

まちのお知らせ

Information

これだけは知っておきたい！ インターネット安全教室

日時 1月24日(木)13時30分～15時30分
場所 釜石・大槌地域産業育成センター
対象 パソコンやスマホでトラブルや犯罪に巻き込まれないために、安全利用についての基礎知識を学びます
定員 先着50人
費用 無料
申し込み・問い合わせ 釜石・大槌地域産業育成センター インターネット安全教室 係(☎26-7555)

書初め講習会を開催します

日時 1月29日(火)、30日(水)各日10時～11時30分
場所 昭和園クラブハウス
対象 60歳以上の人
定員 10人
費用 無料 ※習字道具、半紙は持参してください
申し込み・問い合わせ (公社)釜石市シルバー人材センター(☎22-2182)

青葉通り子どもの相談室・保護者研修会

日時 2月3日(日)10時～12時
場所 青葉ビル
内容 褒め方のコツを学び、子どもとの接し方を考えます
対象 おおよそ3歳～小学生の子どもと保護者
定員 先着10人
申込期限 1月25日(金)17時
申し込み・問い合わせ 青葉通り子どもの相談室(☎080-5737-1206 月～金曜日9時～17時)

【募集】ポリテクセンター岩手 遠野実習場 3月入所生

募集科・人数 住宅建築施工科12人
訓練期間 3月1日(金)～8月30日(金)
場所 ポリテクセンター岩手遠野実習場(遠野市)
応募資格 ハローワークに求職手続きをしている人
受講料 無料
※テキスト代は自己負担
募集期限 2月8日(金)
申し込み ハローワーク釜石(☎23-8609)へ
問い合わせ ポリテクセンター岩手遠野実習場(☎0198-63-1411)

コミュニティ助成事業(宝くじの助成金)で備品を整備しました

(一財)自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源にコミュニティ活動に対する助成を行っています。この助成を受けて、甲東こども園幼年消防クラブが防火パレードに使用する鼓笛隊セットを整備しました。
問い合わせ 釜石消防署(☎55-6117)



沿道を行進しながら防火を呼び掛けます

還付申告作成相談会を開催します

日時 2月2日(土)10時～12時、13時～15時
場所 釜石情報交流センター
対象 ①中途退職者で源泉徴収税額があり、申告すれば還付が想定される人②給与・年金所得者で多額の医療費や各種保険料の支払いがあり、申告すれば還付が想定される人③2カ所以上から給与があり、毎年還付申告を行っている人
必要な物
【共通】源泉徴収票、還付金受領先預金口座
【該当者】医療費の領収書など、各種保険料控除証明書
【その他】前年の申告書(控)
問い合わせ 東北税理士会釜石支部(☎22-3858)

【募集】 第6回新春韋駄天競走参加者

津波が到達したまちなかから、高台にある避難場所まで駆け上がります。
日時 2月3日(日)11時(集合10時)
集合場所 消防団第1分団第3部屯所(只越集会所)前
コース 集合場所～仙寿院
費用 無料
応募期限 1月26日(土)
申込方法 釜石情報交流センターなどに備え付けの参加申込書に記入の上、お送りください。
※電話での申し込み不可
申し込み・問い合わせ 日蓮宗仙寿院(☎026-0022 大只越町2-9-1、☎22-1166、FAX22-1150、☎info@kamaishi-ouendan.com)

釜石市民健康講座 「被災地に見える喜び～ここまで治る!白内障～」を開催します

白内障は、60代で約20%、70代で43%、80代で約73%の人が手術が必要といわれています。
平成24年6月から釜石のぞみ病院で白内障手術を行っている佐々木医師が、白内障の症状、自己診断法、予防法などについて分かりやすく解説します。

問い合わせ 市健康推進課(☎22-0179)

…このマークが付いているものは「かまいし健康チャレンジポイント」の対象です。

南部分サミットin釜石 「おらほ弁で語っぺし」

日時 1月27日(日)14時～16時30分
場所 釜石市民ホールTETTO
内容 南部弁での昔話の語りや青森県からゲストを招いての語りなど
問い合わせ 漁火の会(担当:北村☎23-1460)

