

広報

がまいし

絆 深まる ラグビッドリーム2021with釜石絆の日

絆マッチとして、静岡ブルーレヴズ（前ヤマハ発動機ジュビロ）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試合が開催されました。静岡ブルーレヴズは東日本大震災以降、復興支援やトップチームの試合などで交流を続けているチームです。

試合は、釜石がボールを左右に大きく動かすダイナミックなラグビーで主導権を握りますが、静岡も最後までトライを取りに行く諦めない姿勢を見せました。結果は、92対0で釜石が勝利しアカデミーとしての初陣を飾りました。

試合後は、両チームの選手が肩を組み健闘をたたえ合い、絆を深めました。

〔11月28日 釜石鵜住居復興スタジアム〕 赤のジャージーが釜石シーウェイブスアカデミー



もくじ

- | | |
|-------------------|--------------|
| ② 釜石応援ふるさと大使の委嘱他 | ⑫ まちの話題 |
| ③ ぼうさいこくたい2021 | ⑬ 釜石の歴史よもやま話 |
| ④ 池井戸潤さんの釜石訪問 | ⑭ 公共交通懇談会日程他 |
| ⑥ 行政事務組合決算他 | ⑮ まちのお知らせ |
| ⑧ 新型コロナウイルスに関する情報 | ⑯ 保健案内板 |
| ⑨ こどもはぐくみ通信 | ⑰ 地域活性化起業人 |
| ⑩ 市民のひろば | |

あしたを生きるために
きょうできること

11月6日・7日 ぼうさいこくたい2021

ぼうさいこくたいは「災害について学び、語り、体験すること」を目指し内閣府が主催する国内最大級の防災イベントです。

「～震災から10年～ つながりが創る復興と防災力」をテーマに、市民ホールTETTOや市内各所でセッション、ワークショップ、プレゼンテーションブースの出展など幅広い催しが行われ、震災時には生まれていない子どもたちから、災害研究の専門家までオンラインを含めて延べ16,000人以上が参加しました。交流を深めながら、災害に対してどう備えるか、災害が起きたあとどうやって復興していくかを考え、語り合いました。

「津波防災の日」

スペシャルイベント

ぼうさいこくたい2021とあわせて11月5日(金)に「津波防災の日」スペシャルイベントが開催され、釜石市から釜石市防災市民憲章制定市民会議代表を務めた丸木久忠さんが登壇。震災の教訓を「備える、逃げる、戻らない、語り継ぐ」とまとめた経緯を説明しました



- 1 釜石高生有志で結成された「夢団～未来へつなげるONE TEAM～」は震災の語り部活動を行っています
- 2 震災直後から被災地域で演奏会を行ってきたシンガーソングライターの八神純子さんが、オープニングセレモニーに登場。力強い歌声で観客を魅了しました
- 3 野田市長は「市全体で災害の経験を語り継いでいる防災教育のまち・かまいしを発信する大きな意義を持つ大会になった」と話しました
- 4 震度7までの地震を再現することができる地震体験車「防災そばっちゃん」
- 5 段ボール製の釜石のジオラマを組み立てながら、浸水や土砂災害のリスクを考えました
- 6 てこの原理を利用し、段差に強い車いすを出展したブース。体の不自由な人や高齢者のスムーズな避難をどうやって支援するか、アイデアを凝らしました
- 7 災害時は体を冷やさないことがとても重要。ボイスカウト日本連盟は、ポリ袋のレインコートを作る体験ブースを出展しました



平原綾香さんを釜石応援ふるさと大使に委嘱しました



市長から平原さんに委嘱状が交付されました (11月13日)

シンガーソングライターの平原さんは、2018年8月の釜石鵜住居復興スタジアムのオープニングセレモニーで釜石東中生とともに歌を披露した他、ラグビーワールドカップ2019日本大会の開幕戦では、国歌斉唱を務めるなどラグビーとの関わりが強く、歌を通して市民に元気や感動を与えています。また、釜石市ラグビーこども未来基金に300万円を超える寄付をするなど、釜石のスポーツ振興に貢献しています。

