

子どもたちに誇れる 笑顔日本一のまち



広報

くじ

10

2026
月号

No.489



笛太鼓、堂々と響かせ

【表紙】今年の当番組は「に組」。お通りでは山車組の先頭を切って、お還りでは最後尾を、元気なおはやしを響かせて堂々と運行し、大役を務めました。(関連：2～5分)



秋空に響き渡る 山車みこし 熱狂競演

天を焦がす

(右ページ)上／中組 下／朋友会
(左ページ)1／各組渾身の山車
が一堂に会し、駅前で行われた
前夜祭 2／田屋町組の子ども
みこし 3／力強く太鼓を叩く
新町組 4／声援に応える扇久
保さん 5／中日のパレードに
参加する櫛岩手村田製作所 6
／ダンスを披露する久慈翔北高
校チアダンス部 7／お囃子の
音色を響かせる中組 8／元氣
に山車を引く上組 9／沿道を
埋めた観客が見守る中、悠々と
運行する巽町組の山車

9月17日、8つの山車組が制作
した山車が一堂に会する前夜祭を
嚆矢に、お通り・中日・お還り
と、4日間に渡って開催された久
慈秋まつり。期間中を通じて、約
8万1千人が訪れました。
お通りは、雨まじりの天候なが
らも、山車8組とみこし4組が勢
ぞろいし、荒町交差点から長内橋
に向けて運行。市出身で久慈市P
Rアンバサダーの総合格闘家・扇
久保博正さんもパレードに参加し、
沿道の声援に応えました。
中日は郷土芸能大パレード。流
し踊りやナニヤドヤラ、さんさ、
神楽、チア、吹奏楽など17団体が
参加し、雨にも負けないパフォー
マンスを披露しました。
雨があがった最終日のお還りは、
長内橋から荒町交差点に向けて運
行。足の踏み場もないほどに、沿
道を埋めつくした観客に迎えられ、
みこし組・山車組が堂々と通りを
練り歩きました。



中心市街地でゴミ拾いを行う生徒

久慈高校野球部・秋まつり清掃活動

9月19日、久慈高等学校の野球部員35人が、秋まつり会場周辺の清掃活動を実施。生徒らは雨の中、当高校から久慈駅まで徒歩で移動しながら道端や植え込みなどに目を配り、落ちているごみを拾いました。

同部は例年、地域への感謝を込めて秋まつり前後に清掃活動を実施しており、今年は秋季東北地区高等学校野球岩手県大会の会期中でしたが「訪れた人たちが気持ちよく祭を楽しめるように」と汗を流しました。



目録を手渡す有賀支社長(右)

秋まつりへ助成金

9月7日、明治安田生命保険相互会社が秋まつり実行委員会に助成金30万円を贈呈。有賀義照盛岡支社長がやませ土風館を訪れ、坊良英樹副会長に目録を手渡しました。

同社は令和元年から秋まつりへの支援を続けており、助成金の贈呈は6回目。有賀支社長は「600年以上続く伝統の維持・保存に活用してほしいです。地域の元気が集まり、久慈秋まつりが大成功となることを願っています」と力を込めました。



元気あふれる笑顔で魅せてくれた秋まつり参加者の皆さんをお届けします

祭ばやしに、笑顔はじける



備前組



め組



巽町組



本町組



新町組



上組



中組



に組



第21回若年者ものづくり競技大会
自動車整備職種 銅賞
※二戸高等技術専門校の入賞は12年連続

わかさ こう
若狭 吾侑さん
(二戸高等技術専門校・久慈東高校卒)

時間と作業の正確性を意識して練習に励みました。先生方の協力もあり、毎日充実した練習ができました。本番は、緊張のあまり焦りを感じていましたが、結果を残すことができました。大会を通して自分の成長を感じることができました。



第50回全国児童・生徒木工工作コンクール
林野庁長官賞

作品名:つかんで切る
まかた いぶき
間方 一颯さん
(久慈小学校5年)

木工工作を作って賞を取りたいと思い製作しました。小さい頃から自分で想像したものを形にするのが好きでした。賞を取り、転校前の学校の友達からも「すごいね!」と言われてうれしかったです。これからも工作を続けていきたいです。



第27回岩手県スポーツ少年団空手道交流大会
中学1年生男子 個人形 第1位
第27回東北中学生空手道選手権大会
中学1年生男子 個人組手 第3位

さいとう るい
齊藤 聖さん
(久慈中学校1年)

県大会では、優勝までの4試合すべてで自分の力を出し切り、優勝できてうれしかったです。空手を通して、技術面だけでなく精神面も鍛えられています。10月にも東北大会や県大会に出場するので、どちらも優勝を目指して頑張ります。



第78回岩手県高等学校総合体育大会ウエイトリフティング競技
女子77kg級 第1位

かわぐち ゆめ
川口 唯芽さん
(久慈翔北高校1年)

高校入学を機にウエイトリフティングを始めました。初めての大会で緊張しましたが、プラットフォームに立ってからは自分の試技に集中できました。11月の新人戦ではスナッチ44kg、クリーン&ジャーク57kgの目標を達成できるように頑張ります。



第78回岩手県高等学校総合体育大会ウエイトリフティング競技
男子71kg級 第1位

やまだ うきょう
山田 右京さん
(久慈翔北高校2年)

練習中はライバルを意識していますが、試合は自分との戦いだと思っています。今回の大会では1位を取れましたが、今後の大会も気を引き締めて頑張ります。11月の新人戦では、全国大会の出場基準を超えられるように頑張ってきます。



第78回岩手県高等学校総合体育大会ウエイトリフティング競技
男子94kg級 第1位
令和8年度全国高等学校総合体育大会
男子94kg級 第5位

さきやま あやと
崎山 絢翔さん
(久慈翔北高校3年)

楽しみながら記録を狙う気持ちで試合に向かっています。県高総体では岩手県の新記録を出して1位を取ることができました。県の記録に自分の名前が残るのがとてもうれしいです。国体では、インターハイよりも上位の記録を目指して頑張ります。

生徒たちの活躍



全国・東北空手道選手権大会選考会
高校生女子 個人形 第1位
高校・一般女子 個人組手 第1位
第78回岩手県高等学校総合体育大会空手道競技
女子 個人形 第1位
女子 個人組手 第3位

たきおと ゆい
瀧音 結生さん
(久慈高校2年)

高総体では練習の成果を出し切り、これまで1回も勝てなかったライバルに勝って優勝できてうれしかったです。11月の新人戦では、高総体の優勝が偶然だと言われないように、優勝を目指して頑張ります。



第78回岩手県高等学校総合体育大会
バドミントン競技(2部)
女子団体 第1位
男子団体 第2位
第28回全国高等学校定時制通信制バドミントン大会
出場(岩手県選手団)

久慈高校長内校

みんなが岩手県選手団に選ばれる中、私は最後に選手団入りが決まりました。全員で全国大会に行けるのがうれしくて涙が溢れました。(小向知輝部長)
全国大会では楽しんで試合ができました。10月の新人戦では優勝を目指して頑張ります。(濱欠心結さん)



第38回岩手県小学生バレーボール選抜大会兼第41回コントリビュートカップ東北小学生バレーボール選手権大会岩手県予選(混合の部)

優勝 久慈ひまわりバレーボールスポーツ少年団

決勝トーナメントでは、予選リーグで負けたチームに勝とうと、全員で気持ちをひとつにして優勝することができました。東北大会では、決勝トーナメントで1勝を目標に頑張ります。(大下一舞主将)



第78回全日本合唱コンクール岩手県大会
大学ユースの部 金賞
第78回全日本合唱コンクール東北支部大会
大学ユースの部 銀賞

三陸混声合唱団うみねこ

宮古高校の佐々木先生に声をかけていただき、三陸混声合唱団うみねこに参加しました。歌いながら2人の歌声が聞こえる少人数の合唱と、大人数の声が重なる合唱団での合唱。それぞれ良さを感じながら楽しく歌うことができました。(詠子夢苺さん)

■第78回岩手県高等学校総合体育大会

卓球 男子団体 第2位 久慈高校
柔道 女子63kg級 第3位 佐藤 舞優(久慈翔北高校)
陸上 男子400m 第3位 齋藤 康平(久慈高校)
男子8種競技 第3位 長根 慧治(久慈高校)

卓球2部 男子シングルス 第3位 工藤 清牙(久慈高校長内校)

