釜石には愛がある KAMAISHI

2021年11月15日号 No.1772

広報 かまいし

俺たちの挑戦 さらなる高みへ

釜石中の男子バスケットボール部が、10月16日、17日に行われた岩手県中学校新人大会で優勝しました。この大会は、県内各地区の予選を勝ち抜いた16チームによるトーナメント戦で争われ、釜石中は、磐井中（一関）、見前中（盛岡）、水沢南中（奥州）、石鳥谷中（花巻）を次々に破り、初の栄冠に輝きました。主将の鈴木琥太郎（こたろう）さんは「決勝の石鳥谷中は、県大会常連の強豪。前半は接戦だったが、持ち味のディフェンスで流れを呼び込み優勝することができた。次の大会もチーム一丸となって、ベストを尽くす」と先を見据えていました。釜石中は、来年1月に東北各県の上位校が集まる大会（秋田県横手市で開催）に出場します。

もくじ

②市勢功労者表彰
③ラグビッグドリーム2021
④コロナワクチン接種関係
⑤飲食店安心認証制度
⑥令和2年度決算
⑨交通安全功労者表彰　他
⑩こどもはぐくみ通信
⑪市民のひろば　他
⑫まなびぃ釜石
⑭まちの話題
⑮鉄の週間イベント
⑯まちのお知らせ
⑱保健だより
⑳音楽イベント

ラグビッグドリーム2021 with 釜石絆の日

日時 11月28日(日) 9時～15時　**会場** 釜石鵜住居復興スタジアム

入場無料

静岡ブルーレヴズ（前ヤマハ発動機ジュビロ）は、震災後、最初に釜石シーウェイブスRFCと試合をした絆のチームです。震災10年を契機に10年後のともだちマッチ前哨戦として、静岡ブルーレヴズラグビースクールと釜石シーウェイブスアカデミーの中学生同士の「絆マッチ」が開催される他、高校15人制合同ラグビーチームの交流マッチが開催されます。グラウンドの外では、ケータリングカーの出店やストリートラグビー体験会、震災復興を感じることができる「震災復興支援働く自動車展」などのイベントを開催します。市民の皆さんもぜひご来場の上、釜石ラグビーのおもてなし空間をお楽しみください。

絆マッチ 12時キックオフ

静岡ブルーレヴズ ラグビースクール 対 **釜石シーウェイブス アカデミー**

ラグビッグドリーム高校15人制交流マッチ 10時10分キックオフ

釜石商工・釜石高校・大船渡東高校合同チーム 対 宮古高校・宮古商工高校合同チーム

釜石シーウェイブスRFCの協力による小学生ラグビークリニック 9時～10時

スペシャルアドバイザー

伊藤剛臣さん（釜石シーウェイブスアンバサダー、ラグビーワールドカップ1999・2003出場）
廣瀬俊朗さん（㈱HiRAKU代表取締役、ラグビーワールドカップ2015出場）
五郎丸歩さん（静岡ブルーレヴズ所属、ラグビーワールドカップ2015出場）
桑井亜乃さん（ARUKAS QUEEN KUMAGAYA所属、2016年リオデジャネイロオリンピック出場）

ラグビーワールドカップ2019日本大会から2023フランス大会へ

～みんなで歌おう　スクラム・ユニゾン～
絆マッチ開催前に日本国歌を、開催後にフランス国歌を会場の皆さんと歌います

うのスタ フードコーナー

ケータリングカーなどの出店

オーストラリア カフェバン

ホストタウン・オーストラリア出店コーナー

ストリートラグビー体験会 10時30分～

誰でも気軽にラグビーのトライ体験が可能です

震災復興支援 働く自動車展

災害時の緊急車両や海上保安庁ヘリコプターの展示飛行

震災復興祈願（絆マッチ終了後） うのスタ餅まき

本イベントのフィナーレを飾る復興祈願イベント（どなたでも参加できます）

※車で来場される人は、スタジアム東側（海側）駐車場およびサブグラウンドの他、付近の公園駐車場へ駐車をお願いします

釜石ラグビー応援団によるYouTubeライブ配信

当日来場できない人はご覧ください

司会進行
佐野よりこ
釜石観光物産親善大使
鵜住居町出身
ラジオパーソナリティ

問い合わせ　市スポーツ推進課 ラグビーのまち推進係　☎27-5712

令和３年度 釜石市市勢功労者表彰

11月1日、市は市内のホテルで本年度の市勢功労者表彰式を開きました。野田市長から、市勢の発展に大きく貢献された2人に特別功労表彰を、6人2団体に自治功労表彰を、1人に篤行表彰を贈りました。

自治功労表彰

加藤　直子さん
環境保護活動に取り組み市民の意識啓発と環境行政の発展に貢献された

阿部　進さん
消防団員として、消防防災の任務に精励し民生の安定に貢献された

山﨑　長榮さん
消防団長として、消防防災の任務に精励し民生の安定に貢献された

特別功労表彰

川原　愛子さん
民生委員・児童委員として、社会福祉の伸展に貢献された

三浦　達夫さん
釜石観光ガイド会員として、交流人口の増加と観光振興に貢献された

濱　淺松さん
消防団員として、消防防災の任務に精励し民生の安定に貢献された

多田　慶三さん
釜石市スポーツ推進委員協議会委員として、市民の健康増進とスポーツ振興に貢献された

工藤　英明さん
歯科医師として、市民の健康増進と地域医療の発展に貢献された

篤行表彰

佐々木貞雄さん
釜石市庁舎建設基金に多額の寄付をされた

読書サポーター颯・2000の会
絵本の読み聞かせ活動を継続して実施し、子どもたちの健全育成に貢献された
※佐野会長が会を代表し受領

甲子柿の里生産組合
甲子柿の生産技術と品質の向上に取組み農業振興に貢献された
※佐々木副組合長が組合を代表し受領

新型コロナワクチン接種のお知らせです

市は、これまで新型コロナワクチンの接種を、国から示されたスケジュールに沿うよう進めてきました。この結果、11月１日現在では、市内対象者の約91％の方に１回目の接種をしていただき、11月中には予約された方の２回目の接種も完了する見込みです。

これに伴い、集団接種会場（イオンタウン釜石）での接種を終了しますので、新型コロナワクチン接種コールセンターにおいても11月30日をもって相談・受付を終了します。改めて新型コロナワクチンの接種を希望される方には、市において、個別に医療機関をご案内して接種していただくこととなります。

また、国からは、新型コロナワクチンの２回目の接種から８カ月以上経過後、希望する方に、追加接種（３回目）を行うことが示されています。現在、市は、釜石医師会および各医療機関と調整し、３回目の接種に向けて準備を進めています。接種時期や予約方法などは、今後の広報かまいしでお知らせします。

これまで、新型コロナワクチンの接種にあたり、ご協力をいただきました釜石医師会をはじめ各医療機関のスタッフの皆さんに深く感謝します。

釜石市新型コロナウイルス感染症対策本部
本部長　釜石市長　　野　田　武　則

コールセンター相談・受付終了日

11月30日㈫

新型コロナワクチンの接種（１回目および２回目）を希望する方

令和４年３月31日までに12歳を迎える方、１回目または２回目の接種が終わっていない方が、ワクチンの接種を希望する場合は、市新型コロナワクチン接種推進室（☎22-4567または☎22-4568）までご相談ください。

新型コロナワクチンの接種後にインフルエンザワクチンを接種する方

インフルエンザ予防接種は、新型コロナワクチンを接種してから、13日以上空けて接種する必要があります。医療機関から、新型コロナワクチンを接種した日を確認するために「新型コロナウイルスワクチン予防接種済証」の提示を求められる場合がありますので、持参するようお願いします。