11月14日に開催された、いわて・かまいしラグビーメモリアルマッチでも「Jupiter」などを披露し、美しい歌声でスタジアムは感動に包まれました。



「また釜石に来て歌を届けたい」と思いを込めました

11月14日 いわて・かまいしラグビーメモリアルイベント 釜石鵜住居復興スタジアム

ラグビーワールドカップ2019岩手・釜石開催のレガシーを未来に継承させるために開催されたメモリアルイベント。釜石シーウェイブスRFC (以下、釜石) とコベルコ神戸スティーラーズ (以下、神戸) が対戦したメモリアルマッチの他、中学生の交流大会や平原綾香さんらによる歌の披露、スタンドの外ではファンゾーンも設置され、2,400人を超える観客が来場しました。

メモリアルマッチで釜石と対戦した神戸は、1995年に阪神・淡路大震災で被災し復興を成し遂げた経緯があり、釜石との一戦には特別な思いを持ち臨みました。1月に開幕するジャパンラグビーリーグワンのディビジョン1に所属する神戸に対して、釜石が挑戦し、神戸が終始リードしながら試合を進めますが、釜石もスクラムやゴール前のモールでフォワードが奮闘し意地を見せました。試合は、25対40で神戸が勝利。集まった観客は、神戸のハイレベルなラグビーと釜石が見せたファイトに惜しめない拍手を送りました。



ラインアウトモールから芳野選手のトライ



ファンゾーンやグルメコーナーもたくさんの人でにぎわいました



ハーフタイムには、釜石の子どもらがナミビアとカナダ国旗を掲げ、感謝のメッセージを届けました



はたらく車展は、子どもに大人気のコーナーでした

池井戸 潤 が見る

釜石の^{いま}現在

数々の名作を世に送り出している作家の池井戸潤さんが、工場をテーマにした新聞連載の取材で釜石を訪れ、震災から再興した会社や震災後に建てられた施設などを視察しました。

震災から10年が経過し、復興への歩みを進めてきた私たちのまち。池井戸さんの目に映る釜石から、改めて釜石の魅力を探ります。

撮影 猪又 敬大

釜石にUターンし、市の広報を担うことになった私は「釜石の魅力ってなんだろう」こんな風に考える時がたまにある。いつも良い答えは出ない。ただ、今回の取材を通して、その答えに少し近づいた気がする――。

「工場は、生き物みたいで中身がある。ひとの人生をのぞくような面白さがあるよね」工場の良さを池井戸さんはこう語る。訪ねたのは、いずれも水産加工業を営む3社で、そのうちの1社はレストランも経営している。商品の品質もさることながら、この3社に共通していたのは「ファンを大切にする」ということ。消費者から届く生の声や接客をはじめとした印象を大事にしていた。池井戸さんが感じた3社の印象は「首都圏の会社と比較しても、ターゲットが明確で素晴らしい経営者。着眼点が優れていると思う」涙を浮かべながら再興までのエピソードを話す経営者の目を見て、うなずきながら耳を傾ける姿が印象的だった。

池井戸さんは、社会人ラグビーをテーマにした作品『ノースサイド』

ゲーム』も手掛けている。そんな池井戸さんが感じる釜石ラグビーとスタジアムの印象は「ラグビー場がかなり多い！こんなにラグビー場があるところは見たことないな。そのくらいラグビーが身近にあるまちなんだなっていう印象。スタジアムは、そうだな。ゴルフ場で言うと、セントアンドリュース（英国にあるゴルフ場の聖地）みたいな感じ。自然と一体になっていて、聖地のようなスタジアムだね。海も山も川も近くて。それと、普通スタジアムって閉じられた環境が多いけど、ここはオープンでしょ。こんな環境はここにしかないよね」釜石の魅力を外から来た人が語る。これは、なんとも嬉しいものだ。