■第22回岩手県小学生学年別柔道大会・中学柔道体重別選手権

4年生男子40kg級 第2位 尾無 雄清(待浜柔道教室)
4年生男子40kg超級 第3位 菅原 宗介(待浜柔道教室)
4年生男子40kg超級 第3位 林崎 来獅(待浜柔道教室)
5年生男子45kg級 第3位 三上 獅重(三船十段記念館)
5年生男子45kg超級 第1位 田名部 鳳雅(三船十段記念館)
5年生男子45kg超級 第2位 兼田 晴生(三船十段記念館)
6年生男子50kg級 第1位 田名部 獅慈(三船十段記念館)
6年生男子50kg級 第2位 三上 幸祐(三船十段記念館)
6年生男子50kg級 第3位 松本 稜史(三船十段記念館)
6年生男子50kg超級 第3位 四作 良士朗(待浜柔道教室)
6年生男子50kg超級 第3位 青松 泰市(三船十段記念館)
5年生女子40kg級 第1位 尾無 結愛(待浜柔道教室)

中学生男子55kg級 第1位 細工道 輝(長内中学校)
中学生女子52kg級 第3位 四作 楓来(長内中学校)
中学生女子63kg級 第3位 竹高 純榮(長内中学校)

■第72回岩手県中学校通信陸上競技会

男子砲丸投げ 第2位 八屋 陽(久慈中学校)

■第73回岩手県中学校総合体育大会

柔道 男子90kg級 第2位 下坪 拳志良(長内中学校)
女子44kg級 第3位 茅森 楓折(久慈中学校)
女子63kg級 第2位 竹高 純榮(長内中学校)
女子70kg級 第3位 田高良 来希(長内中学校)

サッカー 第3位 久慈中学校

陸上 男子砲丸投げ 第2位 八屋 陽(久慈中学校)

■第59回IBC子ども音楽コンクール岩手地区大会

中学校合奏第1 優秀賞 久慈中学校マンドリン部

■第27回岩手県スポーツ少年団空手道交流大会

小学5年生女子 個人形 第2位 福島 ほのか(久慈三船スポ少)
小学1年生男子 個人形 第3位 賀美 龍之助(久慈三船スポ少)
小学3年生男子 個人組手 第2位 庄司 隼人(久慈三船スポ少)
中学生 団体形 第2位 団体組手 第3位 久慈三船スポーツ少年団



2026産経ジュニア書道コンクール
高校生の部 B部門 奨励賞

たかまつ ひびき
高松 響さん
(晴山書道教室)

小学5年生から書道を始めました。今回のコンクールに向けて週1回練習を重ね、今までの成果を出せるよう作品を書きました。まさか入賞するとは思っていなかったのが、奨励賞を受賞したと知った時は、とてもうれしかったです。



第78回岩手県中学校総合体育大会
ソフトテニス競技 第1位
第54回東北中学校ソフトテニス大会 第5位

おかざき かいと
岡崎 魁大さん
はやと 颯大さん
(久慈軟式庭球部)

自分から攻める姿勢を大切にしています。お互いを信頼して試合ができています。(岡崎颯大さん)
楽しむことを忘れずに試合に臨んでいます。10月の県新人戦では、次の大会に繋がるように優勝を目指して頑張ります。(岡崎魁大さん)



第31回ルーセント杯全国小学生ソフトテニス大会
男子個人ハイ 優勝
第43回岩手県小学生ソフトテニス選手権大会兼第43回全日本小学生ソフトテニス選手権大会県予選大会
男子の部 第1位

きしさと しょう
岸里 翔さん
(久慈軟式庭球部)

常に試合を意識して練習をしています。試合をする時は、相手に絶対に勝つという気持ちで臨み、優勝できた時は本当にうれしいです。11月に茨城県で開催される全国小学生選抜ソフトテニス大会では、ベスト4を目指して頑張ります。

※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

あっぱれ！100歳

ご長寿おめでとうございます

記念撮影をする伊藤智子さん(中央)

伊藤 智子さん (京の森)

毎日の散歩が楽しみ

7月10日、伊藤智子さんが100歳の誕生日を迎え、中平市長が自宅を訪問してお祝い金とお祝い状を贈呈し、家族らと長寿を祝いました。

祖母が営む宇部商店を約60年にわたり手伝っていた伊藤さん。最近の楽しみは、防災公園の散歩コースを歩くことだそうです。長寿の秘訣を伺うと「ずっと仕事をしていたのが良かったと思う。立ち仕事で足腰が鍛えられたのか今でも杖を使わず歩くことができます」と話しました。

News +

協定書を掲げる石田支店長(左)と中平市長

大塚製薬株式会社と包括連携協定を締結

市と大塚製薬株式会社は、包括連携協定を締結しました。

9月16日に市役所で締結式が開催され、中平市長と大塚製薬株式会社東北支店の石田清支店長が協定書に署名。この協定により、市民の健康づくりや熱中症対策、災害時における対策、スポーツの振興などに連携して取り組むことになっております。

石田支店長は「協定を通じて、久慈市が健康くじ21プランに掲げる『共に支え、元氣と安らぎあふれるまちづくり』を全力でサポートしていきます」と話しました。

健康のまちづくり☆くじ

心疾患・脳血管疾患の原因となる高血圧の予防に向けた「健康のまちづくり☆くじ」プロジェクトを推進中。皆さんの健康づくりや減塩に役立つ取り組みやイベントを紹介します。

関保健推進課 ☎61-3316

健康サポーター活動中！



健康サポーターは「健康くじ21プラン」に基づき、健康づくりに取り組む登録制ボランティア。運動を通じた健康づくりや介護予防の場面でも活躍しています。

毎週火曜日に、旭町公民館で「いきいき百歳体操」に取り組んでいる「うぐいすの会」では、健康サポーターとメンバー合わせて10人ほどが参加し、楽しく体操をしています。

2026 減塩グルメのお店

市では、健康のまちづくり☆くじプロジェクトに参画し、減塩商品やメニューを提供して市民の健康づくりを応援する「減塩推進商品販売企業」を募集中。情報提供方法など、詳細はHPをご覧ください。

北三陸天然市場

長内町第29地割29-5 ☎61-1116

久慈市健康サポーター・久慈市・国保久慈地区協議会主催「健康のまちづくり講演会」

まちづくり系医師☆いかい先生の「元気になるまちづくりの処方箋」

今回の講演会は、病気のお話は一切なし！福井県高浜町で、健康のまちづくりの実践者として、日々の診察の傍ら地域へ飛び出し、耳を傾け住民と楽しみながらまちを作る…。そんな井階先生と一緒に、久慈市の健康のまちづくりについて考えてみませんか？

■講師…福井大学医学部 地域プライマリケア講座 教授 井階 友貴 先生

■日時…11月27日(金) 13時～15時(12時30分受付開始)

■会場…十文字チキンアンバーホール 小ホール(川崎町17番1号)

※駐車場は、ホールまたは久慈市役所の駐車場をご利用ください

■定員…300人(先着順)

■申込方法…電話(☎61-3316)または申込フォームから

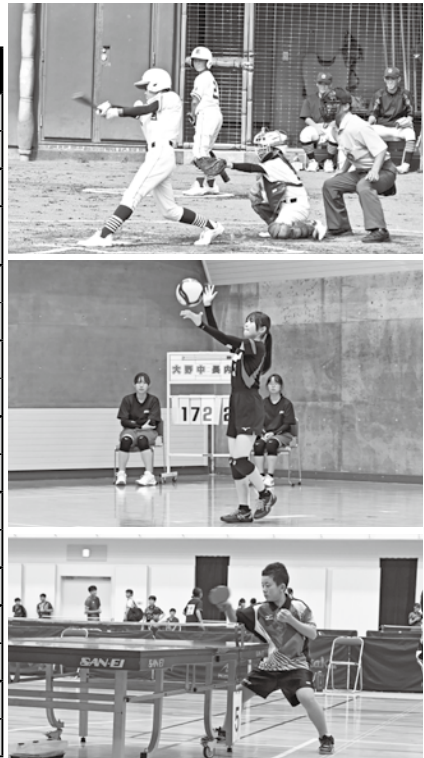
■申込期限…11月18日(水)

申込フォーム

令和8年度久慈地区中学校新人大会

大会成績 団体種目 (太字表記は県大会出場校)