ワクチン接種　進捗状況（11月１日現在）

区　分	対象者（人）9月末人口	１回目		２回目	
		接種済者数（人）	進捗状況（%）	接種済者数（人）	進捗状況（%）
65歳以上	12,648	11,943	94.4	11,818	93.4
60～64歳	2,103	1,963	93.3	1,938	92.2
50～59歳	4,191	3,838	91.6	3,700	88.3
30～49歳	6,216	5,404	86.9	4,061	65.3
20～29歳	2,382	1,989	83.5	1,095	46.0
12～19歳	1,845	1,644	89.1	1,430	77.5
計	29,385	26,781	91.1	24,042	81.8

相談窓口

●**一般的な相談**：市新型コロナワクチン接種コールセンター　☎019-606-8055※11月30日㈫まで
●**医学的な知見が必要な専門的な相談**：岩手県新型コロナワクチン専門相談コールセンター　☎0120-895-670
※その他、コロナワクチンの接種に関して困りごとがある場合は、お問い合わせください
市健康推進課　新型コロナワクチン接種推進室　☎22-4567　☎22-4568

釜石の飲食店を元気に！

安心認証店で食事を楽しみましょう

「いわて飲食店安心認証」に関する問い合わせ
いわて飲食店安心認証事務局
☎019-613-8009

県は、利用者に安心して飲食できる環境を提供するため、「いわて飲食店安心認証制度」を導入しています。

認証店の取り組みを理解していただき、感染症対策には十分に気をつけながら、飲食店での食事を楽しみましょう。

認証を取得している市内の店舗一覧

お客さんのうまいが聞きたくて

新型コロナウイルスの影響で多くの人が大変な思いをしていますが、私たち飲食店も苦しい状況に耐えながらお店を開けています。

どんな対策をしても100％大丈夫ということはなく、お客さんに安心を与えるのはとても難しいです。それでも市内では、多くのお店が国や県の対策基準をクリアできるように取り組み、見えないウイルスに対して少しでもお客さんに目で見て安心してもらえるように努力しています。

入店時の検温やアルコール消毒、パーテーションの設置や席の間隔の確保、チェックシートへの記入など取り組みはさまざまです。そんな甲斐あってか、最近では食事の合間にお客さんがマスクをつけ直したりして意識が変わってきていることに驚いたりもしています。

飲食店といっても、定食屋や居酒屋、スナックなど幅広いお店がありますが、どのお店でも以前のようにお客さんが料理を満足げに頬張る姿、仕事終わりの一杯をおいしそうに飲んでいる姿が戻ってくれればと思います。コロナ前のような忘年会・新年会とはまだまだいきませんが、感染対策を行い、飲食店一同、心よりご来店をお待ちしております。

一緒に釜石を元気にしましょう！

岩手県飲食業生活衛生同業組合
副理事長　藤井 和幸さん(右)
八重樫 香さん(左)

「いわて飲食店安心認証制度」への申請が済んでいない店舗の皆さんへ

認証を取得することで次のような支援が受けられます。申請が済んでいない店舗は、認証取得についてぜひご検討ください。

- 支援❶　市からの支援金　１店舗あたり10万円
- 支援❷　県からの支援金　１店舗あたり10万円
- 支援❸　県内で使えるプレミアム付き食事券の利用可能店舗として登録可能
- 支援❹　安心認証店スタンプラリーキャンペーン対象店舗として参加可能

安心認証店スタンプラリーキャンペーン実施中

2月14日㈪まで

キャンペーンに参加している認証店のスタンプを3つ集めると、**抽選で150人に「オリジナル県産品ギフト」をプレゼント！**

キャンペーンの詳細や参加店舗など、詳しくは、特設サイトをご確認ください

エール券で釜石を元気に！

使用期限　12月31日㈮

再販売していた「かまいしエール券」は、ご好評につき完売しました。
使用期限までに取扱店で食事やお買い物をして、釜石を応援しましょう。

取扱店一覧

問い合わせ　市商工観光課　☎27-8421

令和2年度 決算のあらまし

問い合わせ
市財政課 財政係　☎27-8416

市民の皆さんが納めた税金、国・県からの交付金、補助金などが、令和2年度はどのように使われたのかお知らせします。
※四捨五入の関係で合計額などが合わない場合があります。

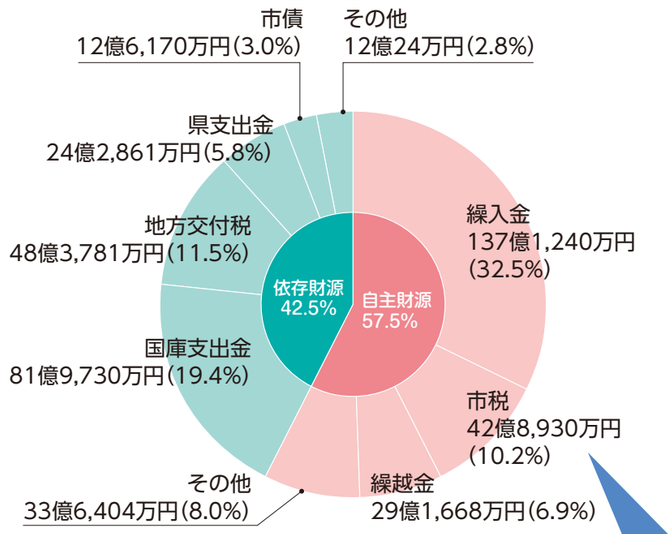
一般会計　復興事業の進捗により歳入・歳出ともに減少

歳入（収入）は422億809万円で、令和元年度から140億5,505万円減少しました。これは、震災復興事業の進捗により、国から交付されるお金が減少したためです。

歳出（支出）は413億534万円で令和元年度から120億4,112万円減少しました。これは、宅地整地事業の完了や被災市街地復興土地区画整理事業の進捗に伴い、減少したものです。

差引額9億275万円は令和3年度に繰り越し、そのうち4億1,139万円が震災関連などの繰越事業に充てる財源になります。

歳入　422億809万円



用語

自主財源…市が独自に収入するお金

依存財源…国や県から交付されるお金。市の借入金も含みます

繰入金…基金から一般会計に移したお金

繰越金…前年度の予算から繰り越されたお金

国庫支出金・県支出金…それぞれ国、県から配分されるお金。使い道が指定されています

地方交付税…国から配分されるお金。使い道を市が決められます

市債…市の借入金

市税　企業の利益減などにより減少

収入済額と徴収率　（前年度比較の▲はマイナス）

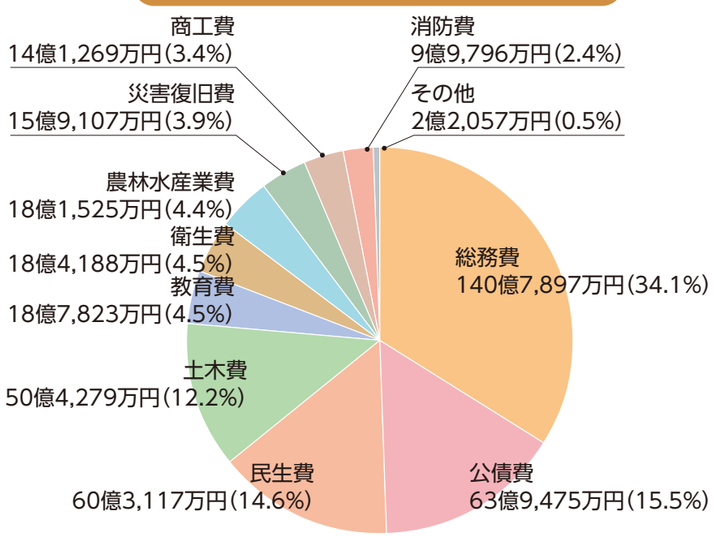
項目	令和２年度		前年度比較	
	収入済額	徴収率	収入済額	徴収率
市税（一般会計）	42億8,930万円	96.6%	▲ ２億4,028万円	▲ 0.8ポイント
市民税	19億4,979万円	97.7%	▲ ３億969万円	▲ 0.7ポイント
固定資産税	19億9,727万円	95.3%	＋ 7,975万円	▲ 0.6ポイント
軽自動車税	9,772万円	96.5%	＋ 411万円	＋ 0.1ポイント
市たばこ税	２億4,452万円	100.0%	▲ 1,445万円	－
都市計画税	－	－	－	－
国民健康保険税	５億874万円	89.8%	＋ 1,474万円	＋ 0.2ポイント