釜石に来るのは初めてだったが、新日鉄釜石の知名度もあり、子どもの頃から釜石のことは知っていたという池井戸さん。「釜石の皆さんは、自分たちが有名だってことをあまり知らない。宣伝してないのに名前を知られているのはすごいこと。気が付いていないだけで、引き出しはいっぱいあるはず」

――長くつらかった10年。同時に多くのものを得た10年でもあった。震災がきっかけでつながりが生まれ、多くの人が釜石のファンになった。そう思ってくれるのも、釜石に何らかの魅力を感じているからに違いない。そうした人が釜石のファンであ

り続け、また新たなファンを増やすためには、釜石にいる我々がもっと釜石を好きになることから始めるのはどうだろう。まちの未来は、私たち一人一人にかかっている。釜石の魅力はきっと身近なところに転がっている。

（文・市広聴広報課 猪又敬大）



被災した人の医療費の一部負担金・介護保険の利用者負担金の免除を終了します

東日本大震災で被災した人を対象とした、次の負担金の免除は12月31日で終了します。

- ・国民健康保険の医療費の一部負担金
- ・後期高齢者医療制度の医療費の一部負担金
- ・介護保険の利用者負担金

問い合わせ 国民健康保険 後期高齢者医療制度 介護保険 市市民課 国保年金係 ☎27-8450 (内線225) 市市民課 医療給付係 ☎27-8450 (内線229) 市高齢介護福祉課 ☎22-0178

各種相談窓口・制度

いわて被災者支援センター

東日本大震災津波の被災者の生活やお金の悩みを聞き、法律・家計の専門家や、行政・社会福祉協議会と連携して生活再建を支援します。

問い合わせ いわて被災者支援センター (大町2-4-7) ☎30-1034

くらし・しごと相談所

仕事やお金の悩みの解決をお手伝いします。一人一人の状況に合わせた自立支援プランを立てますので、気軽にご相談ください。

問い合わせ 釜石市社会福祉協議会 ☎27-8188

生活福祉資金貸付制度

低所得世帯、障がい者世帯、高齢者世帯などの無利子または低利子の生活福祉資金の貸付相談を受けます。

問い合わせ 釜石市社会福祉協議会 ☎24-2511

医療費の一部負担金に対する高額療養費制度

病院や薬局での支払いが、ひと月の上限額を超えた場合に、超えた金額を償還します。

問い合わせ 市市民課 国保年金係 ☎27-8450(内線225) または市市民課 医療給付係 ☎27-8450(内線229)

令和3年分給与支払報告書の受け付けが始まります

期間 令和4年1月4日(火)～1月31日(月)(土・日曜日を除く) 8時30分～17時15分 提出・問い合わせ 市税務課 市民税係 ☎27-8481

問い合わせ 市税務課 資産税係 ☎27-8489

土地・家屋に変更があったときは連絡を忘れずに

土地の使用状況が変わったり、家屋を解体したときは、市税務課資産税係にご連絡ください。(法務局で登記手続が年内に完了したものは連絡不要です) 固定資産税は1月1日(賦課期日)の現況で課税します。連絡がなく、登記手続も済んでいない場合は、適正に現況が把握できず、翌年度の課税に変更内容が反映されない場合があります。

償却資産とは 事業に使用している、構築物、機械装置、船舶、工具、器具、備品などです。具体的には駐車場路面舗装、フェンス、看板、ルームエアコン、応接セット、パソコンなどが該当します。

ご覧ください。



市のホームページ

申告方法 前年度申告があった人には、市税務課から申告書

8時30分～17時15分

期間 令和4年1月4日(火)～1月31日(月)(土・日曜日を除く)