東日本大震災被災地応援ツアー ゲーデ・ピアノ三重奏団コンサート

日時 3月8日(金)18時30分～(開場18時)
場所 釜石市民ホールTETTO
入場料 全席自由 一般500円(当日800円)、高校生以下無料
※3歳未満は入場できません
プレイガイド 釜石市民ホール、東山堂釜石事業センター、イオンスーパーセンター釜石店、シーサイドタウンマスト他
問い合わせ 釜石市民ホール(☎22-2266)

「釜石市成人のつどい」 欠席者に記念品を贈呈します

市生涯学習文化スポーツ課(市教育センター1階)に、郵送済みの案内状を持参してください。新成人の家族でも受け取ることができます。
期間 1月15日(火)～2月15日(金)
問い合わせ 市生涯学習文化スポーツ課(☎22-8835)

図書館市民教養講座を 開催します

日時 2月2日(土)13時30分～14時30分
場所 図書館
内容 「ラグビーワールドカップ2019™釜石開催に向かって」釜石シーウェイブスRFCゼネラルマネージャー兼監督 桜庭吉彦さん
定員 先着40人
申し込み・問い合わせ 図書館(☎25-2233)

岩手県最低賃金が 改正されました

【岩手県の最低賃金】
時間額 762円
発効日 平成30年10月1日
【岩手県特定(産業別)最低賃金】
発効日 平成30年12月28日
※業種ごとの最低賃金など詳しくはお問い合わせください
問い合わせ 岩手労働局労働基準部賃金室(☎019-604-3008)

第71回岩手芸術祭巡回小・ 中学校美術展を開催します

日時 1月25日(金)13時～27日(日)15時 ※25日と26日は18時まで
場所 釜石市民ホールTETTO
内容 岩手芸術祭小・中学校美術展の入賞・入選作品の中から350点の絵画、書写作品を展示
入場料 無料
問い合わせ 市生涯学習文化スポーツ課(☎22-8835)