競技種目		1位	2位	3位	3位
バスケットボール	男子	久慈中	大野中	種市中	
	女子	久慈中	長内中		
サッカー		久慈中	長内中		
軟式野球		久慈中	長内中	野田中・宇部中・普代中	種市中・大野中
バレーボール	男子	久慈中			
	女子	野田中	久慈中	長内中	種市中
ソフトテニス	男子	久慈地区軟式庭球部	中野中	種市中	野田中
	女子	久慈地区軟式庭球部	中野中	野田中	大野中
卓球	男子	大野中	久慈中	中野中	
	女子	久慈中	長内中		
バドミントン	男子	普代中	久慈中		
	女子	久慈中	普代中		
ソフトボール	女子	久慈中			
柔道	男子	野田中	久慈中	種市中	
	女子	長内中	野田中	久慈中	
剣道	男子	久慈中	長内中		
	女子	長内中			



競技種目		1位	2位	3位	3位
ソフトテニス	男子	岡崎 颯大 (久慈軟庭2)	岸里 陽斗 (久慈軟庭2)	沢里 春城 (野田2)	安藤 瑠泉 (種市2)
	女子	岡崎 魁大 (久慈軟庭2)	清水 煌生 (久慈軟庭2)	山田 柊介 (野田2)	澤村 総一郎 (種市2)
卓球	男子	八島 かん奈 (中野2)	高屋敷 未来 (久慈軟庭2)	佐々木 瀬里 (久慈軟庭1)	濱欠 来桜 (久慈2)
	女子	黒坂 羽葵 (中野2)	下川 心咲 (久慈軟庭2)	晴山 心結 (久慈軟庭1)	菅野 ななみ (久慈2)
バドミントン	男子シングルス	上澤 怜愛 (大野2)	三角 利玖 (長内1)	大柳 虹之助 (大野2)	大戸 俊介 (大野2)
	男子ダブルス	三本木 結生 (大野1)	小村 優音 (種市2)	千 天祺 (久慈2)	松本 結希 (大野1)
バドミントン	女子シングルス	畠山 紫月 (普代2)	森田 満緑 (普代1)	下斗米 琉羽 (山形1)	工藤 獅万 (久慈2)
	女子ダブルス	須田 蓮 (普代2)	近藤 優翔 (普代2)	中田 颯 (普代1)	大峯 晴陽 (山形1)
バドミントン	男子シングルス	前川 彪 (普代2)	畑中 煌翔 (普代2)	太田 堯範 (普代1)	谷地 桜嘉 (山形1)
	男子ダブルス	赤坂 奏音 (普代1)	日向 希颯 (普代1)	石花 夢唯 (普代1)	熊谷 葵 (久慈1)
バドミントン	女子シングルス	山下 桃空 (久慈1)	赤坂 音和 (普代2)	桜庭 琴音 (中野2)	中居 凜 (普代1)
	女子ダブルス	桑田 紗那 (久慈1)	赤坂 瑠海 (普代2)	鷹好 奈那 (中野2)	金子 絢翔 (普代1)
バドミントン	男子50kg級	久慈 大智 (久慈2)	及川 蓮斗 (久慈2)	本波 楽久 (久慈1)	青田 航 (種市2)
	男子55kg級	小野寺 結翔 (野田1)	大畑 良雅 (久慈2)	清水川 航太 (長内2)	熊本 俐珀 (野田1)
バドミントン	男子60kg級	岩藤 志哉 (宇部2)	明内 永采 (久慈1)	北沢 翔 (種市1)	髙橋 環 (久慈2)
	男子66kg級	荒津内 蓮士 (種市2)	二又 蒼汰 (久慈1)	岩本 健伸 (種市1)	切金 陽翔 (久慈1)
バドミントン	男子73kg級	中村 倉亮 (野田1)	信大 昊 (久慈2)		
	男子81kg級	島川 佳之 (野田1)	下屋 鋪 勇聖 (久慈2)		
バドミントン	男子90kg級	千葉 遼介 (久慈1)			
	女子40kg級	刃道 里梨 (長内1)	金盛 凜 (種市1)		
バドミントン	女子44kg級	續石 香玲 (種市2)	茅森 楓祈 (久慈2)	昆野 愛華 (久慈1)	
	女子48kg級	島川 千鶴 (野田1)			
バドミントン	女子52kg級	小野寺 柚華 (野田2)			
	女子57kg級	四作 楓来 (長内2)			
バドミントン	女子63kg級	竹高 純菜 (長内2)	向井 杏織 (久慈1)		
	男子	長根 龍耶 (久慈スポ2)	三河 福 (久慈2)	笹川 亮祐 (久慈2)	三河 楽 (久慈2)
バドミントン	女子	小林 紗季 (長内1)	廣内 夢姫 (久慈2)	阿部 美佳 (長内2)	



感謝状を掲げる佐藤文也副店長(中央)と中村育子さん

特殊詐欺を未然に防ぐ

9月3日、久慈警察署が特殊詐欺被害防止功労に対する感謝状贈呈式を行い、ケースデンキ久慈店に感謝状を贈りました。

8月16日、同店で30万円分の電子ギフト券を買い求めた50代の男性の様子を不審に思い、店員の中村育子さんが上司に相談。警察に通報し、SNS型ロマンス詐欺であることが判明しました。

中村さんは「男性は電子ギフト券を初めて買う様子でした。お客様がだまされなくて良かったです」と話しました。佐藤文也副店長は「今後も詐欺と疑われる場合は、被害を未然に防ぐよう取り組んでいきます」と話しました。



迷子の発見・保護に感謝状

8月22日早朝、高橋翼さんが車で出勤途中に、夏井町の国道45号上で迷子の女兒を発見。先に発見し、車で追走していた男性と連携して110番通報を行い、警察官が到着するまで女兒に寄り添い、安全を確保しました。

9月4日、久慈警察署で感謝状贈呈式が開催され、女兒を保護し、無事に警察官へ引き渡した功績を称え、高橋さんに同署から感謝状が贈呈されました。

高橋さんは「車に積んであった毛布を持って追いかけて良かったです」と話しました。

市政懇談会を開催します

INFO

企画地域づくり振興課 ☎52-2116

開催日	開催時間	会場
10月26日(月)	18時～19時30分	夏井市民センター
10月30日(金)	17時～18時30分	宇部市民センター
11月2日(月)	18時～19時30分	情報交流センター YOMUNOSU
11月8日(日)	16時～17時30分	小久慈市民センター
11月10日(火)	18時～19時30分	山村文化交流センター (おらほーる)
11月11日(水)	18時～19時30分	長内市民センター
11月15日(日)	16時～17時30分	大川目市民センター
11月16日(月)	18時～19時30分	山根市民センター
11月17日(火)	18時～19時30分	侍浜市民センター

市民の声を市政に反映する広聴活動の一環として、市内9会場で市政懇談会を開催します。久慈市の概況や策定を進めている第3次総合計画前期基本計画の説明を行い、市

政全般についての意見交換を実施する予定です。申し込み等は不要で、ただでも、どの会場でも参加いただけます。皆さんの参加をお待ちしています。

河川改修工事に伴う新街橋の全面通行止め

INFO

企画県北広域振興局土木部河川港湾課 ☎66-9689



小屋畑川と長内川の河川改修工事に伴い、新街橋を撤去するため、現在の新街橋は全面通行止めとなります。規制は、新橋の供用開始まで継続されますので、長内橋または幸橋への迂回をお願いします。長期にわたる規制で迷惑をおかけしますが、洪水被害を軽減する治水効果の早期発現のため、ご理解とご協力をお願いします。

▼新橋の供用開始予定…令和10年4月1日
▼規制対象…全ての車両(歩行者も通行不可)
▼規制開始日時…10月20日(火) 9時～

令和9年1月19日(火)から 久慈市役所の窓口開庁時間が変わります

企画総務課 ☎52-2112

新しい窓口開庁時間

9:00～16:00

市では、限られた職員数で行政サービスを維持・向上させることなどを目的として、市役所の窓口時間を短縮します。皆さまのご理解とご協力をお願いします

市役所の窓口開庁時間は、令和9年1月19日(火)から9時～16時となります。窓口開庁時間以外には正面入口を閉鎖しますので、ご注意ください。「戸籍の届出」など法令に定めのある手続きなどは、これまでと同様に執務時間(8時30分～17時15分)を通して受け付けますので、正面入口以外からお入りください。

なお、電話対応もこれまでと同様に、執務時間(8時30分～17時15分)を通して受け付けます。

前期基本計画への意見募集

INFO

企画政策推進課 ☎52-2115



市では、市の将来像や活動指針等を示す「第3次総合計画基本構想」の実現に向けて、令和9～12年度を計画期間とする「第3次総合計画前期基本計画」の策定を進めており、作成した計画案について皆さんからの意見を募集します。意見への回答は、個人情報報告を除き市HP等で公表を予定しています。また、個別の回答はいたしませんので、あらかじめご了承ください。