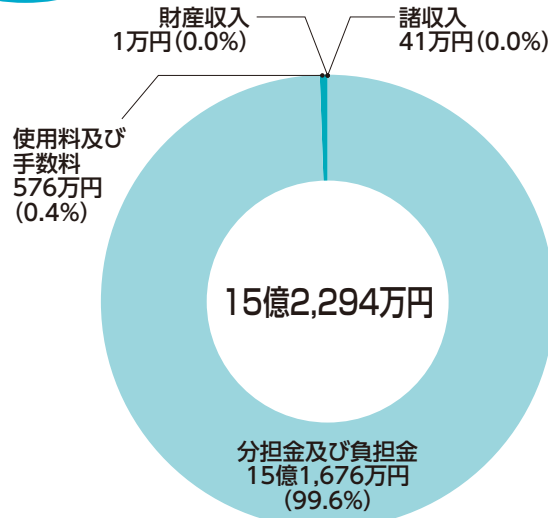
個人事業主は、忘れずに償却資産の申告をしてください。

償却資産申告書の受け付けが始まります

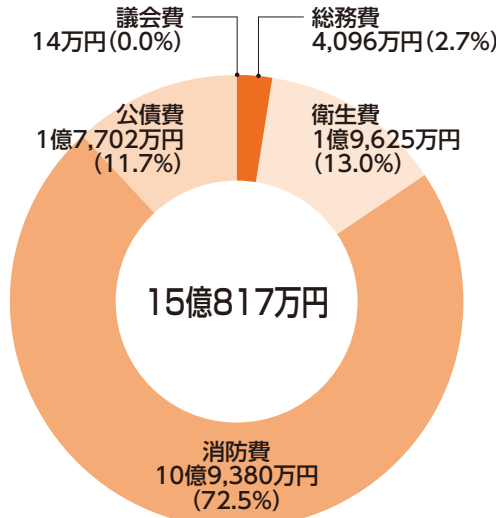
令和2年度釜石大槌地区行政事務組合会計 決算のあらまし

※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

歳入



歳出



分担金及び負担金の内訳

釜石市	10億3,631万円(68.3%)
大槌町	4億8,045万円(31.7%)

○令和2年度開示請求などの状況

令和2年度の、釜石大槌地区行政事務組合情報公開条例に基づく開示請求および審査請求は、開示請求1件に対し開示1件、審査請求はありませんでした。

釜石大槌地区行政事務組合個人情報保護条例に基づく、開示請求および審査請求はありませんでした。

令和2年度 行政事務組合の主な事業

消防業務

(△はマイナス)

	火災件数	前年度比較	救急件数	前年度比較
釜石消防署	12	4	1,302	△180
大槌消防署	5	2	732	△95
合計	17	6	2,034	△275

し尿処理事業

(△はマイナス)

	搬入量 (kl)	構成比率 (%)	前年度比 (%)
釜石市	1万4,461	61.2	△2.1
大槌町	9,159	38.8	△18.1
合計	2万3,620	100.0	△9.0

問い合わせ 釜石大槌地区行政事務組合 事務局 総務課 ☎31-1336

道路の除雪作業にご理解・ご協力をお願いします

除雪作業は、冬道の安全を守るため国・県・市がそれぞれの所管する路線で行います。

※ 除雪の出動基準と出動態勢

- ・市道では積雪量がおおむね10cm以上の場合に出動します。なお、積雪の状況などにより作業時間帯が遅れる場合があります
- ・交通の混乱を緩和するため、幹線道路やバス路線、集落間道路などを優先的に除雪します
- ・除雪作業は、深夜から早朝に行うことが多く、騒音や振動などでご迷惑をおかけする場合があります

※ 除雪にご協力をお願いします

- ・玄関前に雪が残った場合は、処理にご協力をお願いします
- ・路面凍結の原因になるため、除雪された雪は道路に出さないでください
- ・除雪作業の妨げになるため、路上駐車はしないようにお願いします

※ 融雪剤を配布します

市は、市道に散布する融雪剤を配布します。町内会で取りまとめ、市建設課へ申し込んでください。

問い合わせ

【国道45号、三陸沿岸道路、釜石自動車道】 南三陸沿岸国道事務所 管理課 ☎29-1627 (代表)
【国道283号、各県道】 沿岸広域振興局土木部 道路環境チーム ☎25-2393 (内線292・294・325)
【市道】 市建設課 道路維持係 ☎27-8430