移動図書館「しおかぜ」2月巡回日程

5日(火)		9日(土)		19日(火)		20日(水)		22日(金)		26日(火)	
かまいしこども園	9:10～9:40	青葉ビル	9:10～9:40	大平町 大平集会所	9:20～9:45	松原公園付近	9:15～9:35	桜木町仮設団地	9:20～9:40	新浜町 旧水産試験場	9:20～9:45
天神町 仮設団地	9:45～10:15	大只越 市営住宅付近	9:45～10:15	大平町 望洋ヶ丘集会所前	9:55～10:20	かまいしワークステーション	10:00～10:30	鈴子町 ステーションホテル駐車場	10:00～10:30	浜町 篠原浩さん宅前	9:50～10:15
只越 復興住宅1号棟前	10:25～11:00	県営上平田アパート4号棟前	10:35～11:05	唐丹公民館前	10:50～11:20	五葉寮前	10:45～11:15	釜石情報交流センター駐車場	10:40～11:00	魚市場駐車場(市営ビル前が工事中のため)	10:20～10:40
平田 復興公営住宅前	11:20～11:50	上平田 教職員アパート駐車場	11:10～11:40	本郷 小池タマさん宅駐車場	11:30～11:55	鷗住居公民館前	11:25～11:55	SMC(株)釜石 第2工場	12:15～12:45	平田地区生活応援センター前	11:00～11:30
県水産技術センター	12:00～12:30	上中島町 仮設団地談話室前	13:00～13:30	花露辺 復興住宅前	13:10～13:40	鷗住居 田郷地区(仮設C・D棟)	13:00～13:25	釜石小学校	13:00～13:30	みずかみ平田店付近	11:40～12:10
旧尾崎小学校前	13:50～14:20	野田団地 あおぞら児童公園付近	13:40～14:10	平田駅前	14:10～14:40	鷗住居 田郷地区(仮設A・B棟)	13:30～13:55	大渡町 工藤駐車場(釜小入り口)	13:35～13:55	荒川 復興住宅前	13:30～13:55
6日(水)		13日(水)		20日(水)		22日(金)		26日(火)		26日(火)	
鷗住居町 日向アパート前	9:30～10:00	平田 第6仮設団地前	9:20～9:50	松原公園付近	9:15～9:35	桜木町仮設団地	9:20～9:40	新浜町 旧水産試験場	9:20～9:45	新浜町 旧水産試験場	9:20～9:45
鷗住居小学校	10:10～10:50	岩手大学 釜石キャンパス	10:00～10:30	かまいしワークステーション	10:00～10:30	鈴子町 ステーションホテル駐車場	10:00～10:30	浜町 篠原浩さん宅前	9:50～10:15	浜町 篠原浩さん宅前	9:50～10:15
鷗住居幼稚園	10:55～11:25	あいぜんの里	10:45～11:15	五葉寮前	10:45～11:15	釜石情報交流センター駐車場	10:40～11:00	魚市場駐車場(市営ビル前が工事中のため)	10:20～10:40	魚市場駐車場(市営ビル前が工事中のため)	10:20～10:40
栗林小学校前	12:40～13:30	上平田ニュータウン集会所前	11:20～11:50	鷗住居公民館前	11:25～11:55	SMC(株)釜石 第2工場	12:15～12:45	平田地区生活応援センター前	11:00～11:30	平田地区生活応援センター前	11:00～11:30
砂子畑集会所前	13:35～14:00	大平下水処理センター駐車場	12:00～12:30	鷗住居 田郷地区(仮設C・D棟)	13:00～13:25	釜石小学校	13:00～13:30	みずかみ平田店付近	11:40～12:10	みずかみ平田店付近	11:40～12:10
栗林町 仮設団地前	14:05～14:30	岩手トヨペット(株)釜石支店	13:30～13:50	鷗住居 田郷地区(仮設A・B棟)	13:30～13:55	大渡町 工藤駐車場(釜小入り口)	13:35～13:55	荒川 復興住宅前	13:30～13:55	荒川 復興住宅前	13:30～13:55
7日(木)		14日(木)		20日(水)		22日(金)		26日(火)		26日(火)	
旧小川小学校 甲子町第3仮設団地	9:10～9:40	栗橋地区生活応援センター前	10:00～10:30	松原公園付近	9:15～9:35	桜木町仮設団地	9:20～9:40	新浜町 旧水産試験場	9:20～9:45	新浜町 旧水産試験場	9:20～9:45