▶意見募集期間…10月15日(木)～11月4日(水)
▶閲覧場所…①久慈市役所 政策推進課(本庁舎2階) ②山形総合支所③各市民センター④市HP
※閲覧時間は開庁日の8時30分～17時15分です。休日は、市役所本庁舎の日直で閲覧できます

意見提出先	
郵 送	〒028-8030 川崎町1番1号 久慈市役所 政策推進課宛
FAX	0194-52-3653
E-mail	seisaku@city.kuji.iwate.jp
持 参	本庁舎2階 政策推進課

施設の指定管理者を募集

INFO

企画産業建設課 ☎72-2129



令和9年4月1日から、市に代わって次の施設を管理する団体(指定管理者)を募集します。募集要項や申請書類など、詳しい内容は市HPを確認するか、担当課に問い合わせてください。

▼公募施設…久慈市ふるさと物産センター(山形町川井第8地割12番地1)
▼募集期間…9月30日(水)～11月13日(金)
▼応募方法…11月13日(金)17時15分までに、申請書類を担当課に提出してください。



▼現地説明会…現地説明会への参加を希望する団体は、事前の申し込みが必要です。
▼日時…10月27日(火)15時～
▼場所…久慈市ふるさと物産センター

My life
in Kuji

ギムハニ・ミレイ・ペッターウッド さん

オンタリオ州・27歳／久慈小、久慈湊小、夏井小、平山小、侍浜小、山形小、久慈中、山形中を担当

カナダのハロウィン

今年もハロウィンの季節がやってきました！カナダでは9月下旬頃から、まるでホーンテッドマンションのように各家庭が家の前に本格的なデコレーションを飾ります。ハロウィンが近づくと、カボチャ畑や遊園地のホラーナイトに行く人も多く、街全体が盛り上がります。当日は、ほとんどの生徒や先生が仮装をして登校します。私が通っていた高校では授業を短縮し、ハロウィンのアクティビティを楽しむ時間がありました。定番なのはファッションショーのように仮装を披露し、審査員として選ばれた3名の先生が、最も面白い、最も怖い、最もクリエイティブなどのカテゴリーごとに受賞者を決めるというものです。私は表現の仕方が面白かったのか、「最も面白い」賞を受賞した事があります。(笑)

そして日が暮れると、「トリック・オア・トリート」をしたり、お菓子を食べながらホラー映画を観たりして過ごします。皆さんも機会があれば、ぜひ、カナダのハロウィンを体験してみてください！

市民

センター だより

夏井市民センター
☎53-2581



夏井市民センター事業紹介

地元神楽の伝統を受け継ぐ「夏井神楽クラブ」

1354年から夏井町に伝わる伝統芸能「夏井大梵天神楽」は、1999年5月に岩手県指定無形民俗文化財に指定されました。夏井中学校では、この伝統芸能を次世代へ引き継ごうと、2018年から継承活動に取り組んでいます。令和8年4月の中学校統合を機に、伝統芸能としては市内初となる認定地域クラブ「夏井神楽クラブ」を発足しました。現在の部員は15人。クラブは毎週月曜日に若宮八幡宮で練習を行っています。久慈秋まつり中日の郷土芸能パレードに出演したほか、地元行事や10月18日に開催されるユネスコ運動岩手県大会にも出演を予定しています。

リーダーの高橋日依^{ひより}さんは、「夏井中学校の閉校で、神楽の活動が終わると考えていたので悲しかったが、続けられて楽しいです。伝統を引き継いで、皆さんに神楽の存在を広めて知ってほしいです」と活動への意欲を話しました。クラブでは追加メンバーを募集しています。詳しくは、代表の田中貴章（080-1008-8294）までお問い合わせください。

協力隊
つうしん

佐藤 元彦 さん

(さとう・もとひこ 60歳)

令和7年8月着任。香川県出身。
レーザークラフトとコーヒーで
地域おこしに取り組む。

活動報告会?！

久慈地域おこし協力隊

協力隊
マルシェ

日時
11.7 (土)
11:00-15:00

会場
ユベントス
ROOM 1F

飲食
協力隊公式 Instagram

ワークショップ
協力隊公式 Facebook

報告会
協力隊公式 Instagram



▲協力隊公式
Facebook



▲協力隊公式
Instagram

地域の皆さんとつながる1日

日頃の地域おこし協力隊の活動を地域の皆さまに知っていただくため、活動報告マルシェを開催します。入場無料。現役隊員のほか、元隊員も参加し、久慈市を盛り上げる活動を紹介します。地元の味覚が味わえる飲食ブースや活動内容の展示ブースなど、市の魅力と隊員の思いが詰まった、子どもから大人まで誰でも楽しめる空間です。私は久慈短角牛のレザーを活用した「勇気をもらえる闘牛」作りワークショップを開催します。道具不要。手ぶらで気軽に参加できます。食肉の副産物の皮を革として活用するサスティナブルなモノづくりを一緒に体験しましょう。

▶日時…11月7日(土)11時～15時
▶会場…ユベントス（中の橋1-25）
▶駐車場…近隣の駐車場をご利用ください
※詳しくは協力隊公式 Instagram をご覧ください



勇気をもらえる闘牛

●地域おこし協力隊…移住定住促進を目的に、都市部からの移住者に対して市が委嘱。カフェを中心とした地域の活性化、新規漁業者の確保や水産物の高付加価値化への取り組み、農泊事業の実践と推進、地域資源の商品開発・販路拡大PRなどを行います。



みんなの広場

きらり 人輝く

ここに行けばみんなに会えるー。
地域の憩いの場をこれからも大切にしたい。

自然と周りに人が集まる魅力

久慈市山形町関地区で、長年にわたり「いきいき百歳体操」や「関いこいの会」を通じて地域の交流活動続ける火石京子さん。活動を始めたきっかけや思いを伺いました。

■関のいきいき百歳体操を支える
霜畑公民館で開催されている「いきいき百歳体操」に参加したくても、会場が遠く参加できない人たちがいました。近場で体操ができないかと考え、地域包括支援センターの職員の力を借りて、自分の自宅を会場に、いきいき会を立ち上げました。10年目の現在も、毎週火曜日に自宅で友人たちと「いきいき百歳体操」や「かみかみ百歳体操」を楽しんでいます。天気が悪い日に外を眺めながら、「今日は来ないかな」と思う日でも続々と集まってきてくれる友人たち。「京子さんがいなかったら集まれていない」と言われることもあります。長年活動を続けてこられたのは、こうして集まってくれるみんなのおかげです。

■関いこいの会を立ち上げ
平成6年から活動を始めた関いこいの会。今は10人で活動をしています。毎月1回、手芸やカラオケ、スポーツ教室などを企画したり、花見やまつたけ料理教室など季節の行事を楽しんでいます。みんなが集まるときに集まって無理なく活動を続けています。

■活動に対する思い
いきいき百歳体操や関いこいの会の活動を通して、決まった日にみんなに会えるこの時間が何よりも楽しいです。居心地が良くて帰りたくないと言ってくれた人もいました。週1回、月1回を続けるのはひとりの力ではできません。みんなが集まってくれるうちは、私も元気に過ごし、この活動をずっと続けていきたいと思います。

いきいき キッチン

大根しゅうまい

今月の担当：小久慈地区食生活改善推進員



POINT

ダイコンでさっぱり味わうヘルシーしゅうまいです。レンジで簡単に作ることができるのもオススメです。

■材料：2人分【1人分…227kcal/食塩相当量…1.2g】

大根・・・80g	キャベツ・・・40g	オリーブオイル・・・小さじ1・½
片栗粉・・・大さじ1・½	醤油・・・小さじ1・½	砂糖・・・小さじ1・½
豚ひき肉・・・120g	酢・・・小さじ2	ごま油・・・小さじ1
タマネギ・・・120g	練りがらし・・・小さじ½	しょうが(すりおろし)・・・2g
片栗粉・・・適量		にんにく(すりおろし)・・・4g

- 千切りにした大根に片栗粉をまぶす。タマネギは5mm角に切る。
- ボウルに豚ひき肉とBを入れ、粘り気が出るまでこねる。タマネギを加えてさらに混ぜ合わせる。
- 2を12個になるように丸め、片栗粉をまぶし1の大根をまわりに付ける。
- 耐熱皿にキャベツを敷き、間隔をあけて3を並べる。
- ラップをふんわりとかけて電子レンジ（600W）で5分加熱する。
- しゅうまいとキャベツを器に盛り、混ぜ合わせたAを添える。