令和２年度の一般会計の市税は、収入済額42億8,930万円（徴収率96.6%）で、令和元年度と比較して２億4,028万円減少しました。また、徴収率は令和元年度から0.8ポイント減少しました。収入済額が減少した主な要因として、主要企業の利益減が大きく影響したことなどが挙げられます。

また、国民健康保険税は、収入済額５億874万円（徴収率89.8%）となり、令和元年度と比較して1,474万円増加し、徴収率は令和元年度から0.2ポイント増加しました。

市は、今後も徴収率向上に取り組み、自主財源である市税の税収確保を図ります。また、滞納防止により市民の皆さんの納税に関する不公平感をなくすよう努めます。

歳出　413億534万円



用語

総務費…他の費目に分類されない事業の費用(人事・企画・財政・戸籍・統計・交通安全など)

公債費…市債（市の借入金）の返済費用

民生費…子ども・高齢者・障がい者福祉や生活保護の費用

衛生費…予防接種や検診、ごみ・し尿処理など、生活環境を整える費用

商工費…商業・工業・観光などの推進費用

令和２年度　主な事業

特別定額給付金給付事業（32億5,749万円）

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策により、家計への支援を行う特別定額給付金を給付しました。

子ども・子育て支援給付事業（９億7,103万円）

認定区分に基づく施設型給付、施設等利用給付や地域型保育給付を行いました。また、幼児教育保育の無償化にあわせて、副食費を無償化するための給付をしました。

公共土木施設災害復旧事業（元年豪雨災）（８億3,342万円）

令和元年10月の台風第19号によって被害を受けた道路・河川の復旧工事をしました。

被災市街地復興土地区画整理事業（５億9,843万円）

都市基盤の整備と街区の再編を行い、道路のかさ上げや公園、水門などの整備に必要な調査や造成工事などを行いました。
【片岸地区、鵜住居地区、嬉石松原地区、平田地区】

新型コロナウイルス感染症経済対策事業（2億8,648万円）

新型コロナウイルス感染症により深刻な影響を受けた市内事業者の事業継続を下支えするための各種支援策や、市内消費を促す環境整備をしました。

新庁舎周辺道路整備事業（１億2,003万円）

新市庁舎建設事業に伴い、安全な交通環境を確保するため、建設予定地周辺の道路整備をしました。

特別会計の決算状況　一般会計とは区別し、それぞれ特定の事業を行います

会計名	国民健康保険事業	後期高齢者医療事業	介護保険事業		魚市場事業
			保険事業勘定	サービス事業勘定	
収入	41億9,405万円	4億6,057万円	42億8,858万円	2,796万円	1,287万円
支出	41億7,769万円	4億6,035万円	42億8,022万円	2,796万円	1,277万円

企業会計の決算状況　一般会計とは区別し、独立採算により特定の事業を行います

水道事業

未普及地区への配管布設と、老朽施設の更新をしました。

収益的収支	収入	7億3,786万円
	支出	6億850万円
資本的収支	収入	2億7,672万円
	支出	5億4,445万円

公共下水道事業

栗林地区農業集落排水事業の統合に向け、鵜住居町田郷地区の管路を整備しました。また、甲子町大畑地区、上平田地区、八雲町で未普及解消のために管路を整備しました。

収益的収支	収入	12億3,888万円
	支出	12億7,349万円
資本的収支	収入	10億6,754万円
	支出	14億4,853万円

漁業集落排水事業

水洗化率の向上、施設の適切な維持管理によるライフサイクルコストの低減など、収入の確保・費用の低減に取り組み、安定的・効率的な経営に努めました。

収益的収支	収入	4,946万円
	支出	4,997万円
資本的収支	収入	1,542万円
	支出	1,703万円

農業集落排水事業

公共下水道との統合に向けて、公共下水道と接続するための汚水管布設工事および排水施設改修工事をしました。

収益的収支	収入	5,430万円
	支出	5,441万円
資本的収支	収入	1億864万円
	支出	1億2,924万円

※資本的収支の不足額は、損益勘定留保資金などで補てんしました

財政健全化判断指標　全ての指標で健全

地方公共団体は「地方公共団体の財政の健全化に関する法律（以下、健全化法）」により、財政状況を判断する基準となる４つの健全化判断比率の公表、公営企業の経営状況を示す資金不足比率の公表、比率に応じた健全化計画などの策定が義務付けられています。

市の令和２年度決算に基づく各比率の算定結果は次のとおりです。

健全化判断比率の算定結果

項目	当市の比率	早期健全化基準（当市の場合）	財政再生基準
実質赤字比率	－％	13.25%	20.00%
連結実質赤字比率	－％	18.25%	30.00%
実質公債費比率	15.8%	25.0%	35.0%
将来負担比率	－％	350.0%	

市の健全化判断比率は、早期健全化基準と財政再生基準を下回っており、健全化法に基づく財政健全化計画と財政再生計画の策定は不要となっています。実質赤字額、連結実質赤字比率、将来負担比率がない場合は「－」で表示しています。

用語説明

実質赤字比率 …… 一般会計などを対象とした実質赤字の標準財政規模に対する比率
連結実質赤字比率 … 全会計を対象とした実質赤字（または資金の不足額）の標準財政規模に対する比率
実質公債費比率 …… 一般会計などが負担する元利償還金および準元利償還金の標準財政規模に対する比率
将来負担比率 …… 一般会計などが将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模に対する比率
早期健全化基準 …… 自主的な改善努力による財政健全化が必要と判断される基準値
財政再生基準 …… 国などの関与による確実な再生が必要と判断される基準値

◎釜石市の健全化判断比率は、全ての指標で早期健全化基準を下回り健全な状態です。

公営企業資金不足比率の算定結果

	水道事業会計	公共下水道事業会計	漁業集落排水事業会計	農業集落排水事業会計	魚市場事業特別会計	経営健全化基準
資金不足比率	－％	－％	－％	－％	－％	20.0%

公営企業会計の資金不足は発生しておらず、経営健全化計画の策定は不要となっています。資金不足比率が算定されない場合は「－」で表示しています。

用語説明

資金不足比率 …… 資金の不足額の事業規模に対する比率
経営健全化基準 … 早期健全化段階とみなされる基準値

◎釜石市の資金不足比率は、すべての会計で資金不足が発生しておらず健全な状態です。

令和3年度　交通安全功労者等表彰式

長年の交通安全活動や、交通安全教室への取り組みを称え、３人と５団体へ、釜石市交通安全対策協議会から表彰状が贈られました。受賞者は次の通りです。

●交通安全功労者 表彰
村上幸三郎さん
堀川正さん

●交通安全模範校 表彰
釜石市立平田小学校
釜石市立釜石中学校
釜石市立鵜住居幼稚園
社会福祉法人愛泉会かまいしこども園

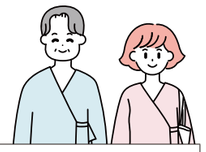
●交通安全模範事業所 表彰
岩手雪運株式会社釜石営業所

●優良運転者 表彰
宍戸洋一さん

人間ドックの受診費用を助成します

国民健康保険および後期高齢者医療制度の加入者が人間ドックを受けた場合、費用の一部を助成しています。

対象となる受診機関や、補助金額に制限がありますので、事前にお問い合わせの上、補助金交付申請を行ってください。



対　象	◆市の国民健康保険の被保険者 ・令和４年３月31日現在の年齢が40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の人 ・前年度までの国民健康保険税の滞納がない人 ◆後期高齢者医療制度の被保険者（75歳以上の人と、一定の障がいがあり申請により認定を受けた65歳以上75歳未満の人） ・本年度の健康診査を未受診 ・申請時に後期高齢者医療保険料に滞納がない人
補助金額	20,000円以内（年度内１人１回）
申し込み	受診機関で予約後に、必ず受診日の前日までに窓口でお申し込みください ※保険証と印鑑をお持ちください
そ の 他	国民健康保険の被保険者で、特定健康診査対象者のうち、本年度の特定健康診査を受けていない人も助成を受けられる場合があります。詳しくはお問い合わせください