令和4年度4月保育所入所(第2回目)の申し込みを受け付けます

募集期間 令和4年1月4日(火)～31日(月)8時30分～17時15分(土・日曜日・祝日を除く)

対 象

- ①第1回目(11月1日～30日)の申し込みができなかった人
- ②市外に転出予定で、転出先で保育所入所を希望する人
- ③令和4年2月28日(月)までに市外から転入予定で、保育所への入所を希望する人
- ※令和4年3月以降に転入予定の人は、現在お住まいの市町村で手続きしてください
- ※第1回目で申込済みの人は、手続き不要です



申し込み

「教育・保育給付認定申請書(兼入所申込兼現況届)」に必要事項を記入し、保育の必要性を証明する書類を添えて市子ども課へ提出してください。申請書および添付書類は、市子ども課に備え付ける他、市のホームページからダウンロードできます。



市のホームページ

問い合わせ 市子ども課 次世代育成係 ☎22-5121

釜石市子育て応援企業を紹介します 2

認定第2号 社会福祉法人 楽水会 (平成28年3月24日認定)

◆取組内容

- ①育児休暇100%取得100%復帰
(復帰時期は、本人の意向に沿って対応)
- ②男性職員の育児休暇取得推進
(令和元年度1人、令和2年度1人取得)
- ③子連れ出勤可(コロナ禍のため、現在は自粛中)
- ④1時間、半日、1日単位の有給取得
(令和2年度平均取得日数 14.8日)
- ⑤定時退社の推進
(令和2年度月平均所定外労働時間 0.69時間)



◆企業から一言

働きやすい職場づくりに向けて、この他にもさまざまな取り組みを行っている、明るく元気な会社です。

取り組みの例 組織の見直し、現場への実務権限移譲の推進、職員の応援体制整備、教育研修体系の整備、無線LANの整備、介護記録の電子化推進、若者雇用の継続、正社員採用の推進、資格取得支援、就業規則の見直し、セクハラ・マタハラの防止に関する規定などの整備

新型コロナワクチン接種のお知らせです

年末年始を迎えるにあたり市民の皆さんへのお願い

国内の新型コロナウイルス新規感染者数は大幅に減少しており、当市をはじめ全国的に感染が沈静化しています。

これもひとえに、日頃から市民の皆様一人一人が感染防止対策を強く意識し実践されている成果と考えており、深く感謝申し上げます。

しかし、市内の人の流れは、まだコロナ禍以前のように戻っておらず、市内の事業者は深刻な状況が続いている中で、年末年始を迎えます。

市内の多くの飲食店は、県が実施している「いわて飲食店安心認証制度」の認証を受けていますので、安心して飲食できるお店でおいしい料理や飲み物を楽しみ、市内の飲食店などを利用し応援しましょう。

市民の皆さんには、引き続きマスクの着用、手指の消毒など基本的な感染対策をしっかりと行った上で利用をお願いします。

また、現在、国内で感染が拡大している地域はありませんが、移動先の感染状況に留意され、引き続き慎重に行動していただくようお願いします。

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

新型コロナワクチンの追加接種(3回目接種)

対象

2回目の接種から8カ月以上経過した、18歳以上の方

例) 6月15日に2回目の接種をした場合、令和4年2月15日以降

8カ月経過後、接種可能な時期になった方から、順次接種券を送付します。

予約方法など、詳しくは広報かまいし1月15日号でお知らせします

コロナワクチン接種スケジュール(12月8日時点)

2回目の接種完了時期	対象	追加接種の開始時期	接種券の送付時期
5月	医療従事者など施設入所の高齢者など	令和4年1月から	12月下旬以降に順次(予定)
6月以降	高齢者など	令和4年2月から	令和4年1月下旬以降に順次(予定)

※他市町村で2回目を接種し釜石市に転入した場合や、接種記録の補正が必要な場合は、接種券が送付されません。2回目の接種から8カ月を経過しても接種券が届かない場合は、市新型コロナワクチン接種推進室へご連絡ください