中小川 カサ・デ・ファミリア前	9:50～10:20	上栗林地区集会所前	10:45～11:15	かまいしワークステーション	10:00～10:30	鈴子町 ステーションホテル駐車場	10:00～10:30	浜町 篠原浩さん宅前	9:50～10:15	浜町 篠原浩さん宅前	9:50～10:15
昭和園クラブハウス	10:40～11:10	釜石地区合同庁舎	12:00～12:30	五葉寮前	10:45～11:15	釜石情報交流センター駐車場	10:40～11:00	魚市場駐車場(市営ビル前が工事中のため)	10:20～10:40	魚市場駐車場(市営ビル前が工事中のため)	10:20～10:40
源太沢公園前	11:20～11:50	国立釜石病院駐車場	13:40～14:05	鷗住居公民館前	11:25～11:55	SMC(株)釜石 第2工場	12:15～12:45	平田地区生活応援センター前	11:00～11:30	平田地区生活応援センター前	11:00～11:30
SMC(株)釜石 第1工場	12:15～12:45	小川町 太平工業アパート駐車場	14:20～14:40	鷗住居 田郷地区(仮設C・D棟)	13:00～13:25	釜石小学校	13:00～13:30	みずかみ平田店付近	11:40～12:10	みずかみ平田店付近	11:40～12:10
働く婦人の家	13:30～13:50	釜石福祉作業所	14:30～14:45	鷗住居 田郷地区(仮設A・B棟)	13:30～13:55	大渡町 工藤駐車場(釜小入り口)	13:35～13:55	荒川 復興住宅前	13:30～13:55	荒川 復興住宅前	13:30～13:55
桜木町サポートセンター付近	14:10～14:40	釜石福祉作業所	14:30～14:45	澤口製パン前	14:00～14:30	マイヤ野田店駐車場	14:10～14:40	片川集会所前	14:05～14:30	片川集会所前	14:05～14:30
8日(金)		15日(金)		20日(水)		22日(金)		26日(火)		26日(火)	
キクコースト釜石松倉店前	9:10～9:40	野田町 仮設団地	9:10～9:35	松原公園付近	9:15～9:35	桜木町仮設団地	9:20～9:40	新浜町 旧水産試験場	9:20～9:45	新浜町 旧水産試験場	9:20～9:45
洞泉 市営住宅前	10:05～10:35	野田町 第2仮設団地	9:40～10:05	かまいしワークステーション	10:00～10:30	鈴子町 ステーションホテル駐車場	10:00～10:30	浜町 篠原浩さん宅前	9:50～10:15	浜町 篠原浩さん宅前	9:50～10:15
旧大松小学校前	10:45～11:15	甲子町 第2仮設団地(大畑南)	10:30～11:00	五葉寮前	10:45～11:15	釜石情報交流センター駐車場	10:40～11:00	魚市場駐車場(市営ビル前が工事中のため)	10:20～10:40	魚市場駐車場(市営ビル前が工事中のため)	10:20～10:40
大松地区コミュニティ消防センター前	11:25～11:50	大畑団地集会所前	11:10～11:40	鷗住居公民館前	11:25～11:55	SMC(株)釜石 第2工場	12:15～12:45	平田地区生活応援センター前	11:00～11:30	平田地区生活応援センター前	11:00～11:30
唄貝 チビッコ広場前	12:55～13:20	SMC(株)釜石 第4工場	12:15～12:45	鷗住居 田郷地区(仮設C・D棟)	13:00～13:25	釜石小学校	13:00～13:30	みずかみ平田店付近	11:40～12:10	みずかみ平田店付近	11:40～12:10
仙人インフォメーションセンター付近	13:30～13:55	甲子林業センター駐車場	13:30～14:00	鷗住居 田郷地区(仮設A・B棟)	13:30～13:55	大渡町 工藤駐車場(釜小入り口)	13:35～13:55	荒川 復興住宅前	13:30～13:55	荒川 復興住宅前	13:30～13:55
洞関地区コミュニティ消防センター前	14:05～14:35	甲子地区生活応援センター前	14:10～14:40	澤口製パン前	14:00～14:30	マイヤ野田店駐車場	14:10～14:40	片川集会所前	14:05～14:30	片川集会所前	14:05～14:30