申し込み・問い合わせ　国民健康保険の人……市市民課 国保年金係　☎27-8450、内線222
後期高齢者医療制度の人……市市民課 医療給付係　☎27-8450、内線229

令和3年度「高齢者現況調査（訪問調査）」にご協力ください

市は、郵送による「高齢者現況調査」を８月上旬から実施しました。この調査に回答していない人を対象に11月中旬から訪問調査を実施していますので、ご協力をお願いします。

対　象　令和３年４月１日現在、75歳以上で市内に住所を有する人（要介護・要支援の人、既に調査に回答した人は除きます）

調査期間　11月中旬～令和４年３月31日

調 査 員　在宅介護支援センター（居宅介護支援事業所）の職員
※調査員は、市が発行した身分証明書を携行しています

調査内容　身体の状況、困りごと、緊急連絡先など

問い合わせ　市地域包括支援センター　☎22-2620

問い合わせ
市子ども課
☎22-5121

「釜石市子育て応援企業認定制度」って？

市は、仕事と子育ての両立支援や男女が共に働きやすい環境の整備など、仕事と生活の調和推進に取り組んでいる企業を「釜石市子育て応援企業」として認定しています。この認定制度を通じて、子育て環境を地域全体で応援する基盤づくりを目指しています。

現在、市内の５社が「子育て応援企業」として認定を受けています。認定を受けるためには「子育て応援に関する理念・方針」があり、認定基準10項目のうち、一つでも基準を満たしていることが必要です。

申請は、随時受け付けていますので、市子ども課にお問い合わせください。

詳細や申請書などは、市のホームページをご覧ください。

市のホームページ

申請できる企業

市内に本社または事業所があり、事業活動を行う法人（国および地方公共団体は除く）

認定基準項目（抜粋）

◆次のいずれかの項目が育児・介護休業法の規定を上回っていること
育児・介護休業、子の看護・介護休暇、育児・家族介護を行う労働者の所定外労働・時間外労働・深夜業の制限・勤務時間の短縮など
◆妊娠、出産、育児または介護を理由とした**退職者への再雇用**の措置
◆育児休業または介護休業期間中の人に対し、**職場復帰支援**などの措置
◆**年次有給休暇の取得促進**および**所定外労働の削減**に向けた措置
◆**事業所内への託児施設**の設置
◆その他、市長が特に優良と認める**仕事と生活の調和推進に関する取り組み**を行っていること

釜石市子育て応援企業を紹介します 1

認定第１号　社会福祉法人 清風会（平成27年３月25日認定）

◆取組内容

①子の看護休暇を時間単位で付与
②子の学校行事に参加する職員に年間３日の特別休暇（有給）を付与
③男性の育児休暇取得を奨励

特別養護老人ホーム あいぜんの里

◆企業から一言

令和３年度は男性職員１人が１カ月の育児休暇を取得しました。

関係法令の規定を上回る制度を設け、子育て支援を行っている他、職員のライフサイクルに応じたさまざまな支援制度を導入することで、家庭と仕事の両立が図れるよう日々取り組んでいます。

釜石市子育て応援企業の認定を受けたことで、子育て支援をはじめとした家庭と仕事の両立のための取り組みに職場全体の理解が深まり、育児休暇取得の促進にもつながっています。

すこやかアイドル

伊藤志鶴くん（２歳）
元気いっぱい、大きくなってね!!

前川優望ちゃん（２歳）
大きくなってね！

齊藤瑠美奈ちゃん（２歳）
元気に育ってね！

大久保陽菜ちゃん（２歳）
いつも元気に過ごしてね！

三浦優月ちゃん（２歳）
元気に育ってね。

岩城未来くん（２歳）
これからも元気に大きくなってね！

※「すこやかアイドル」では、お子さんの笑顔とご家族のメッセージを紹介します。
１～５歳くらいのお子さんの写真を広報に掲載しませんか？
市広聴広報課（☎27-8419）までぜひご連絡ください

市営住宅などの入居者を募集します

■受付期間
11月16日㈫～30日㈫９時～17時（土・日曜日、祝日を除く）

■申込方法
入居要件の確認が必要ですので、まずはお問い合わせください。入居要件を満たす場合は、東日本大震災で被災していなくても復興住宅に入居できるようになりました。ただし、震災で住宅を失った世帯などが優先されます。

■入居指定日
１月１日（土・祝）
※この日に入居しない場合でも、家賃はこの日から発生します。

■その他
申し込み多数の場合は、抽選となります。

入居者を募集する市営住宅など

住宅名	募集戸数
上中島復興１号棟	2LDK ： 2戸
上中島復興２号棟	1LDK ： 1戸
	2LDK ： 1戸
上中島復興５号棟	1LDK ： 1戸
大渡復興	1LDK ： 1戸
大町復興２号棟	1LDK ： 1戸
大町復興５号棟	1LDK ： 1戸
只越復興５号棟	1LDK ： 1戸
天神復興	2LDK ： 1戸
日向復興	3DK ： 2戸
野田市営	3K ： 1戸
大町市営	3DK ： 1戸
ニュータウン	3K ： 1戸

問い合わせ　岩手県建築住宅センター沿岸支所
大町１-４-７　大町復興住宅４号棟１階　☎55-5742

11月30日は年金の日

自分の年金見込額はご存知ですか？

ねんきんネットでは、パソコンやスマートフォンからいつでも自分の年金記録を確認できる他、次のような機能が利用できます。
- 将来の年金見込額の試算
- 電子版「ねんきん定期便」の閲覧
- 受給に関する各種通知書の確認

など

利用方法

次のいずれかからログインできます。
●マイナポータル
●日本年金機構のホームページ
詳しくは、こちらをご覧ください

ねんきんネット

問い合わせ
宮古年金事務所　☎0193-62-1963

生涯学習情報誌

まなびい 釜石

令和３年11月15日号

学びと実践が循環する生涯学習社会をめざして

No.98

デザイン：石ノ森章太郎
生涯学習のマスコット"マナビィ"

発行：市まちづくり課 生涯学習係　☎27-8454

集い 学び つながる　公民館ひろば

市内の公民館で開催している、各地区ならではの生涯学習講座やイベントの一部を紹介します。
気軽にご参加ください。

釜石公民館　☎22-0180

本年度から、釜石小学校放課後子ども教室（ばしょまえ交流館）の参加児童と一緒に、公民館前の畑を「ばしょまえ農園」と称して農業体験を行っています。

【今後の予定事業】
- **おらほの民話**：漁火の会の皆さんによるおらほ弁で語る昔話（11月17日㈬）
- **年末ゴミ拾いウォーキング**：釜石地区センター会議と共催（12月11日㈯）
- **水辺の鳥観察会**：釜石野鳥の会会長の臼澤良一さんを講師に招き開催（令和４年１月中旬）

おらほの民話

ゴミ拾いウォーキング

平田公民館　☎26-7655

ちりめん生地で作品を作る手芸教室を７月から３回コースで行いました。また、８月２日には三陸鉄道を利用して、鵜住居町のいのちをつなぐ未来館の見学ツアーを行いました。

【今後の予定事業】
- **あったかサロン**：カーリンコン、卓球、スカットボールなど身体を使ったスポーツ教室（毎月２回程度）
- **HEITAシアター、フラワーアレンジメントの開催**（毎月１回程度）