Let's 男女共同参画

岡地域づくり振興課 ☎ 52-2116

「LGBT・LGBTQIA+」ご存じですか？

L＝レズビアン（女性同性愛者）、G＝ゲイ（男性同性愛者）、B＝バイセクシュアル（両性愛者）、T＝トランスジェンダー（生まれた時に割り当てられた性別にとらわれない性別のあり方を持つ人）など、性的マイノリティ（少数者）の総称です。「人は出生時に割り当てられた性別らしく生きて、男性は女性を、女性は男性を愛するのが普通」といった固定概念や先入観、LGBT当事者に対する、偏見や差別意識を持つ人は少なくありません。

LGBT当事者は、そうした周囲からの偏見や差別的言動について、だれにも悩みを打ち明けることができず苦しんでいるケースが多々あります。

LGBTなどの性的マイノリティに対する理解を深め、偏見や差別意識をなくし、すべての市民が多様な個性を尊重し、豊かで安心して生活できる社会の実現を目指しましょう。



十文字チキンアンバーホール

岡文化課 ☎ 52-2700

齋藤友紀&チームYUKI Happinessコンサート



0歳から大人まで、家族みんなで楽しめるコンサートです。吹奏楽クリニックの講師を20年以上勤める齋藤友紀さんを中心とした「チームYUKI」と、吹奏楽クリニック受講生・卒業生が出演します。

「星に願いを」「さんぽ～トロサンバ」など世代を超えて音楽を楽しめる、心温まるひとときをお届けします。

- 日時…11月29日(日) 開演14時(開場13時30分)
- 会場…十文字チキンアンバーホール(大ホール)
- 料金【全席指定】
一般…1,500円／高校生以下…無料
※友の会会員 500円割引／未就学児入場可



いきいきライフnews

岡地域包括支援センター ☎ 61-1557

家族介護教室in翔北高校

家族の介護をしている人などを対象とした家族介護教室を開催します。身体にやさしい介護の手法や、おろそかになりがちな介護者自身のセルフケアについて高校生（介護福祉系列生徒）と体験してみませんか？お気軽にご参加ください！

- ▶日時…11月26日(木) 10時～11時50分
- ▶会場…久慈翔北高校門前校舎（※旧久慈東高校）
- ▶内容(予定)…身体にやさしい介護の手法体験（ノーリフティングケア）、介護者のためのセルフケア体験（腰痛予防体操等）
- ▶定員・参加費…40人程度・無料
- ▶対象者…市民（家族の介護をしている人、興味関心のある人）
- ▶申込方法…FAX・申込フォーム・電話（詳細はQRコードから）
- ▶申込期限…11月13日(金)



※QRコードは株式会社デンソーウェアの登録商標です

編集後記

久しぶりの秋まつり写真撮影でしたが、仕事で撮るとどうしても定型の構図ばかりに。引き出しの少なさを感じるところですが、大いなるマンネリという言葉もありますし、無難さも味と捉えていただければ(後)

「この髪の人、見たことあるー!」「秋まつりにもいた!」髪を切ろうと思った矢先、取材先の子どもたちに言われた一言。どうやら髪で認知されているようです。他に特徴もないのでもう少しこのままで(城内)



県立久慈病院

☎ 53-6131

久慈病院オープンホスピタル



地域の皆さんに久慈病院を知ってもらうためのオープンホスピタルを開催します。

中学生のための医療系職業体験セミナーや救急講習会（心肺蘇生法）も同時開催。お気軽にお越しください。

- ▶日時…10月31日(土) 10時～13時(予定)
- ▶会場…県立久慈病院
- ▶内容…各部門体験コーナー、職業体験セミナー、救急講習会、救急・警察車両等展示

がん患者家族サロン 開催のお知らせ

久慈病院では、がんについての悩みをもつ人が想いを話したり、情報収集をできる場として「がん患者家族サロン」を定期的に開催しています。久慈病院での治療の有無に関らず利用できますので、お気軽に足をお運びください。

開催時間内に直接、久慈病院1階「がん患者家族サロン(売店ローソン隣)」までお越しください。時間内は自由に出入りできます。

- ▶内容…おしゃべり座談会
- ▶日時…11月10日(火) 13時～14時
- ▶対象…がん治療をしている患者さん、またはそのご家族など

岡県立久慈病院 がん相談支援センター ☎ 53-6131



図書館だより

岡市立図書館 ☎ 53-4605 / 山形図書館 ☎ 72-3711

市立図書館



- ▶開館時間…9時～19時
- ▶休館日…11月2日(月)、9日(月)、16日(月)、24日(火)、30日(月)

■図書館まつり

活かす本市、手作りワークショップなど楽しいイベントがたくさん！

- ▶日時…11月1日(日) 9時～15時

■恐竜学部生による恐竜特別授業 “恐竜の時代っておもしろい”

突然タイムスリップ?！一緒にどの時代にきたか考えよう

- ▶日時…11月14日(土) 9時30分～11時
- ▶会場…1階 多目的室
- ▶対象…小学4～6年生(先着30人)
- ▶講師…福井県立大学恐竜学部学生
- ▶申込…カウンターまたは電話で受付中

■手づくりしおり教室

押し花を使ってしおりを作ります

- ▶日時…11月15日(日)10時～11時30分
- ▶会場…1回 多目的室
- ▶対象…児童～一般(先着20人)
- ▶講師…野中 テイ子氏
- ▶持ち物…ピンセット・はさみ
- ▶参加費…無料
- ▶申込…カウンターまたは電話で受付(10月15日～11月8日)

50歳からは、やっぱり体力がほしい！



著／森下 えみこ
出版社／扶桑社
作者の実体験をわかりやすくイラスト付きで解説。更年期の不調や疑問を専門家の先生たちが解決します。

山形図書館

- ▶開館時間…10時～18時
- 山形図書館は工事に伴い11月1日～令和9年2月1日まで休館します
休館中もインターネットや電話での図書の予約・貸出は可能です。返却は返却ポストをご利用ください。



おにやけやしき

作／大塚 健太
絵／柴田 ケイコ
出版社／バイインターナショナル
おにやけはねこのおばけだよ。おにやけがいるおばけやしきだから「おにやけやしき」なんだ。おにやけやしきに人気をとられた、おばけやしきのおばけたちが怒ってやってきて…。



子育て応援だより

岡子育て支援センター ☎ 52-3210

子育て支援センターは予約不要で利用できる施設です。親子で気軽にお越しください。

- ▶利用対象…未就学児と保護者
- ▶利用料…無料
- ▶休館日…日曜・祝日
- ▶開館時間…平日：8時30分～17時 / 土曜：8時30分～12時

※「あそびの教室」の開催日は終日、自由来所はできません。

11月の行事	日時	対象	定員・申込み
赤ちゃんサロン「ほけんしさんといっしょ～感染症について～」 内容…身長体重の測定、「感染症」のお話	4日(水) 10:00～11:30	2カ月～1歳までの赤ちゃんと保護者	15組(受付中)
うさこちゃんの部屋 内容…絵本の読み聞かせ、手遊びなど	11日(水) 11:00～11:20	3カ月～就学前の子どもと保護者	15組(受付中)
リフレッシュ講座「七宝焼作り」 内容…七宝焼を作ろう！	13日(金) 10:00～11:30	乳幼児を持つ保護者	8人(託児8人)(受付中)
あそびの教室	27日(金) 終日	※対象児が決まっています	—
育児講座「あつまれうんどう だいすキッズ！」 内容…親子で取り組める運動遊び	28日(土) 10:00～11:30	未就学児親子(参加する子の兄・姉も参加可)	20組



11月の乳幼児健診・相談スケジュール 会場 元気の泉 岡こども家庭センター ☎ 66-8288

マタニティサロン ゆるり

母子健康手帳を交付された妊婦と家族が、相談・交流できるサロンを開催しています。参加には電話予約が必要です。▶会場…子育て支援センター▶日時…27日(金)(受付13時～13時20分)



■乳幼児健診・相談を受ける皆さんへ

都合が悪い場合はご連絡ください。▶子どもの集団での様子について、事前に園へ確認してください▶1カ月・3～4カ月・9～11カ月児健診、2歳・2歳6カ月児歯科健診は、赤ちゃん手帳の受診票を持参し、指定医療機関で受診してください。

名称	対象	日時(受付時間)	備考
5歳児健診	※個別に通知	5日(木) 受付12:40～13:10	
1歳児相談	令和7年11月生まれ	受付 8:45～9:00	バスタオル・歯ブラシ持参
4～5カ月児相談	令和8年6月生まれ	受付 9:10～9:25	バスタオル持参
3歳児健診	令和5年5月生まれ	20日(金) 受付12:40～13:00	事前に自宅で行う目と耳の検査があります
1歳6カ月児健診	令和7年4月生まれ	受付13:10～13:30	バスタオル・歯ブラシ持参 フッ素塗布を行います。歯磨きをしてきてください