※交通事情により多少のずれが生じることがあります

図書館 2月の休館日…4日、11～12日、18日、25日、28日

問い合わせ 図書館(☎25-2233)

乳幼児健康診査

健診(予防接種)内容	日時	場所	対象者	個別通知
1カ月児健診	2月中	県内小児科	平成31年1月生	なし
3～4カ月児健診	2月～3月中		平成30年11月生	
9～10カ月児健診			平成30年5月生	
1歳6カ月児健診	2月中	〈小児科〉 県立釜石病院 国立病院機構釜石病院 釜石しょうけいクリニック 〈歯科〉市内歯科医院	平成29年7月生	あり
3歳児健診			平成27年7月生	
6カ月児健診・BCG接種	2月27日(木) 受付13:00～13:15	市保健福祉センター 9階	平成30年8月生	あり
2歳児い歯健診	2月14日(木) 受付 8:45～ 9:30		平成28年7月生	
4歳6カ月児発達検査	2月21日(木) 受付 9:00～ 9:30		平成26年7月生	

母子健康手帳の交付・各種教室・集団予防接種

内容	日時	場所	対象者	申込期限
母子健康手帳の交付	2月1日(金)、8日(金)、15日(金)、22日(金) 受付13:30～15:00	市健康推進課	妊娠届出書を取得した妊婦	申し込み不要
①パパママ準備教室 (※1) ②ベビーマッサージ (※2)	2月16日(土) ① 9:30～11:30 (受付9:20～ 9:30) ② 10:00～11:30 (受付9:50～10:00)	市保健福祉センター 9階	①妊娠6～7カ月の妊婦 および配偶者 ②おおむね4～12カ月児	2月13日(木)
もぐもぐごっくん教室 【初期】(※2)	2月13日(木) 10:15～11:30 (受付10:00～10:15)	青葉ビル 研修室1・2	おおむね5～6カ月児	2月8日(金)
かみかみごっくん教室 【中・後期】(※2)	2月20日(木) 10:15～11:30 (受付10:00～10:15)		おおむね7～12カ月児	2月18日(水)

※1母子健康手帳、母子健康手帳副読本 ※2母子健康手帳、パスタオル

市開設相談

内容	日時	場所	対象者	申込期限
栄養相談	2月21日(木) ①14:00～14:50 ②15:00～15:50 ③16:00～16:50	市保健福祉センター 8階	市内に住所がある20歳以上の人	2月18日(水)

問い合わせ…市健康推進課 (市保健福祉センター2階) ☎22-0179

釜石保健所開設相談

内容	実施日	実施時間
精神保健相談 (こころの相談)	2月27日(木)	13:30～16:00 ※予約制
エイズ相談・検査	2月21日(木)	13:30～14:30 ※予約制
性感染症検査 (性器クラミジア検査・梅毒検査)		
肝炎ウイルス検査 (B・C型)		
HTLV-1相談 (ヒトT細胞白血病ウイルス-1型相談)・抗体検査		
骨髄バンク登録		
		14:30～15:00 ※予約制

問い合わせ…釜石保健所保健課 ☎25-2710

季節の変わり目や風邪をひいた後に生じやすくなるのが喘息発作です。「喘息は治りますか」と聞かれることがよくあります。完全に治るといえる事は困難ですが、発作を生じないようにコントロールする事は可能です。

喘息は主に何らかの刺激(ダニ、ハウスダスト、花粉、職業的因子など)を受け、気管支などに好酸球という白血球が集まり炎症を起こすのが原因です。従って好酸球を抑えるステロイドホルモン剤の投与が治療の主体となり、症状に応じてその他の補助的な薬を用います。

ただ、このホルモン剤を内服で長期間服用すると、どうしても副作用が出てきます。そこで現在では吸入ステロイド薬が用いられています。局所的な咽喉頭部を除いて副作用からはほぼ解放され、安心して用いることができるようになります。

「いつまで治療を続けるのですか」という質問もよく受けます。喘息は軽微な発作でも気管支が破壊され、その修復過程で気管支は硬くつぶれていきます。それが繰り返されることによって慢性的な気管支喘息に進んでいきます。

30年以上前の日本では、年間1万人弱が喘息で亡くなっていました。吸入ステロイド薬の普及で現在では1000人程度まで減少してきましたが、亡くなる原因は慢性化によるものと考えられています。そのため、治療は発作を起こさないように、慢性化させないように、どうしても長期にわたるのが実情です。

喘息と診断されたとしても諦めずに治療を行っていきましょう。自分の未来のために。



平野内科医院
院長 平野 春人

気管支喘息の治療

各種相談

岩手弁護士会無料法律相談(要予約)

日時 1月23日(水)、2月13日(水)10時～15時
場所 市消費生活センター
定員 先着8人
申し込み 市消費生活センター(☎22-2701)

住宅再建相談会

日時 1月27日(日)10時～12時30分、13時30分～16時
場所 青葉ビル
内容 公的支援制度、住宅融資、住宅再建関係、弁護士相談など
※「住まいの復興給付金」申請相談はありません
問い合わせ 市生活支援室(☎22-1171)