ちりめん手芸教室

三鉄見学ツアー

中妻公民館　☎23-5541

10月に入って他公民館と連携した「スポーツ交流大会」、釜石再発見の「バスツアー」、「かるっと音楽楽しも会」、「かるっとウォーキング楽しも会」や「作品展」を開催しました。

【今後の予定事業】
- **手芸教室**：ちりめんの吊るし飾り作り（毎月１回）
- **スマイル健康サロン**：生活応援センター保健師による健康に関する相談会（毎月１回）
- **干し柿づくり体験会**：他の公民館と合同開催（11月17日㈬）

スポーツ交流大会

作品展

甲子公民館　☎23-5524

「心と身体を動かしましょう」をテーマに、脳トレや身体を使ったゲーム教室の他、健康講話とレクリエーションを併せて開催しました。

【今後の予定事業】
- **ゆう遊講座**：ニュースポーツ体験（令和４年１月19日㈬）、健康づくり・趣味・生活・歴史文化など各種講座（毎月1回）
- **かっし健康講座**：ウォーキング講座（11月19日㈮）、高齢者卓球教室（毎週金曜）、いきいき健康教室（毎月第1・3火曜）、ゆったり・まったり運動、ストレッチ教室（毎月）、健康講話とレク　（令和４年1・3月第２木曜）

ゆう遊講座

かっし健康講座

小佐野公民館　☎23-5037

市民講座「はまゆり健康づくり教室」などの他、「施設を利用した四季の催事事業」として、鯉のぼりや七夕飾りなど、会館の装飾を行いました。

【今後の予定事業】
- **はまゆり健康づくり教室**：市体育協会の佐藤千依さんを講師として開催（毎月１、２回）
- **子ども将棋教室「めざせ！竜王」**：冬・春休み、各３～４日間、自主活動グループ「正棋会」の皆さんの協力により開催

はまゆり健康づくり教室

七夕飾り

鵜住居公民館　☎28-2470

本年度から新しく「あつまれ！鵜住居の杜」を開催し、住民の『やってみたい』『知りたい』の声から、スライドカーリングなどの体育系の他、ちぎり絵体験、編み物講座などを行いました。

【今後の予定事業】
- **あつまれ！鵜住居の杜**：地域の交流、閉じこもり予防、健康と学びの機会として、11月は口腔関係を中心の健康講話（毎月内容が変わります・毎月第４木曜）
- **わんぱく子ども教室**：三陸ひとつなぎ自然学校のスタッフを講師として、小学生を対象に、異なる学年同士の交流や学びあいができる教室を開催（冬休み期間中に開催予定）

あつまれ!鵜住居の杜

わんぱく子ども教室

栗橋公民館　☎57-2111

地域住民の交流を目的にニュースポーツのボッチャで体を動かしたり、手話講座で簡単なコミュニケーションを学んだりしました。

【今後の予定事業】
- **図書館ライブラリービデオ鑑賞会**：綾小路きみまろライブビデオ鑑賞（令和４年１月中旬）
- **みんなの輪交流会**：ニュースポーツなどのレクリエーションを通して地域住民の交流を図ります（令和４年２月上旬）

手話講座

みんなの輪交流会

唐丹公民館　☎55-2111

農園サロンや、米作り、ラベンダー見学会、ホタル観察会、座禅会、屋形遺跡の見学会、ものづくりサロン（苔玉など）などを地域の皆さんと開催しました。

【今後の予定事業】
- **唐丹町民スカットボール大会**：個人戦や地区対抗戦によるスポーツ大会（11月27日㈯※予定）
- **生き生き学級**：公民館で育てた稲からとったわらでつくる「しめ縄づくり」（12月中旬）、お年寄りや子ども達が集まり一緒につくる「みずき団子づくり」（令和４年１月上旬）

農園サロン

ラベンダー見学会

かまいしの生涯学習　ちょこっと コラム No.8

生涯学習の場　～公民館の役割～

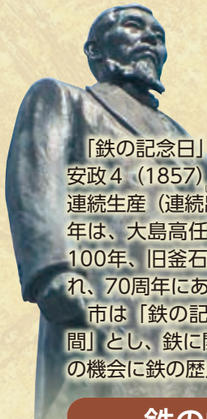
現在、全国の公民館数（公民館類似施設含む）は約1万4,000館（平成30年度社会教育調査より）あり、市内には各地区に8つの公民館と6つの公民館分館があります。

公民館では、定期講座の開催、生活文化の振興、健康増進のためのスポーツ教室などを企画し、地域住民の学習ニーズや地域の実情に応じた多様な学習機会の提供が行われています。公民館は地域住民にとって最も身近な生涯学習の拠点であり、地域住民の交流の場としても重要な役割を果たしています。

毎月各公民館が発行する「公民館だより」も併せてご覧いただき、興味を持った講座やイベントがあれば、新たな学習機会の場として、気軽にご利用ください。

各公民館をご利用の際は、新型コロナウイルス感染症対策として、マスクの着用、手指消毒、間隔を空けるなどのご協力をお願いします。

12月１日は鉄の記念日



「鉄の記念日」は、大島高任が大橋で洋式高炉を建設し、安政４（1857）年12月１日に日本初の鉄鉱石を用いた鉄の連続生産（連続出銑）に成功したことに由来しています。本年は、大島高任・田中長兵衛没後120年、横山久太郎没後100年、旧釜石鉱山事務所（国登録有形文化財）が建設され、70周年にあたります。

市は「鉄の記念日」を中心とした前後１週間を「鉄の週間」とし、鉄に関わるさまざまなイベントを開催します。この機会に鉄の歴史に触れてみませんか。

鉄の学習発表会（録画公開）

●**日時**　12月４日㈯　10時～12時
●**場所**　チームスマイル・釜石PIT
●**発表校**　釜石東中１年生、双葉小４年生、釜石小５年生
●**定員**　40人（事前申込制）
●**申込期限**　11月29日㈪
申し込み・問い合わせ　市世界遺産課　☎22-8846
✉hashino@city.kamaishi.iwate.jp

世界遺産「明治日本の産業革命遺産」ガイド研修会

●**日時**　11月30日㈫　10時～15時30分
●**場所**　チームスマイル・釜石PIT
●**内容**　産業遺産情報センターの紹介、インターン学生によるガイド実演講習、釜石市の事例発表
講演　加藤康子さん（産業遺産情報センター長）など
●**定員**　40人（事前申込制）
●**申込期限**　11月24日㈬
申し込み・問い合わせ　市世界遺産課　☎22-8846
✉hashino@city.kamaishi.iwate.jp

鉄の歴史館企画展

「釜石から八幡へ」
●**期間**　11月24日㈬～令和４年１月10日（月・祝）
９時～17時（最終入館16時）※毎週火曜日・12月29日～１月３日休館
●**内容**　釜石での近代製鉄発祥から八幡での銑鋼一貫製鉄の確立までを資料とパネルで紹介
●**入館料**　小中学生150円、高校生300円、一般500円※12月１日㈬は無料公開

名誉館長講演会「必要とされた釜石の製鉄技術」
●**日時**　11月27日㈯　10時～12時
●**講師**　鉄の歴史館名誉館長
小野寺英輝さん（岩手大学理工学部准教授）
●**定員**　25人
講演会のため10時～12時はシアターを上映しません。
※午前中は入館無料

県指定文化財『紙本両鉄鉱山御山内並高炉之図』の公開
幕末の釜石での高炉操業をリアルに描いた絵巻です。
●**公開期間**　12月５日㈰・６日㈪　9時～17時
●**場所**　鉄の歴史館　１階展示室
●**入館料**　小中学生150円、高校生300円、一般500円
問い合わせ　鉄の歴史館　☎24-2211

休館情報　橋野鉄鉱山インフォメーションセンターと旧釜石鉱山事務所は12月9日㈭～令和4年3月31日㈭まで冬期休館します

旧釜石鉱山事務所企画展

旧釜石鉱山事務所建設70周年記念『鉱山事務所の70年』
●**期間**　11月20日㈯～12月６日㈪　９時30分～16時30分（最終入館16時）※毎週火・水曜日休館
●**内容**　旧釜石鉱山事務所の関連資料や解説パネルを展示
●**入館料**　小中学生100円、一般300円※12月１日㈬は無料公開
申し込み・問い合わせ　旧釜石鉱山事務所（☎55-5521）