追加接種で使用するワクチン

令和4年2月と3月に使用するワクチンは、ファイザー社ワクチン以外に、武田/モデルナ社ワクチンも多く配分されることが国から示されています。

このため、令和4年2月以降は、国の方針に沿うよう、1・2回目に接種したワクチンの種類にかかわらず、メッセンジャーRNAワクチン(ファイザー社ワクチンおよび武田/モデルナ社ワクチンが該当)で、接種時に供給されているワクチンを使用します。

そのため、1・2回目ファイザーを接種し、3回目はモデルナを接種するなど交互接種となる場合がありますのでご協力ください。

問い合わせ 市健康推進課 新型コロナワクチン接種推進室 ☎22-4567・22-4568・22-0179

新しい国際交流員を紹介します!



名 前：ナターシャ・ミリガン (Natasha Milligan)
出身地：アメリカ合衆国アリゾナ州
趣 味：水彩画、ディズニー、ミュージカル、音楽、ダンスなど



グランド・キャニオン

初めまして。アメリカ南西部のグランド・キャニオンがあるアリゾナ州から来ましたナターシャです。アリゾナ州は砂漠でサボテンがたくさんあり、夏の気温は40度を超え、釜石とは気温や景色がだいぶ異なります。

祖母は日本人で、母も日本で生まれたため、幼い頃から日本の話をよく耳にしました。そのため、日本にも興味を持ち、大学では日本研究と演劇を専攻して、1年間埼玉県川越市で留学もしました。

国際交流員として釜石と海外との懸け橋になり、市民の皆さんがもっと異文化や多言語に親しみを持てる活動に携わりたいです。また、釜石の名物や素晴らしいところを学び、海外にも紹介したいです。当面はアシュリン国際交流員と一緒に通訳・翻訳、施設訪問、各種イベントなどを担当する予定です。みなさんのお役に立てるように一生懸命頑張ります。

ナターシャさん、釜石へようこそ！釜石の魅力を一緒に見つけ、世界に発信していきましょう！



先輩国際交流員のアシュリンさん

国際交流員とは？

外国からの訪問客の接遇・通訳、外国語刊行物の翻訳・監修、職員・住民への語学指導、国際交流事業の企画など、地域の国際化の推進や異文化理解のために活動をしています。

問い合わせ 市国際交流課 ☎27-5713

第3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：イオンスポーツクラブ 3FIT 釜石店

座ったままできる猫背予防！



気温も下がり始め、自宅で過ごすことも多くなってきたのではないのでしょうか？テレビやデスクワーク、勉強など、座って長時間過ごすことで背中が丸くなり猫背になってしまいます。そこで座ったままでもできる背中の筋トレを紹介します。猫背予防や合間のリフレッシュにぜひお試しください！

1 タオルをピンと張った状態で両手で持ち上げる



2 持ち上げたタオルを胸の前まで2秒かけて引っ張る



3 胸の前から1の位置まで2秒かけて戻す

4 1～3を20回繰り返し、3セットに分けて行う

※タオルがなくてもできます

ここがポイント

背筋はピンと伸ばす
胸をしっかり張る

適度な運動を続けて、この冬も
元気に過ごしましょう！

市民のひろば



すこやか アイドル



あべれみ
阿部 怜美ちゃん(2歳)
元気に育ってね！



みとあおと
水戸 碧翔くん(2歳)
元気いっぱい
大きくなってね。



たけだ かずは
武田 一華ちゃん(2歳)
たくさん食べて
大きくなろうね！



かわむかいはると
川向 晴翔くん(2歳)
えがお最高！
すこやかにね。



まつざわゆうのすけ
松澤 優之介くん(2歳)
笑顔がとってもイイね！



いわさきいっぺい
岩崎 一平くん(2歳)
すくすく大きくなってね。
大好きだよ♡

※「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

楽しい! 輪和話

※「楽しい! 輪和話」では、市内で活動している文化、スポーツ、ボランティアなどのグループを紹介しします

読書サポーター かぜにせん 颯・2000

私たちは、西暦2000年の「子ども読書年」に発足し、図書館を拠点として市内を中心に読書サポーターとして活動を行っています。会員は現在8人で、市内の小学校や保育園、図書館で読み聞かせなどを行っています。

