

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 Jアラート全国一斉情報伝達訓練

Jアラート（全国瞬時警戒システム）の全国一斉情報伝達訓練として、防災行政無線によるテスト放送を行います。

- ▶日時…2月12日(水)11時頃
- ▶放送内容…(上りチャイム音)
「これはJアラートのテストです」×3回
「こちらは防災久慈広報です」(下りチャイム音)

防災危機管理課 ☎52-2173

お知らせ 久慈市防災士ネットワークキックオフセミナーを開催

防災士同士の情報交換の場や防災技能の向上の場として、「久慈市防災士ネットワーク」の取り組みを始めます。取り組みの説明と防災研修を行いますので、ぜひ参加ください。

- ▶日時…2月22日(土)13時30分～16時
- ▶場所…防災センター3階防災教育ホール
- ▶対象者…久慈市に在住または在勤の防災士
- ▶申込期限…2月13日(木)

防災危機管理課 ☎52-2173

募集 お出かけi-サポを開催します

会員登録制で1対1の出会いの機会づくりを支援しているi-サポ。スタッフが出張して、対面相談や会員登録、お相手検索などを行います。事前に電話で予約が必要です。市の入会登録料助成制度も活用ください。

- ▶対象者…結婚を希望する20歳以上の人
- ▶日時…①2月2日(日)②2月22日(土) 各日12時～15時

▶会場…中央市民センター
i-サポ宮古 ☎0193-65-7222

お知らせ 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。確定申告などに使用してください。紛失した場合は、基礎年金番号がわかるものを準備し、問い合わせください。

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）。

納付期間	送付方法	送付時期
令和6年1月1日～9月30日	電子 郵送	令和6年10月中旬～11月上旬に発送済み
令和6年10月1日～12月31日	電子 郵送	令和7年1月下旬～令和7年2月上旬

▶ねんきん加入者ダイヤル…☎0570-003-004
関戸年金事務所 ☎0195-23-4111

お知らせ 平庭高原スキー場まつり第37回花火大会

雪中宝探し大会や雪上ティラノサウルスレースなど楽しい企画が盛りだくさん。夜には白銀のグレンデを彩る花火大会を開催します。

- ▶日時…2月8日(土)11時～(各イベント受付10時～)

▶無料送迎バス(申込期限2月6日)

	久慈駅	陸中山形駅	平庭高原スキー場
行き	9:00 16:45	9:40 17:25	10:00 17:45
帰り	15:30 19:30	15:50 19:50	16:30 20:30

関産業建設課 ☎72-2129

募集 子ども・子育て支援事業計画への意見募集

令和7～11年度を計画期間とする「第3期久慈市子ども・子育て支援事業計画(案)」への意見を募集します。意見書の提出方法や提出先など詳しくは市HPを確認ください。

- ▶閲覧場所…市HP、元気の泉(子育て世代包括支援センター)
 - ▶提出期限…2月17日(月)
- 関子育て世代包括支援センター ☎52-2169

お知らせ 看護師志望者に奨学金

将来、市内で看護師の業務に従事しようとする人に無利子の奨学金を貸し付けます。看護師免許取得後、市内の医療機関で看護師として、貸付相当期間を勤務することで、償還が免除されます。

- ▶対象…①大学・看護学校に在学または入学予定②同様の奨学金を受けていない③本人または保護者が市内に住所を有する
 - ▶貸付金額…月額8万円(上限)
 - ▶募集期限…3月3日(月)まで
- 関保健推進課 ☎61-3315

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	2	17,900～27,000円

- ▶申込期限…2月14日(金)
- 関建設企画課 ☎52-2120
関山形総合支所産業建設課 ☎72-2129

お知らせ 障害者控除認定書を交付

65歳以上で要介護1以上の人は、障害者手帳がなくても税の障害者控除を受けられる場合があります。

控除を受ける場合は「障害者控除対象者認定書」が必要です。申請から交付まで10日程度かかります。詳しくは問い合わせください。

関社会福祉課 ☎52-2119

募集 健康くじ21プラン(第3次)パブリックコメント

「健康くじ21プラン(第3次)」案の縦覧を行います。皆さんの意見を聞かせてください。意見書の記入事項や提出方法など詳しくは市HPを確認ください。

- ▶期間…2月1日(土)～14日(金)
 - ▶縦覧場所…①久慈市役所市民ホール②山形総合支所③元気の泉(保健推進課)④市HP
- 関保健推進課 ☎61-3316