郷土資料館企画展『古銭（おかね）のはなし』

●**期間**　11月24日㈬～12月26日㈰※毎週火曜日休館
●**場所**　釜石市郷土資料館 企画展示室
●**内容**　鉄銭をはじめ、釜石にまつわる古銭関連資料を展示
●**入館料**　大人200円※高校生以下、障害者手帳をお持ちの人は無料
●**開館時間**　９時30分～16時30分（最終入館16時）
問い合わせ　釜石市郷土資料館　☎22-2046

図書館企画

市民教養講座「鉄の町かまいし歴史講座」
●**日時**　12月５日㈰13時30分～14時30分
●**場所**　図書館　２階視聴覚室
●**定員**　20人（事前申込制）
●**内容**　「釜石港を測る－日本人の手による初の海図陸中国釜石港之図について－」
●**講師**　市世界遺産課　森　一欽さん

「鉄の記念日図書展」
●**期間**　12月１日㈬～12月14日㈫※毎週月曜日休館
●**場所**　図書館　１階閉架書庫前
●**内容**　釜石の鉄と港の歴史に関する図書とパネルを展示
申し込み・問い合わせ　図書館　☎25-2233

第14回鉄の検定

●**日時**　12月１日㈬18時～
●**場所**　シープラザ釜石　２階会議室
●**内容**　釜石の鉄の歴史に関する問題を出題
申し込み　11月26日㈮までに市文化振興課　☎27-5714へ

鉄のパネル展

●**期間**　11月27日㈯～12月5日㈰※11月30日㈫は休館
●**場所**　シープラザ釜石　１階イベントスペース
●**内容**　世界遺産『明治日本の産業革命遺産』・横山久太郎に関するパネル
問い合わせ　市世界遺産課　☎22-8846

橋野高炉跡発掘調査速報展

●**期間**　12月７日㈫まで
●**場所**　橋野鉄鉱山インフォメーションセンター展示室
●**内容**　令和３年度発掘調査（御日払所）出土資料の展示
問い合わせ　市世界遺産課　☎22-8846

まちの話題 TOPICS

中妻地区津波避難訓練

10月14日［中妻町］

内閣府の発表した「日本海溝沿いの最大クラスの津波による浸水想定」では、津波災害で防潮堤が破壊された場合、中妻地区の一部が浸水すると想定されています。この結果を受け、中妻地区地域会議が主催し、地域での津波避難訓練を実施しました。

この日は、マグニチュード9.1の地震により大津波警報が発表され、15分後に津波が到達することを想定。参加者は防災無線のアナウンスにより
・その時いる場所で大きな地震が発生した場合の「身を守る行動」をとる
・近くの津波災害緊急避難場所や高台など、安全な場所へ避難する
・避難開始までの手順や緊急持ち出し物品などを確認する
の３点を訓練し、いつ起こるかわからない災害に対して備えることの重要性を再確認しました。

当日は地域住民や介護事業所、保育園、小中学生など約700人が参加。うち約600人が八雲神社境内へ避難しました

橋野鉄鉱山稼働時代の森づくり育樹祭

10月23日［橋野鉄鉱山周辺］

橋野鉄鉱山が稼働していた時代の森林を復元することを目指し、環境整備が行われました。５回目の開催となる今回は、釜石地方森林組合など森林業務の従事者や地域の住民ら35人が参加し、枝打ちや除伐を行いました。三陸中部森林管理署の菊地孝和さんは「当時の森林に戻すのは大変時間がかかること。育樹祭が継続できるよう関係機関に引き続きご協力いただきたい」と話し、今後も豊かな森林づくりを目指すことを確認しました。

森林は、当時の鉄づくりに不可欠な木炭の供給源でした

練習の成果を存分に発揮する園児たち。来年は小学生です

魚河岸テラスハロウィーンイベント

10月27日［魚河岸テラス］

釜石こども園の年長23人がハロウィーンのダンスを披露しました。この日のために踊りの練習や一人ひとりの自作のコスチュームの作成などに取り組んできたという園児たち。施設のテナントの人や地域の人に見守られ、元気いっぱいにおばけに扮した踊りを披露しました。踊り終わった後、待ちに待ったお菓子を受け取った園児らは「上手に踊れて楽しかった。お菓子をもらえてうれしい」と笑みを浮かべました。

ありがとうございます

遠野緑峰高校の皆さん　10月18日

シクラメンの花を頂きました

柳家細川流舞踊の皆さん　９月29日

寄付金を頂きました

まちのお知らせ Information

ナショナル FF式石油暖房機リコールのお知らせ

一酸化炭素（無臭）が室内に漏れ出し、死亡事故に至る恐れがあるため、1985（昭和60）年から1992（平成4）年製のナショナル「FF式石油暖房機」（25機種）がリコール対象製品となっています。

リコール対象製品には、屋外に給排気筒または煙突があります。

心当たりがある人は直ちに使用を中止し、ご連絡をお願いします。

※リコール対象製品の品番は、パナソニックのホームページでご確認ください

連絡先・問い合わせ
パナソニック㈱（旧社名　松下電器産業㈱）FF市場対策本部　フリーダイヤル☎0120-872-773、FAX0120-870-779　受付時間：9時～17時

「令和4年度福祉のまちづくり支援事業」の募集

岩手県共同募金会は、地域の福祉向上を目的に活動する県内のボランティア・NPO団体、自治会などの事業を支援します。

申請期限　12月15日㈬
助成対象　地域の福祉活動に直接使用する機器・用具、備品の購入経費
助成額　1万円～20万円
申し込み　申請書を釜石市社会福祉協議会に提出してください※実施要領と申請書は、岩手県共同募金会のホームページからダウンロードできます
問い合わせ　岩手県共同募金会（☎019-637-8889）

移動図書館「しおかぜ」12月巡回日程

※交通事情により多少のずれが生じることがあります

2日㈭	
県営両石アパート	9:00～ 9:30
かまいしワーク･ステーション	9:50～ 10:20
鵜住居保育園	10:35～ 11:05
五葉寮	11:30～ 12:00
澤口製パン前	13:15～ 13:45
鵜住居公民館前	14:00～ 14:30
3日㈮	
唐丹公民館前	10:30～ 11:00
栗林町仮設団地跡	13:00～ 13:30
砂子畑集会所前	13:40～ 14:10
7日㈫	
平田災害公営住宅前	9:00～ 9:30
平田地区生活応援センター	9:40～ 10:10
平田こども園	10:30～ 11:00
県水産技術センター	12:00～ 12:30
松原公園付近	14:30～ 15:00
8日㈬	
浜町 篠原浩さん宅前	9:15～ 9:45
源太沢公園前	10:00～ 10:30
昭和園クラブハウス	10:45～ 11:15
働く婦人の家	11:30～ 12:00
中小川 カサ･デ･ファミリア	13:20～ 13:50
9日㈭	
唄貝 チビッコ広場前	10:20～ 10:50
洞泉市営住宅前	11:00～ 11:30
洞関地区コミュニティ消防センター前	11:40～ 12:10
仙人の里	14:00～ 14:30
11日㈯	
青葉ビル	9:00～ 9:30
市役所車庫前駐車場	9:50～ 10:20
大只越市営住宅付近	10:30～ 10:50
釜石情報交流センター駐車場	11:00～ 11:30
県営上平田アパート4号棟前	13:00～ 13:30
上平田 教職員アパート付近	13:45～ 14:15
14日㈫	
かまいしこども園	9:20～ 9:50
只越復興住宅1号棟前	10:00～ 10:30
釜石小学校	13:00～ 13:30
16日㈭	
双葉学童育成クラブ	15:00～ 15:30
17日㈮	
鵜住居幼稚園	9:30～ 10:00
鵜住居小学校	10:00～ 10:30
鵜住居町 日向アパート前	10:40～ 11:10
栗林小学校前	12:50～ 13:40
21日㈫	
栗橋地区生活応援センター	10:00～ 10:30
上栗林地区集会所前	10:45～ 11:15
釜石地区合同庁舎	12:00～ 12:30
中妻地区生活応援センター	13:40～ 14:10
22日㈬	
平田駅前	9:30～ 9:50
あいぜんの里	10:00～ 10:30
デイサービスセンター善	10:40～ 11:10
上平田ニュータウン集会所前	11:20～ 11:50
岩手大学 釜石キャンパス	13:00～ 13:30
そんぽの家　GH釜石平田	14:00～ 14:20
鈴子町 ステーションホテル駐車場	14:30～ 15:00
24日㈮	
大畑団地集会所前	9:50～ 10:15
甲子林業センター駐車場	10:30～ 11:00
甲子地区生活応援センター	11:15～ 11:45