読み聞かせは、子どもや幼児の創造力を育みますし、読み手は声を出すことで喉の筋肉が鍛えられ、脳活にもなり健康にいいと言われています。私たちと一緒に、絵本などを声に出して読んでみませんか。



- 活動日 随時
(月例会／毎月第4水曜日)
- 年会費 500円
- 問い合わせ
図書館 ☎25-2233



令和2年度「とじょかんクリスマス会」



東日本大震災復興支援 感謝のつどい

11月7日【市内ホテル】

釜石市の復興支援に尽力した人に感謝を伝え、災害に強い今後のまちづくりに活かすため、「東日本大震災復興支援感謝のつどい」が開催されました。アドバイザーや支援団体の代表として復興に携わった13人の皆さんに野田市長から感謝状を贈呈し、今後も安心安全なまちづくりへの協力を依頼しました。

トークセッションではそれぞれがこれまでの活動を振り返り、被災地が再生し、よりよいまちになっていくには何が必要か、意見を交わしました。



セッションの様子はyoutubeチャンネル「ラグビーのまち釜石」でアーカイブ配信しています

釜石小鉄づくり体験

11月12日【釜石小学校】

釜石小の5年生16人が、レンガを重ねて簡易的な炉を作り、砕いた炭と鉄鉱石で鉄を作る鉄づくり体験を行いました。鉄づくりの作業の合間には、熱したくぎをハンマーでたたき鍛冶体験も行われ、鉄の加工の難しさも味わいました。児童らは、市職員から受ける説明にも興味津々で“鉄のまち”を存分に体験できる事業に目を輝かせながら、作業に取り組みました。この鉄づくり体験は、小学生が行うのはこれで最後となり、来年度からは、市内全中学校の1年生を対象に行われる予定です。

第51回釜石市民芸術文化祭

11月12日～14日【市民ホールTETTO】

本年度の芸術文化祭は「チャレンジ!!」をテーマに開催。ステージではバレエ、茶道、舞踊など日頃の練習の成果が披露されました。また、会場では写真や絵画の展示だけでなく、折り紙やレザークラフトなど体験コーナーも充実。来場者はそれぞれの気に入った作品をじっくりと鑑賞し、芸術の秋を楽しみました。



小柳玲子バレエ教室の生徒たち。息のそった演技を披露しました



この時の温度は約1300℃前後まで上がります



市芸術文化協会会員の故星山駿さんの作品2点が長女の星山東子さんから市に寄贈されました



ナミビア共和国と釜石の交流を一層深めていくことを誓い合いました

ナミビア共和国へ医療用防護服を寄贈

11月19日【駐日ナミビア共和国大使館（東京都）】

釜石市とナミビア共和国は、ラグビーワールドカップ2019をきっかけに、交流を継続しています。同国では、新型コロナウイルス感染者の急増により医療設備や物資が不足しており、市にも援助の依頼がありました。これを受け、市は職員からの募金で医療用の防護服400着を購入。この日、野田市長が駐日ナミビア共和国大使館を訪問し、モーヴェン・M・ルスウェニョ特命全権大使に寄贈しました。



実行委員会代表の山崎真理子さんは「震災以来、ずっと行いたいと思っていた被災地でのコンサートを10年目にやっと開催することができた」と感慨深そうに話しました

北九州市から釜石市へ

こころ 小想は翼に乗ってコンサート

11月27日【市民ホールTETTO】

北九州市を拠点に活動する、ふれあいコンサート実行委員会が市内で音楽会を開催しました。実行委員会は東日本大震災の被災地復興支援のために、2011年4月から翌年3月までの1年間、北九州市で毎月チャリティーコンサートを開催。入場料で被災地への義援金を送付してきた他、釜石市でのコンサート基金として積み立て、今回、それが実現しました。