久慈地区住民健診のお知らせ

閩保健推進課 ☎61-3315

■料金表		
検査項目	検診料	無料となる人
国保特定健診 後期高齢者健診 基本健診	無料	・70歳以上の人 ・非課税世帯または生活保護世帯で「がん検診等検診料免除申請書」を提出している人 ※世帯に未申告者がいる場合は有料
大腸がん検診	300円	
前立腺がん検診	400円	
肺がん検診	500円	
肝炎ウイルス検査	700円	

住民健診を下表の日程で実施します。受診申し込みをした人には、10月下旬に受診票等を送付します。申し込みをしていない人で、受診を希望する場合は問い合わせください。

▶受付時間…午前9時30分～11時/午後13時30分～14時30分

※1 11月17日(火)…午後は予約制(体が不自由な人のみ)

※2 11月28日(土)…受付時間7時～10時(午前のみ)

※3 12月7日(月)…受付時間13時30分～15時、17時～18時

▶持ち物…受診票、検診料、検査容器(検便・検尿)、マイナ保険証または資格確認書(国保特定健診の受診者)

日	月	火	水	木	金	土
11月8日	11月9日 大川目市民センター	11月10日 宇部市民センター	11月11日 長内市民センター	11月12日 夏井市民センター	11月13日	11月14日
11月15日	11月16日 元気の泉	※1 11月17日 元気の泉	11月18日 元気の泉	11月19日 侍浜市民センター	11月20日 小久慈市民センター	11月21日
11月22日	11月23日	11月24日 元気の泉	11月25日 元気の泉	11月26日 元気の泉	11月27日 元気の泉	※2 11月28日 元気の泉
11月29日	11月30日 元気の泉	12月1日 元気の泉	12月2日 元気の泉	12月3日	12月4日	12月5日
12月6日	※3 12月7日 元気の泉	12月8日 元気の泉	12月9日 元気の泉	12月10日 元気の泉	12月11日 元気の泉	12月12日

News+

久慈市立中学校英語弁論大会



賞状を掲げる受賞者のみなさん
(左から山田さん、西さん、干さん、安堵城さん)

9月25日、十文字チキン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、22人が参加。暗唱の部と自作の部に分かれて英語でスピーチを披露しました。自作の部で優勝した山田莉愛さんは「海外派遣を経験し、自分に自信が付きました。優勝できて本当にうれしいです」と話しました。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安堵城伽比(山形中) ②山形美心(久慈中) ③西野桜千(長内中)

▶2年生…①干天祺(久慈中) ②小倉陽葵(久慈中) ③叶城晴翔(山形中)

▶3年生…①西天音(久慈) ②坂本伊吹(久慈中) ③砂川喜和満(山形中)

■自作の部…①山田莉愛(久慈中)

News+

令和8年度 私の主張 久慈地区大会



1 フリップを使って発表する皆川風花さん(山形中3年)

2 堂々と発表した参加者の皆さん

9月1日、洋野町種市のセシリアホールで、私の主張久慈地区大会が開催されました。管内4市町村から参加した6人の生徒たちは、自らの体験を通して感じた思いや社会との関わりなどを、自分の言葉で堂々と発表しました。「自由を支えるルールとマナー」をテーマに発表し、優秀賞を受賞した皆川風花さんは「ほどよい緊張感の中で、自分の思いを伝えることができました」と話しました。地区大会の入賞者は次の通りです。

▶最優秀賞…長根一華(中野中3年)

▶優秀賞…皆川風花(山形中3年)

▶優良賞…大鹿糠一花(久慈中3年)、泉川未成実(野田中3年)

○休日当番医・薬局 ▶診療時間…8時30分～12時30分(12時受付終了)

当番日	当番医	☎	当番薬局(受付時間)	☎	当番薬局(受付時間)	☎
1日(日)	関上こどもクリニック	75-3722	サンケア薬局県立久慈病院前店 (9:00～17:00)	61-1888		
3日(火)	北リアス病院	53-2323	菊屋薬局(8:30～12:30)	53-3022	キング薬局(9:00～17:00)	61-1360
8日(日)	おおさわ内科・胃腸科医院	61-3033	ホソタ薬局(8:30～12:30)	53-1193	みどり薬局(9:00～17:00)	61-3911
15日(日)	関上こどもクリニック	75-3722	サンケア薬局県立久慈病院前店 (9:00～17:00)	61-1888		
22日(日)	関上こどもクリニック	75-3722	キング薬局(9:00～17:00)	61-1360		
23日(月)	くじ整形外科・内科クリニック	66-8822	けい福薬局久慈店(8:30～12:30)	66-7270	みどり薬局(9:00～17:00)	61-3911
29日(日)	関上こどもクリニック	75-3722	サンケア薬局県立久慈病院前店 (9:00～17:00)	61-1888		

○暮らしの相談 / 介護・福祉の仕事相談 / 年金相談

	名 称	相談員・備考	日 時	会 場	問合せ
要予約	無料法律相談 ※10月20日(火)9時30分予約開始	齊藤 拓 弁護士	5日(休) 10:30～15:30	消費生活センター	消費生活センター ☎ 54-8004
		小笠原 基也 弁護士	20日(金) 10:30～15:30		
		小保内 義和 弁護士	27日(金) 10:30～15:30		
要予約	くらしとお金の安心相談会	※前日12時までに予約	18日(火) 10:00～16:00		
要予約	交通事故巡回相談	※11月19日(木)12時までに予約	24日(火) 13:00～15:00	消費生活センター	生活環境課 ☎ 54-8003
要予約	多重債務者弁護士無料相談	岩手弁護士会所属 山崎 哲雄 弁護士	26日(休) 10:00～15:00		
	行政相談	行政相談委員	10日(火) 13:30～15:30	消費生活センター	岩手県 福祉人材センター ☎ 080-1651-6203
要予約	介護・福祉の仕事相談	※月曜が祝日の場合は開催なし	毎週月曜 9:00～16:00	総合福祉センター	
			11日(火) 9:30～11:00 18日(火) 9:30～11:00	ハローワーク久慈	
要予約	年金相談	※予約の際は、基礎年金番号が分かるものをご用意ください	5日(休) 10:30～16:00 20日(金) 10:30～16:00	十文字チキンアンバーホール	二戸年金事務所 ☎ 0195-23-4111

○健康相談・検査

	名 称・内 容	日 時		会 場	問合せ
	オレンジカフェ「こはく」 高齢者、認知症が心配な人、その家族も立ち寄れる場所	20 日(金)	10:00～15:00	こはくのまちの保健室 (しあわせSUN)	☎ 53-2580
	てとりんカフェ・オレンジ 相談員が認知症の人や家族の悩みなどを一緒に考えます	13 日(金)	13:30～15:00	元気てらす縁	☎ 66-8011
	認知症介護家族の会・縁 介護の悩みや日頃の思いを、自由に語り合います	27 日(金)	13:30～15:00		
	こころの相談 対面相談や電話相談を受け付けています	毎週金曜	13:30～15:00	サロンたぐきり	☎ 75-3790
	こころとからだの相談 対面相談や電話相談を受け付けています(右記の時間以外は市保健推進課が対応)	平日	9:00～12:00	こころとからだの 相談センター	☎ 53-3652
	全血献血	14 日(土)	9:30～12:00 13:30～15:30	久慈ショッピングセンター	保健推進課 ☎ 61-3315
要予約	地域産業保健センター個別健康相談	11 日(水) 25 日(水)	完全予約制	久慈医師会 (市役所分庁舎 2 階)	二戸・久慈地域産業保健センター ☎ 53-0114
要予約	エイズ、肝炎ウイルス、性器クラミジア、梅毒、HTLV-1検査・相談	10 日(火)	14:00～16:00	久慈保健所 (久慈地区合同庁舎)	久慈保健所 ☎ 53-4987
要予約	骨髄バンク ドナー登録				
	フリースペース(ひきこもりがちな方やその家族の集いの場) 初回利用時は予約が必要です	16 日(月)	14:00～15:30		
	こころサロン (自死遺族交流会)	16 日(月)	13:30～15:00		
	お酒のお悩み相談	26 日(木)	10:00～11:30		
要予約	こころの健康相談	予約時にご案内します			