12月の休館日　6日、13日、20日、27日、29日、30日、31日

問い合わせ　図書館（☎25-2233）

高齢者・障がい者なんでも110番を開催します

岩手弁護士会は、高齢者・障がい者を対象とした相談会を開催します。

日時　11月24日㈬13時～17時
内容　法律や介護、福祉サービス、年金などの相談に、電話や面接で応じます。
相談方法　面接相談（岩手県福祉総合相談センター3階、盛岡市本町通3-19-1）、電話相談（☎019-625-0110）
問い合わせ　東海林（しょうじ）法律事務所（☎019-623-9511）

不登校・ひきこもり学習会

日時　11月28日㈰13時～
会場　釜石教育会館（大渡町1-5-21）
講師　阿部直樹さん（そらをみた会代表、家族相談士）
テーマ　「SOSの受け止め方と対応について」
参加費　1,000円
定員　先着15人（事前申込制）
申し込み・問い合わせ　虹の会（釜石地区父母会）☎090-6251-4311

各種相談

岩手弁護士会無料法律相談（要予約）

日時　11月24日㈬、12月8日㈬10時～15時
場所　市消費生活センター
定員　予約先着8人
申し込み　市消費生活センター（☎22-2701）

公証相談（要予約）

日時　12月2日㈭10時～12時
場所　市消費生活センター
対応　公証人
定員　予約先着4人
申し込み　宮古公証役場（☎0193-63-4431）
※前日までに予約がない場合は中止します

人権相談

日時　12月3日㈮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）

交通事故相談（要予約）

日時　12月14日㈫13時～15時
場所　市消費生活センター
対応　県交通事故相談員
定員　予約先着3人
申し込み　市消費生活センター（☎22-2701）
※前日までに予約がない場合は中止します

出張年金相談（要予約）

日時　12月16日㈭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

多重債務弁護士無料相談（要予約）

日時　12月21日㈫10時～15時
場所　市消費生活センター
定員　予約先着6人
申し込み　市消費生活センター（☎22-2701）

夜間納税相談

期日　11月29日㈪、30日㈫
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）

休日納税相談

日時　11月28日㈰9時～15時
場所　市役所税務課
問い合わせ　市税務課（☎27-8417）

今月の納税　【国民健康保険税5期】納期限＝11月30日㈫

釜石市の人口と世帯（10月）

男	15,006人（－ 31人）
女	16,529人（－ 33人）
合計	31,535人（－ 64人）
世帯	15,971世帯（－20世帯）

※（ ）は前月比

「土砂災害防止法基礎調査」を実施します

基礎調査とは、土砂災害防止法に基づき「土石流」「急傾斜地の崩壊」「地すべり」によって起こる土砂災害の恐れのある区域の地形、地質、土地利用状況などを現地調査するものです。

調査に当たり、調査員が土地に立ち入る場合がありますのでご理解、ご協力をお願いします。

※調査員は岩手県発行の身分証明書を携帯しています

調査期間　令和4年3月まで
問い合わせ　沿岸広域振興局 土木部 復興まちづくり課（☎27-5574 FAX21-1106）

マイナンバーカード休日窓口を開設します

日時　11月28日㈰10時～12時
場所　市役所市民課
※戸籍関係の届け出は宿日直が対応します
問い合わせ　市市民課（☎27-8450）

第28回釜石市ふれあい福祉まつり ～スクラム組んで思いやりの心を育もう～

毎年12月3日から9日は「障がい者週間」です。

日時　11月27日㈯10時～14時
会場　釜石市民ホールTETTO
内容　福祉事業所・団体による「まごころ物販会」、絵画や手芸品などの作品展示会、ボランティア・福祉活動PRパネル
問い合わせ　釜石市社会福祉協議会（☎22-2310）

図書館クリスマス会＆図書展を開催します

「図書館クリスマス会」
日時　12月11日㈯10時30分～12時
場所　図書館　2階視聴覚室
内容　DVD上映、ハンドベル演奏、絵本の読み聞かせなど
定員　先着30人（事前申し込み制）
「クリスマス図書展」
期間　12月10日㈮～25日㈯
場所　図書館 1階展示ホール
申し込み・問い合わせ　図書館（☎25-2233）

11月は「児童虐待防止推進月間」です

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。

虐待を受けたと思われる子どもがいる、子育てに悩んでいる保護者がいる、そのようなときは児童相談所や市の窓口にご連絡ください。

令和3年度児童虐待防止推進月間標語

189（いちはやく）「だれか」じゃなくて「あなた」から

【全国共通】児童相談所虐待対応ダイヤル　☎189
（お住まいの地域の児童相談所につながります）
市子ども課　☎22-5121

休日当番医・薬局・歯科医（12月）

休日	曜日	当番医・当番薬局	所在地	電話番号
5	日	植田医院	大槌町	☎42-2130
		つくし薬局本店		☎42-8500
12	日	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
19	日	かまいしベイ眼科クリニック	港町	☎27-7311
		おおぞら薬局	大渡町	☎31-2030
26	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
31	金	藤井クリニック	只越町	☎27-8857
		ツルハドラッグ釜石店		☎31-2268

休日	曜日	当番歯科医※診療時間9時～12時	所在地	電話番号
5	日	三浦歯科クリニック	大字平田	☎55-6480
12	日	やえがし歯科医院	大字平田	☎36-1182
19	日	山崎歯科クリニック	中妻町	☎23-1111
26	日	工藤歯科クリニック	大町	☎22-6480

インフルエンザ予防接種を受けましょう

保健案内板

今年度のインフルエンザ予防接種の費用助成期間や協力医療機関などについて、広報かまいし９月15日号でお知らせしていましたが、次のとおり変更がありましたのでお知らせします。

広報かまいし9.15号

●接種助成期間を、12月28日㈫まで延長しました

●高齢者インフルエンザ予防接種協力医療機関に武田整形外科が追加されました

武田整形外科（甲子町）☎23-3030

問い合わせ　市健康推進課 成人保健係　☎22-0179

第２回 毎日5分の健康習慣！ おうちdeフィットネス

問い合わせ　市健康推進課　☎22-0179

協力：健康二次被害防止コンソーシアム会員
カーブス イオンタウン釜石（３階）

コロナの「健康二次被害」を防ごう！

健康二次被害とは
外出を控え、運動不足になったり人との関わりが減ると、思わぬところで体や心の衰えが進んでしまうこと。

免疫力の低下
肥満や生活習慣病の悪化
ストレスによる心の病
→ 病気の重症化、うつに

筋力低下による転倒、骨折
認知機能の低下
→ 要介護、寝たきりに

●コロナを予防するためにも、健康二次被害を減らすためにも、適切な感染症対策をした上で、運動を習慣にしましょう

＼健康二次被害を防ぐための４つの基本対策／

①適度な運動	★免疫力を高め、激しすぎない運動を習慣にしましょう ★有酸素運動と筋トレの両方がオススメ！（一日の平均歩数8,000歩以上、筋トレはスクワットなど10回３セット週３回を目安に）
②バランスの取れた食事	★筋力を落とさないために、たんぱく質摂取が大切です！
③十分な睡眠時間	★夜11～12時までに寝ると、睡眠ホルモンと成長ホルモンがよく働きます
④人との関わり	★人との交流や会話が減ると認知機能の低下につながります ★感染予防対策をした上で、外に出たり会話することが重要です