お知らせ 市議会2月定例会議の予定

- ▶本会議…2月20日(木)
- ▶一般質問…3月4日(火)、5日(水)
- ▶常任委員会…3月7日(金)、10日(月)、12日(水)
- ▶予算特別委員会…3月13日(木)、14日(金)、17日(月)、18日(火)
- ▶本会議…3月21日(金)

※傍聴席で傍聴できるほかインターネット中継しています
関議会事務局 ☎52-2188

お知らせ 飲んで、食べて、歩いて、みんなではしご酒

指定された市内の飲食店4店舗を巡るはしご酒。豪華景品が当たる抽選会も開催します。詳しくはHPを確認ください。

- ▶日時…2月6日(木)18時～21時
 - ▶受付会場…よむのす
 - ▶受付時間…17時45分～19時
 - ▶抽選会受付時間…19時30分～21時
 - ▶参加料…前売券4,000円(当日券4,500円)
 - ▶販売所…久慈商工会議所、土風館、よむのす、ミニストップ田屋町店
- 関商工会議所 ☎52-1000

お知らせ 相続登記はお済みですか月間

岩手県司法書士会では、県内の司法書士事務所での相談や、電話相談を無料で行います。詳しくはHPを確認ください。

- ▶相談日時…2月3日(月)～28日(金)(土・日・祝日は除く)
- ▶無料電話相談…☎0120-823-815

お知らせ B型肝炎訴訟の無料電話相談

B型肝炎訴訟について弁護士による無料相談を実施。通話料は自己負担となります。

- ▶日時…3月15日(土)10時～18時
 - ▶相談電話番号…☎022-224-5061、☎022-224-5062
- 関B型肝炎被害対策東北弁護士事務局 ☎0120-76-0152

いきいきキッチン 関久慈市食生活改善推進員協議会 ☎61-3316
今月の担当：久慈2地区食生活改善推進員



白菜と豚肉のあんかけ丼

■材料(4人分) 【1人分…355kcal/食塩相当量1.2g】
豚こま切れ肉…200g シイタケ…2枚 水…150ml
酒…大さじ2 ショウガ…1かけ 片栗粉…大さじ1
しょうゆ…小さじ1/2 Aごま油…大さじ1 水…大さじ1
片栗粉…大さじ2 鶏がらスープの素…小さじ2 ご飯…560g
白菜…4枚(400g) しょうゆ…小さじ2 紅しょうが…適宜

- 1 豚肉は食べやすい大きさに切り、Aをなじませ10分ほど置く。
- 2 白菜はざく切り、シイタケは石づきを取り薄切り、ショウガはせん切りにする。
- 3 フライパンにごま油(大さじ1/2)を熱し、豚肉を焼いていったん取り出す。
- 4 同じフライパンにごま油(大さじ1/2)を入れ、ショウガ、白菜の芯を炒める。芯がしんなりとしてきたら、白菜の葉とシイタケを加え軽く炒める。豚肉を入れ、水(150ml)を加えて蓋をして煮る。煮立ったら鶏がらスープの素、しょうゆを加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- 5 器にご飯を盛り4をかけ、紅しょうがをのせる。

アンバーホールからのイチ押し

第24回吹奏楽クリニック成果発表会 吹奏楽祭

久慈地域の吹奏楽活動者のレベルアップと音楽の普及のため開館当初から実施している「アンバーホール吹奏楽クリニック」。1年間の集大成をぜひご観覧ください。

- 日時/2月23日(日)13時開演(12時30分開場)
- 会場/アンバーホール 大ホール
- 入場料/無料
- 出演者/久慈管内の小学校・中学校・高等学校の吹奏楽部、一般の吹奏楽団

関アンバーホール ☎52-2700
休館日:毎週火曜日