お知らせ Jアラート全国一斉情報伝達訓練

Jアラート（全国瞬時警報システム）の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…11月11日(水) 11時頃
☎ 52-2173

お知らせ まるっと元気健康塾最終回を開催します

11月の開催予定は表のとおりです。申込み団体以外の方の参加、興味のある回だけの参加も可能です。保健推進課にお申し込みください。

講話「こころの健康、認知症」	
会場（申込み団体）	日時
川 貴 公 民 館 (川貴女性部)	5日(木)11時～
田 高 公 民 館 (ねむの木)	17日(火)14時～
岩 瀬 張 公 民 館 (パンジーの会)	30日(月)10時～

講話「きちんと栄養、しっかり減塩」	
会場（申込み団体）	日時
枝 成 沢 公 民 館 (くんのごサークル)	9日(月)10時～

体操「無理なくできる転倒予防体操」	
会場（申込み団体）	日時
岩 瀬 張 公 民 館 (つくし会)	24日(火)10時～
待 浜 市 民 セ ン タ ー	24日(火)14時～
山形老人福祉センター	26日(木)10時～

講話「お口の元気は全身の元気！丈夫なお口を保つには」	
会場（申込み団体）	日時
元木沢防災センター (もりもり会)	25日(水)10時～

☎ 61-3316

お知らせ 国民年金保険料の控除証明書を送付します

国民年金保険料は、納付した全額が社会保険控除の対象になります。日本年金機構から社会保険料（国民年金保険料）控除証明書が送付されますので、年末調整や確定申告に使用してください。

電子版控除証明書での受け取りを希望する場合は、マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付登録をお願いします。
※電子送付登録をした場合、紙の証明書は郵送されなくなります

納付した期間	送付時期
1月1日～9月30日	10月下旬～11月上旬
10月1日～12月31日	令和9年2月上旬

■控除証明書を紛失したときは…
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。
☎ 0195-23-4111
☎ 0570-003-004

募集 和佐羅比山トレッキング参加者を募集

久慈市と野田村の間に位置する和佐羅比山の山頂からの景色を楽しみませんか。歩きやすい服装でご参加ください。（少雨決行、雨天中止）
▶日時…11月5日(木) 9時～13時
▶集合場所…山根市民センター（8時50分集合）
▶持ち物…おやつ、飲み物、雨具等
▶定員・参加料…25人・無料
▶申込期限…10月30日(金)
☎ 57-2055

募集 文化財めぐり「久慈地方の牛方関係資料を学ぶ」

令和7年度に県有形民俗文化財に指定された「久慈地方の牛方関係資料」や「塩の道」周辺の文化財などを見学します。参加料無料です。
▶日時…11月15日(日) 12時30分～16時
▶集合場所…十文字チキンアンバーホール（バス移動）
▶定員…15人（先着順）
▶申込締切…11月6日(金)
☎ 52-2700

募集 オフィスソフト実践科受講生を募集

ワープロや表計算、プレゼンテーション等のオフィスソフトを学習し資格取得を目指します。
▶対象者…求職者
▶定員・受講料…12人・無料
▶期間…12月8日～令和9年3月5日
▶受講時間…9時15分～15時40分
▶会場…久慈高等職業訓練校（川崎町17番5号）
▶募集期限…11月16日(月)
☎ 53-3374

募集 木造住宅の耐震診断

木造住宅耐震診断支援事業を利用して耐震診断を実施する木造住宅を4戸募集しています。自己負担額3,000円で耐震診断を実施できますので、この機会にぜひご検討ください。補助の詳細内容は、建設企画課まで問い合わせください。
☎ 52-2120

募集 おでかけiサポ

結婚を希望する人に登録制で出会いの機会づくりを支援する「i-サポ」のスタッフが出張し、対面相談や会員登録、お相手検索などを行います。利用の際は、事前に電話予約が必要です。市の入会登録料助成制度も活用できます。
▶日時…11月1日(日)、21日(土) いずれも12時～15時
▶会場…中央市民センター
▶対象者…20歳以上の人
☎ 0193-65-7222

募集 創業スクール「資金調達・創業に必要な事業計画の立て方」

持続可能な事業運営を目指した事業計画作成のための、資金調達方法や事業見通しの根拠づくり等を学べるスクールを開催します。
▶日時…10月22日(木) 14時～16時
▶会場…情報交流センター YOMUNOSU
▶講師…日本政策金融公庫 八戸支店 支店長 加藤 慶文氏
▶対象者…若手経営者、創業を目指す人、資金調達を考えている人
▶定員・参加料…15名(先着)・無料
▶申込期限…10月20日(火)
☎ 52-1000

下日当町内会が、宝くじの助成金で、下日当公民館に冷暖房機器を整備しました。
一般社団法人自治総合センターは宝くじ社会貢献広報事業として、宝くじ受託事業収入を財源に実施しているコミュニティ助成事業を通じて、地域団体の活動を支援しています。

募集 赤十字救急法講習受講者を募集

■基礎講習
手当の基本、人工呼吸や胸骨圧迫の方法、AED（自動体外式除細動器）の使用方法等を習得できます。検定合格者には、基礎講習修了者認定証（ベーシックライフサポーター）を交付します。
▶日時…12月5日(土) 9時～13時
▶会場…総合福祉センター
▶受講料…1,500円
▶受講資格…満15歳以上の人
▶定員…20人(定員に達し次第締切)
■救急員養成講習
日常生活における事故防止や止血方法、包帯の使い方、骨折等の知識と技術を習得できます。検定合格者には、救急員認定証（ファーストエイドプロバイダー）を交付します。
▶日時…12月12日(土)、13日(日) 9時～17時
▶会場…総合福祉センター
▶受講料…2,100円
▶受講資格…基礎講習を修了し、講習の全日程に参加できること
▶定員…20人(定員に達し次第締切)
☎ 019-638-3610

8月のデータ

■人口と世帯数（8月31日現在）
※（）内は前月比
○人 □… 30,106人 （-46）
男… 14,524人 （-29）
女… 15,582人 （-17）
○世 帯… 15,215世帯 （-14）

■事故・事件などの状況
※（）内は、1月からの累計/前年同期比
○火災
発生件数… 1件 （11/ -1）
死傷者数… 0人 （3/ +1）

○救急活動
出動件数… 121件（96/ -69）
・交通事故… 3件（32/ -1）
・急病… 74件（663/ +4）
・その他… 44件（269/ -72）

○交通事故など
発生件数… 53件（350/ +22）
・人身事故… 0件（12/ -5）
・物損事故… 53件（338/ +27）
死 亡 者… 0人（0/ ±0）
負 傷 者… 1人（13/ -5）
飲酒運転検挙者… 2人（5/ +1）

○犯罪状況など
総数…7件 （29/ -10）
うち空き巣被害… 0件

■ごみの状況(単位ト) ※（）内は前年度比		
	8月の排出量	4月からの累計
ごみ総量	985 (+15)	4,574 (-76)
うち可燃ごみ	864 (+20)	4,025 (-45)
うち不燃ごみ	45 (+6)	213 (+5)
うち資源物	76 (-11)	336 (-36)
一人一日当たり	1055g (+37g)	

税などの納期(11月)

固定資産税(4期)	11月30日(月)
国民健康保険税(5期)	11月30日(月)
後期高齢者医療保険料(5期)	11月30日(月)
学校給食費(7期)	11月26日(木)

※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です

10-11月のお知らせ

インフルエンザワクチン接種特別日程

10月16日(金)・23日(金)・11月6日(金)・20日(金) 受付17:00～18:00

10月17日(土)・11月14日(土) 受付14:30～16:00

休診 10/30日(金) (職員健診のため)

※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

法人・団体向け

福利厚生制度

マッサージオリエンタル

人気のマッサージオリエンタルの施術で社員・職員を元気に！

≡ 先着5団体限定 ≡

① 従業員様
入会金15,000円不要

② 契約期間中は
会員料金でご利用いただけます

久慈市中央4-13
☎ 090-3472-3174

詳しくはこちら

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

各種機器修理

全メーカー
大丈夫です。

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) TEL 53-6630

仏壇、神仏具、花環、葬儀一式

●くじセレモニーホール●

メモワール・ノヴァ

長内館・川貴館・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予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

久慈市長内町34-26-1
TEL 0194-52-1155

最高裁判決を踏まえた生活保護費追加支給のご案内



市では、2013年の生活保護基準改定を違法とした最高裁判決を踏まえ、2013年8月から2026年3月までの間に久慈市で生活保護を受給していた人に保護費の追加給付をしています。
現在、久慈市で生活保護を受給していない人が追加支給を受ける場合は、申出書の提出が必要となります。詳細はHPをご確認ください。
☎ 社会福祉課 ☎ 52-2119