人権相談

日時 2月1日(金)13時～16時
場所 市消費生活センター
対応 人権擁護委員
申し込み 市消費生活センター(☎22-2701)

公証相談(要予約)

日時 2月7日(木)10時～12時
場所 市消費生活センター
定員 先着4人
申し込み 宮古公証役場(☎0193-63-4431)

多重債務弁護士無料相談(要予約)

日時 2月19日(火)10時～15時
場所 市消費生活センター
定員 先着6人
申し込み 市消費生活センター(☎22-2701)

出張年金相談(要予約)

日時 2月14日(水)10時～15時30分
場所 青葉ビル
内容 社会保険相談(事業所含む)、国民年金・厚生年金相談
申し込み 基礎年金番号が分かるものを用意し、宮古年金事務所(☎0193-62-1963)で電話受け付け

今月の納税
【市県民税4期】
【国民健康保険税7期】
納期限=1月31日(木)

休日納税相談

期日 1月27日(日)
時間 9時～15時
場所 市役所税務課
問い合わせ 市税務課(☎27-8417)

夜間納税相談

期日 1月29日(火)、30日(水)、31日(木)
時間 17時15分～19時15分
場所 市役所税務課
問い合わせ 市税務課(☎27-8417)

釜石市の人口と世帯(12月)

男	16,059人 (- 36人)
女	17,783人 (- 28人)
合計	33,842人 (- 64人)
世帯	16,552世帯 (- 30世帯)

※()は前月比

灯油購入費の一部を助成します

該当すると思われる世帯には市から案内文書を送ります。対象などは次のとおりです。なお、社会福祉施設入所世帯、入院世帯は対象外となります。

◆対象

- ①平成31年1月1日現在で釜石市に住民登録をしている次のいずれかに該当する世帯
 - 本年度の市町村民税が非課税の高齢者世帯(満65歳以上の人のみの世帯)
 - 本年度の市町村民税が非課税の障がい者世帯(身体障害者手帳1・2級、精神障害者保健福祉手帳1級、療育手帳交付区分A、特別児童扶養手当1級、要介護4以上に該当する人がいる世帯)
 - 本年度の市町村民税が非課税のひとり親世帯(父母のどちらか一方、または父母に代わる人が18歳以下の子どもを養育している世帯)
- ②平成31年1月1日現在、生活保護を受けている世帯(申請不要)

◆助成額 1世帯当たり5,000円

◆申請期間 1月15日(火)～3月1日(金)

※土・日曜日、祝日を除く

◆申請方法 申請用紙に記入の上、市の窓口へ提出してください。口座振り込みとなりますので、振込先の通帳を持参してください

◆申請場所 市高齢介護福祉課、市地域福祉課、市子ども課(いずれも市保健福祉センター2階)、各地区生活応援センター

◆問い合わせ

- ・高齢者世帯：市高齢介護福祉課(☎22-0178)
- ・障がい者世帯、生活保護世帯：市地域福祉課(☎22-0177)
- ・ひとり親世帯：市子ども課(☎22-5121)

休日当番医・薬局・歯科医(2月)

休日	曜日	当番医・当番薬局	所在地	電話番号
3	日	釜石ファミリークリニック	大渡町	☎31-1616
		おおぞら薬局		☎31-2030
10	日	植田医院	大槌町	☎42-2130
		つくし薬局本店		☎42-8500
11	月	釜石整形外科クリニック	大渡町	☎31-1881
		はまゆり調剤薬局		☎24-3671
17	日	釜石しょうけいクリニック	甲子町	☎27-8571
		アクト調剤薬局		☎27-7001
24	日	堀耳鼻咽喉科眼科医院	只越町	☎22-1005
		只越調剤薬局		☎22-3353
休日	曜日	当番歯科医 ※診療時間9時～12時	所在地	電話番号
3	日	近藤歯科医院	大槌町	☎42-7667
10	日	ささき歯科医院	鶴住居町	☎29-1222
17	日	鈴木歯科医院	中妻町	☎23-5908
24	日	早崎歯科医院	鶴住居町	☎28-2311

