慈城跡の講座と見学会を開催します。
▶日時…11月23日(土)13時30分～16時
▶会場…アンバーホール、久慈城跡
▶定員・参加費…20人(先着順)・無料
▶申込期限…11月18日(月)
☎52-2700

お知らせ 身体障がい者補装具巡回相談を実施

身体障がい者補装具巡回相談を実施します。原則として、直接判定が必要な義肢(骨格構造)や電動車椅子の交付、修理の要否判定が必要な人を優先して行います。事前に問い合わせの上、申し込みください。
▶相談日…12月6日(金)10時30分～13時30分(受け付けは11時まで)
▶会場…元気の泉
▶申込期限…11月20日(水)
☎52-2119

お知らせ 下水道の調査に協力ください

下水道台帳を作成するため、道路や敷地内の公共ますの現地調査を行います。身分証明書を携帯した委託業者が、私有地に立ち入ることもありますので、ご理解とご協力をお願いします。
▶調査期間…令和7年1月31日(金)まで
▶調査地域…川貫、畑田、天神堂、門前、新井田、広美町、下長内、元木沢、田高
☎52-2189

お知らせ 野菜の栽培に興味がある人向けに説明会を開催

農業に興味のある人や野菜品目を増やしたい人向けに栽培概要の説明会を開催します。
▶日時…11月26日(火)14時～15時30分
▶会場…久慈地区合同庁舎 圃久慈農業改良普及センター ☎66-9683

募集 自衛官を募集します

令和7年3月、4月採用の自衛官を募集します。
▶対象者…18歳以上33歳未満
■一般曹候補生
▶申込締切…11月28日(木)
▶1次試験…12月7日(土)～12日(木)のうち1日(ウェブ試験)
■自衛官候補生
▶受付期間…年間を通じて募集
☎0195-23-2529

お知らせ 農業用廃プラスチックの回収をします

J A 新いわて久慈営農経済センターや野菜集出荷所(山形、二ツ屋、種市、野田、普代)で回収します。
▶日時…12月2日(月)～6日(金)9時～15時 ※普代のみ14時30分～15時30分
▶対象…塩化ビニール類、遮光幕など
▶回収方法…種類ごとに分別して搬入
▶処理料金…①塩ビ管以外1^キ当たり82円 ②塩ビ管1^キ当たり102円
☎52-1318

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：宇部地区食生活改善推進員

ジャガイモのガレット

■材料(2人分) 【1人分…389kcal / 食塩相当量1.0g】
ジャガイモ…2個(350[㍉]) 片栗粉…大さじ1
長ネギ…1本 こしょう…少々
ベーコン…40[㍉] サラダ油…適量
ピザ用チーズ…60[㍉]

①ジャガイモは皮をむき、細めのせん切りにする(水にさらさない)。長ネギは斜めせん切り、ベーコンは5[㍉]幅に切る。
②ボウルに①とピザ用チーズ、片栗粉、こしょうを入れよく混ぜる。
③フライパンにサラダ油を入れ、②を6等分に薄くして並べ、ふたをする。中火で片面3分焼き、焼き色がついたら、裏面を同じように3分焼く。
④ケチャップやポン酢などにつけて食べる。

アンバーホールのイチ押し

第27回ピアノマラソンコンサート

『世界で第一級のピアノ』とうたわれるスタンウェイ社のフルコンサートピアノを、ピアノを愛する皆さんが心を込めて弾きつないでいきます!! 来場をお待ちしています!!

日時/11月24日(日) 9時30分開演
会場/アンバーホール大ホール
料金/無料

合唱ワークショップ

歌うことが好き、興味があるという人♪ソプラノ歌手の間口友美先生から合唱基礎指導を受けられます。楽譜の読み方、発声などを学び3月に開催する合唱祭での成果発表を目指しましょう!

開催日/令和7年1月～3月まで7回予定
会場/アンバーホール
講師/間口友美先生(八戸市在住の声楽家)
対象/小学生以上の市民(通勤・通学を含む)
申込期限/12月16日(月)
申込方法/電話や所定の申込用紙をアンバーホールに提出ください

☎52-2700
休館日:毎週火曜日