久慈高等学校長内校文化祭「北斗祭」を開催

「青春満点~輝け！僕らの北斗祭~」をテーマに文化祭を開催。展示や食堂・模擬店等を行います。
▶日時…10月22日(木) 16時～19時
☎ 久慈高校長内校 ☎ 53-3787

11月は「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」

「しつけ」と称して体罰や暴言をふるうことは、法律で禁止されています。子どもたち達や子育てに悩む保護者からのSOSをキャッチしたら、すぐに児童相談所やこども家庭センターにご連絡ください。
▶児童相談所虐待対応ダイヤル ☎ 189（いちばやく）
※通話料無料。管轄の児童相談所に転送されます。
☎ こども家庭センター ☎ 66-8282

11月8日は「いい歯の日」

いつまでも自分の歯でおいしく食事を楽しむためには、日頃のお手入れが大切。この機会に、歯みがきの習慣やお口の健康について、見直してみませんか。
毎日の口腔ケアに加えて定期的な歯科検診もおすすめ。市内在住で、今年度20・30・40・50・60・70・76歳になる人には、検診の無料受診券を送付済です。ぜひご活用ください。
☎ 保健推進課 ☎ 61-3316

イイ歯デーテレホン相談

歯や口に関する無料電話相談（受付時の通話料は相談者負担）を実施します。相談内容は一度受け付けた後、19時以降に協会歯科医師から相談者に折り返し電話で回答します。
▶受付日時…11月9日(月) 10時～19時
▶相談内容…歯や口に関する悩み
▶相談用電話番号…☎ 019-651-7341
☎ 岩手県保険医協会歯科部会 ☎ 019-651-7341

行政書士による暮らしと事業の無料相談会

行政書士会久慈支部による無料相談会を開催します。
▶日時…10月25日(日) 10時～15時
▶会場…やませ土風館2階会議室
▶相談内容…相続、贈与、遺言、農地転用、官公署への届出書類など
☎ 岩手県行政書士会久慈支部 ☎ 53-4856

全国ひとり親世帯等調査にご協力ください

全国の母子世帯、父子世帯および養育者世帯の生活の実態を把握し、ひとり親世帯等に対する福祉対策の充実を図るための基礎資料を得ることを目的とした令和8年度「全国ひとり親世帯等調査」を実施します。
調査のために、ご自宅へ調査員が訪問することがありますので、ご協力をお願いします。
▶対象世帯…無作為に抽出された母子世帯、父子世帯および父母のいない児童のいる世帯
※全てのひとり親世帯が対象ではありませんのでご注意ください
▶調査時期…11月1日を基準日として調査を実施
☎ こども家庭センター ☎ 66-8282

秋の全国火災予防運動

2026年度全国統一防火標語「火の確認 いい日を支える いい習慣」
11月9日(月)から15日(日)までの一週間、秋の全国火災予防運動を実施します。期間中は、住宅や事業所等への防火指導を実施しますので、ご協力をお願いします。
▶住宅の防火習慣…①寝たばこは絶対にしない、させない②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない③こんろを使う時は火のそばを離れない④コンセントはほこりを清掃し、不要なプラグは抜く
☎ 久慈消防署 ☎ 53-0119
☎ 久慈消防署山形分署 ☎ 72-3119

県立宮古短期大学部「蒼翔祭」一般公開

サークルやゼミによる模擬店・ステージ発表など。詳細はHPをご確認ください。
▶日時…10月31日(土) 10時開場
▶会場…同校(宮古市河南1丁目5-1) ☎ 0193-64-2230

10月は「里親月間」

里親制度は、さまざまな事情により親と一緒に暮らすことができない子どもたちを、家族の一員として迎え入れて養育する制度です。
日本には親と離れて暮らす子どもたちが約4万2千人おり、その健やかな成長を見守り、寄り添ってくれる里親が必要とされています。里親へのなり方や公的支援など、制度の詳細は県HPをご確認ください。
☎ 岩手県福祉総合相談センター ☎ 019-629-9608

里親制度パネル展

里親制度について分かりやすく紹介するパネル展示を行います。里親になることを検討している人や里親制度について知りたい人は、ぜひお立ち寄りください。
▶期間…10月21日(水)～11月9日(月)
▶会場…情報交流センターYOMUNOSU
☎ こども家庭センター ☎ 66-8282

ゲートキーパー対応スキル習得研修in久慈

ゲートキーパーの基礎知識と傾聴を、演習を交えて習得します。興味がある人は、どなたでも参加できます。
▶日時…11月21日(土)10時30分～16時
▶会場…中央市民センター 会議室
▶定員…10人(前日までに、QRコードから参加登録をお願いします)
☎ (一社)日本産業カウンセラー協会東北支部岩手県自死対策チーム ☎ 090-6252-4498

久慈市民芸術文化祭

芸術作品の展示や楽器・コーラス・舞踊の舞台発表など、市民の皆さんの活動成果を発表します。
▶会場…十文字チキンアンバーホール

内容	日時
展示	10月31日(土) 9時～17時
	11月1日(日) 9時～15時30分
舞台	10月31日(土) 13時～
	11月1日(日) 13時～
茶道	10月31日(土) 10時～14時(予定)
	※茶会への参加は茶券の購入が必要です。会場でお求めください。

市営住宅の入居者募集

住宅名	戸数	家賃(月額)
新川井団地	3	17,500～26,400円
侍浜団地	1	17,300～25,800円
久慈湊・大崎地区住宅	1	18,000～26,800円
久喜地区住宅	1	20,500～30,500円
元木沢地区住宅	1	22,500～33,400円

▶申込期限…10月30日(金)
☎ 建設企画課建築係 ☎ 52-2120
☎ 山形総合支所産業建設課 ☎ 72-2129

教育委員会議の予定

☎ 教育総務課 ☎ 52-2154
▶日時…11月20日(金) 15時30分～
▶会場…車庫棟会議室1
※どなたでも傍聴可能です

おめでた おくやみ

9/1～9/30 届け出分(敬称略)
♥結婚おめでとう ()内は旧姓

★誕生おめでとう ()内は保護者名

◆お悔み申し上げます ()内は年齢



1／勢よくスタートする参加者たち 2／表彰台で賞状を掲げる上位入賞者 3／さまざまなコスチュームに身を包みマラソンを楽しむ参加者 4／ユーモアを交え選手宣誓をする新山可奈さん詩花さん親子(左)と上山香菜美さん莉子さん親子(右) 5／元地域おこし協力隊の山下竜二さんが描いたフォトスポット

秋空の下 颯爽と駆け抜ける

9月27日、第11回久慈あまちゃんマラソン大会が開催されまし

た。今大会は、2 km、5 km、10 km、ファミリーペア、ファン・ランの5部門に分かれて実施。県内外から参加した約1500人のランナーは、上位入賞を目指して真剣な表情で走る人や手をつなぎながら笑顔で走る親子など、それぞれのあまちゃんマラソンを楽しみました。

沿道では、市内の児童・生徒らが吹奏楽の演奏やチャダンス、長中ソーランを元気よく披露しランナーを後押し。地域住民も沿道から笑顔で声援を送り、ランナーたちは応援を力に変えながら、ゴールを目指して走り抜けました。

表彰式では、司会のアンダーエイジが1位のランナーにインタビュー。笑いを交え会場を盛り上げました。10 km一般女子60歳以上の部で1位となった赤坂玲子さんは「吹奏楽の演奏であまちゃんのテーマソングが流れると、後押しされている感じがして気持ちよく走れました。来年も参加したいです」と話しました。

..... machi no wadai

企業から大会を支える支援



中平市長に目録を手渡す十文字社長（右）

あまちゃんマラソンに特別協賛をしている(株)十文字チキンカンパニーから、市に大会支援を目的とした企業版ふるさと納税寄付が行われ、9月11日に同社の十文字保雄代表取締役社長が市役所を訪れ、贈呈式が開催されました。同社からの寄付は5回目。寄付金は大会の開催経費として活用されています。

マラソンに合わせ、沿道の環境美化



路肩の草取りを行う郵便局員ら

9月26日、久慈地域の郵便局の地域貢献活動として、社員ら約30人が諏訪から玉の脇にかけて、県道野田長内線の路肩の草取りや周辺のごみ拾いを実施。企画した宇部郵便局の浅水義輝局長は「ランナーの皆さんには、きれいなコースを気持ちよく走ってほしいです」と話しました。