

おめでとう おくやみ

2/16-3/15 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

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 利用ください 福祉タクシー

施設入所者以外で重度の障がいを持つ人に対し、タクシー料金の一部を助成します。※自動車税・軽自動車税の減免を受けている人は対象外となりますので、注意してください
▶対象者…次のいずれかの手帳を持つ人①身体障がい1・2級②知的障がいA③精神障がい1級
▶申請方法…社会福祉課窓口にて、障害者手帳を持参ください
関社会福祉課 ☎52-2119

募集 山根一本桜 トレッキング

片道約2.5キロのトレッキング。久慈駅からの市民バスが利用できる時間帯です。気軽に参加ください。
▶日時…4月23日(休)10時～13時
▶集合場所…山根市民センター
▶定員…先着25人
▶市民バス時刻…往路久慈駅発9時33分、復路下戸鎖発15時24分
▶持ち物…雨具、防寒着、飲み物、おやつ
▶受付期間…4月6日(月)～17日(金)
関山根市民センター ☎57-2055

お知らせ パーキンソン病 医療公演会を開催

▶日時…5月10日(日)13時～16時
▶場所…北上市文化交流センターさくらホール(小ホール)
▶講師…仙台西多賀病院院長 武田篤 先生
▶対象…パーキンソン病患者と家族、医療関係者
▶定員・参加料…250人・無料
▶申込期限・方法…5月4日(月)・電話
関全国パーキンソン病友の会岩手県支部 ☎080-8086-2746

お知らせ 深夜帯の電話受付業務の 廃止について

▶廃止日…4月1日(水)～
▶廃止時間…21時～翌朝5時
※火災や救急などの緊急通報(119番通報)は、通常どおり受け付けます
関久慈広域連合消防本部 ☎53-0119

お知らせ ヨイ歯デーテレホン相談

4月18日のヨイ歯デーに合わせて、歯や口の中の健康に関する相談を電話で受け付けます。気軽に相談ください。
▶受付日時…4月17日(金)10時～19時
▶回答時間…19時以降※受付時間内に受け付けた相談内容に、協会の歯科医師から電話を折り返して回答します
▶相談料…無料(相談受付時の通話料は相談者負担)
関岩手県保険医協会歯科部会 ☎019-651-7341

お知らせ 自転車の交通反則通告制度

4月1日(水)から自転車の交通違反に反則切符が適用される「交通反則通告制度」が導入されます。久慈警察署公式Xでは、本制度を広報するショート動画を公開中。自転車の違反を確認ください。
▶対象者…16歳以上
▶違反対象…信号無視、一時不停止、右側通行、2人乗りなど89種類
関久慈警察署 ☎53-0110

お知らせ 国民年金保険料の学生 納付特例の申請受付




4月1日(水)から、市民課④番窓口で受け付けを開始します。年度ごとに申請が必要です。詳しくは問い合わせください。
※一般の免除申請は7月1日(水)から受け付けします
▶対象…学生(大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、特別支援学校などに在学する人)
▶免除期間…4月～令和9年3月
▶手続きに必要なもの…
①基礎年金番号またはマイナンバーのわかるもの
②運転免許証やマイナンバーカードなどの身分証明書
③学生証などの写しまたは在学証明書
関市民課 ☎52-2118

お知らせ 道路の「穴ぼこ」に 注意してください

道路の穴ぼこや段差がある場合は、速度を落とし、十分に注意して通行してください。穴ぼこや段差などを見つけたら、下記の方法で情報提供をお願いします。
▶情報提供方法…電話、メール(久慈市公式LINEのキーワード検索からHPを確認できます) <mailto:dourokasen@city.kuji.iwate.jp>
▶必要な情報…位置がわかる住所や目印、破損箇所の写真、破損内容(穴ぼこ、倒木など)
関道路河川維持課 ☎52-2151

お知らせ マイナンバーカードを使った印鑑登録証明書の取得について

窓口での印鑑登録証明書の取得には印鑑登録証が必要でしたが、4月1日(水)からマイナンバーカードで取得できるようになります。

すでに印鑑登録証を持っている人	印鑑登録証で取得	
		※有効期限はありませんのでこれまで通り使用ください
4月1日(水)以降に印鑑登録をする人	マイナンバーカードで取得	印鑑登録証で取得
		

※印鑑登録時にマイナンバーカードまたは印鑑登録証のいずれかを選択できます。マイナンバーカードを選択した場合、登録証交付手数料はかかりません

▶マイナンバーカード利用可能窓口…

- ①久慈市役所市民課 ②山形総合支所ふるさと振興課
- ※コンビニ交付サービスの利用方法は変更ありません



関市民課 ☎52-2117

お知らせ 移動図書館車の運行日程について

■ぎんなん号(市立図書館)

駐車場所	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月
陸中夏井駅前	10:00～10:15	-	8日	12日	10日	7日	11日
門の沢子供会館	10:35～10:50						
夏井市民センター	10:00～10:15	-	19日	16日	28日	18日	15日
宇部市民センター	13:30～13:45	-	20日	17日	15日	19日	16日

市立図書館では、移動図書館車で市内を巡回し、本の貸し出しを行っています。誰でも利用できます。ぜひお立ち寄りください。

◀貸出サービスの利用について▶

図書館の利用カードをお持ちください。カードをお持ちでない場合は、住所を確認できるもの(免許証、マイナンバーカードなど)をお持ちください。
関市立図書館 ☎53-4605

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



チキンサラダ

■材料(4人分) 【1人分…261kcal/食塩相当量0.7g】
鶏むね肉 …………… 100g² 塩……………少々
卵……………2個 コショウ……………少々
セロリ……………1/2本 マヨネーズ……………1/2カップ
マカロニ……………1/2カップ サラダ菜……………適量

- 1 鶏むね肉は茹でて、粗熱がとれたら細かく割く。
- 2 卵は好みの硬さに茹でて、くし形に切る。マカロニは茹でて水切りして軽く塩・コショウを振る。
- 3 セロリは筋を取りせん切りにし、水にさらして水気を切る。
- 4 ①、②のマカロニ、③をマヨネーズで和える。
- 5 器にサラダ菜を敷き、④を盛り付け、②のゆで卵を飾る。

POINT ・たんぱく質がしっかり摂れるサラダです。季節に合わせて、旬の野菜を足すのもおすすめです。

十文字チキンアンバーホールからのお知らせ

関十文字チキンアンバーホール ☎52-2700
休館日：毎週火曜日

十文字チキンアンバーホール公演ボランティアスタッフ募集中!

十文字チキンアンバーホールでは、コンサートやイベントの運営をお手伝いしてくれる「ボランティアスタッフ」を募集しています。参加・不参加は公演のたびに選ぶことができますので、気軽に登録ください。

- 1 業務内容 入場受付、チケットもぎり、パンフレット配布、ドアの開閉、座席案内、会場内看視など
- 2 参加資格 中学生以上の久慈市民(通勤・通学を含む)
- 3 報酬 ボランティアでの参加となりますので、報酬はありません
- 4 参加の流れ ①登録申込書を十文字チキンアンバーホール1階事務所に提出し、ボランティアスタッフに登録します
②公演ごとに、公演内容について連絡いたしますので、参加の可否について回答いただきます
③参加できる人に、お手伝いをお願いします