お尻の運動　釜石店のYコーチが実演します♪

「健康二次被害防止コンソーシアム」という医師や有識者、市町村、民間企業による有志の組織としても、幸せにつながる日常生活を送れる社会を目指しています。適切な感染症対策をした上で、一緒に健康な体づくりを楽しみましょう！

健康二次被害防止コンソーシアムのホームページ

保健だより

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
個別健診	１カ月児健診	12月中	県内小児科	令和3年11月生	なし
	３～４カ月児健診	12月中～令和４年１月中		令和３年９月生	
	９～10カ月児健診			令和３年３月生	
	１歳６カ月児健診	12月中	医療機関は対象者に個別に通知します	令和２年５月生	あり
	３歳児健診			平成30年５月生	
集団健診	６カ月児健診・BCG接種	12月22日㈬ 受付13:00～13:15	市保健福祉センター９階	令和３年６月生	あり
	２歳児いい歯健診	12月 9日㈭ 受付 8:45～ 9:30		令和元年５月生	
	４歳６カ月児発達検査	12月16日㈭ 受付 9:00～ 9:30		平成29年５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	毎週金曜日①13:15～②14:00～③14:45～	市健康推進課	妊娠届出書を取得した妊婦	前日までに要予約
パパママ準備教室（※1）	12月18日㈯ 9:30～12:00（受付9:20～ 9:30）	市保健福祉センター９階	妊娠6～7カ月の妊婦および配偶者	12月15日㈬
ベビーマッサージ（※2）	12月18日㈯ 10:00～11:30（受付9:50～10:00）		おおむね4～12カ月児	
もぐもぐごっくん教室【初期】（※２）	12月 8日㈬ 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	12月６日㈪
かみかみごっくん教室【中・後期】（※２）	12月15日㈬ 10:15～11:30（受付10:00～10:15）		おおむね7～12カ月児	12月13日㈪

持ち物　※1母子健康手帳、母子健康手帳副読本、バスタオル　※2母子健康手帳、バスタオル

妊産婦アクセス支援助成金申請受付

日　時	場　所	持ち物
毎週金曜日　13時30分～15時	市健康推進課	母子健康手帳、通帳、領収書（宿泊費、タクシー料金）

市開設相談

	日　時		場　所	対　象　者	申込期限
栄養相談	12月16日㈭	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	12月13日㈪

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）	12月22日㈬	13:30～16:00　※予約制
エイズ相談・検査	12月16日㈭	11:00～12:00　※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

※新型コロナウイルスの感染状況により、日程を変更する場合があります

ワンポイントアドバイス

歯の着色について

釜石歯科医師会
工藤英明

歯の色の変化が気になったことはないですか。歯の色の変化には、歯の表面への着色と歯そのものの色調が変化する変色があります。歯の表面への着色は歯垢、歯石、飲食物（コーヒー・紅茶・お茶・カレー）、タバコ、むし歯などによるものです。歯そのものの色調が変化する変色には年齢（加齢）、薬物によるもの、全身疾患や遺伝性疾患によるものがあります。

これらの着色の歯を削らない治療方法としてクリーニング・ホワイトニングがあります。クリーニングは歯の表面の着色を専用の器具で除去する方法で、歯の白さを回復させる事と同時に歯周病予防につながる重要な方法です。ホワイトニングは、歯に漂白剤を作用させて白くする方法で２種類があります。オフィスホワイトニングは歯科医院で歯科医師が漂白剤を歯に塗り強い光を照射することで歯を白くしていく方法です。ホームホワイトニングは、患者さんの歯型から作った専用トレーに患者さんが自宅で漂白剤を入れ１日２時間くらい装着していただき徐々に白くしていく方法です。いずれのホワイトニングの方法も効果は永久的なものではなく「後戻り」が起こる場合がありますので効果を長続きさせるために定期的な歯面清掃が必要です。

歯を白くするホワイトニングの治療には、健康保険は適用されませんので、ご注意ください。歯の着色でお悩みの人はかかりつけ歯科医に相談してみてください。いつの日かマスクをしなくてすみ、大きな声で口元も気にせず笑える日常が来ることを願います。

…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

広報 かまいし 2021 11 15 No.1772

第55回 釜石市民吹奏楽団 定期演奏会

日時　11月28日㈰14時（開場13時）
※開演前にアンサンブルコンサートがあります
場所　釜石市民ホールTETTO　ホールA
プログラム
祝典行進曲、静かの海、チャップリン・タイムス 他
入場料　無料
※釜石市民ホール総合受付窓口にて、入場整理券を配布しています

問い合わせ　釜石市民吹奏楽団（団長：山内）
☎080-5571-3401

北九州市から釜石市へ 小想（こころ）は翼に乗ってコンサート

東日本大震災の直後から東北に想いを寄せてきた北九州市の音楽家によるふれあいコンサートが開催されます。釜石の今後の発展を祈り、北九州市民からの復興への想いを音楽とともにお届けします。

日　時　11月27日㈯14時（開場13時30分）
場　所　釜石市民ホールTETTO　ホールA
内　容　大人も子どもも楽しめるクラシックの名曲の数々
入場料　無料（全席自由）
※釜石市民ホール総合受付窓口にて、入場整理券を配布しています

問い合わせ　ふれあいコンサート実行委員会
☎090-2084-8004（山﨑）

東日本鉄道文化財団「駅コンサート」 巡るたび、出会う旅。東北 釜石 駅コン　音楽と語り　セロ弾きのゴーシュ

東日本大震災から10年。被災地の皆さんの心の復興と釜石市の発展、新型コロナウイルスと闘う全ての皆さんへのエールとしてコンサートを開催します。

日　時	12月５日㈰13時（開場12時30分）	場　所	釜石市民ホールTETTO　ホールA
内　容	セロ弾きのゴーシュ他	入場料	無料（全席自由）
演奏者	歌・語り／大山大輔　ピアニスト／白石准　チェロ・語り／岡本梨紗子		

問い合わせ　（公財）東日本鉄道文化財団　☎03-5334-0623

元気が出る！ オーケストラコンサート

宝くじ文化公演

日　時　12月４日㈯　13時30分（13時開場）
場　所　釜石市民ホールTETTO ホールA
入場料　全席指定　一般1,500円
高校生以下1,000円（当日各500円増）
※宝くじ助成による特別料金

大沢可直さん

■出　演
大沢可直（よしなお）（指揮、MC）
吉田正記念オーケストラ（管弦楽）

■演奏予定プログラム
慕情
太陽がいっぱい
東京音頭
いつでも夢を 他

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
※本公演は宝くじの助成により実施します

ジム・バトラー・グループ クリスマス・ジャズ・ナイト

国際的に活躍しているジャズ・サックス奏者ジム・バトラーさん率いるグループのジャズ・ライブ。一度は耳にした事のある懐かしのサウンドをお楽しみください！

日　時　12月10日㈮18時30分（18時開場）
場　所　釜石市民ホールTETTO ホールA
入場料　全席自由
一般3,500円　当日500円増
※未就学児の入場はご遠慮ください
プレイガイド　釜石市民ホール

問い合わせ　釜石市民ホールTETTO　☎22-2266

※いずれのコンサートも、新型コロナウイルスの感染状況により、中止する場合があります

発行・編集　釜石市 広聴広報課
〒026-8686 釜石市只越町３-９-13 ☎22-2111 FAX 22-2686
ホームページ https://www.city.kamaishi.iwate.jp/