「剣の舞」などクラシックの名曲や「パプリカ」「釜石市民歌」といったなじみ深い曲が演奏され、観客は盛大な拍手で感謝を伝えました。

釜石の歴史

よもやま話 15

歴史のさんぽみち編 (6)

問い合わせ
市文化振興課 ☎27-5714

釜石に眠る遺跡

中世編

中世は鎌倉時代から安土桃山時代までの、武家や大名が台頭する時代です。集落遺跡の発見数は減少し、戦に関わる城館跡が見つかるようになりま

す。また、有形文化財や口伝などの情報が散見されるようになります。

平泉文化の広がりとは川原遺跡

市内の中世を代表する遺跡は、釜石東中学校の敷地内にある川原遺跡です。

川原遺跡からは、手づくねかわらけ、ロクロかわらけ、常滑焼・渥美焼などの東海産陶器、龍泉窯等の中国で焼かれた磁器、北宋銭などが出土します。これらは通称「平泉セット」と呼ばれ、平泉文化の影響を色濃く受けた遺物群です。こうした遺物から、川原遺跡は12世紀～13世紀ごろ、つまり奥州藤原氏滅亡の前後の遺跡であることが分かってきました。

また、中国産と東海産の陶磁器は、宮城県石巻から北上川を上って、平泉に搬入されたと考えられています。川原遺跡の発見により、これまでよくわかっていなかった太平洋沿岸を利用する海洋流通路の存在が見えてきました。

大天場山の経塚

中世の思想を示す遺物として、八雲町の大天場山遺跡から出土した経塚関連遺物があります。経塚とは経典を土中に埋納した宗教儀式の場です。

昭和38年の市教育委員会の報告には、大天場山から「古鏡破片一個、水晶一個、壺一個」が出土したとの記載があり、市郷土資料館ではこの古鏡と壺を展示しています。古鏡は推定直径約7cmの銅鏡で副納品です。壺は常滑産の広口壺で、外容器として用いられました。水抜きのために意図的に底が抜かれています。いずれも13世紀（鎌倉時代）の遺物です。



大天場山経塚関連遺物
【常滑産広口壺(左)、青銅鏡(右)】

釜石に唯一の板碑

徳治三年の碑（市指定文化財）

この石碑は、大只越町の石応禪寺境内に所在している板碑で、昭和2年（1927）に門前の左崖が崩れた際に発見され、現在地に建碑されました。

板碑は中世に建てられた石製の供養塔（碑）の一種で、仏や菩薩を表す種字（梵字）や、板碑の建立年月日を表す記念銘などが刻まれています。

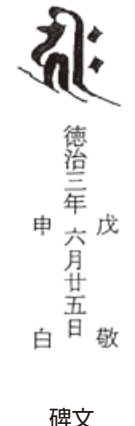
今回紹介する板碑には種字に阿弥陀如来を表す「キリク」、記念銘に「徳治三年 戊申 六月廿五日」、一番下に「敬白」と刻まれています。板碑に刻まれた徳治3年は1308年で、すから鎌倉時代に当地に建てられたと考えられています。

県内に板碑は約1000基あると考えられており、特に多い一関市や平泉町では約800基確認されています。沿岸部では大船渡市・陸前高田市を含む気仙郡で67基が確認されているものの、釜石を含む上閉伊郡で2基、宮古を含む下閉伊郡で4基と少ない状況となっています。

この「徳治三年の碑」は三陸沿岸部の上閉伊・下閉伊地域の中で一番古い板碑であり、市内でも唯一のもので



拓本



碑文

岩手県立博物館2015「岩手県の板碑～沿岸・和賀郡以北編～」より

「徳治三年の碑」は釜石の鎌倉時代を知る上で大変貴重な石碑であり、昭和45年2月20日、市の指定文化財となりました。

文化財は歴史を伝える貴重な存在です。大切に守り伝えましょう。

事業主の皆さんへ 雇用確保の
助成金申請を受け付けています

名称 岩手県事業復興型雇用確保
助成金
対象 県沿岸12市町村に所在
し、国または自治体の補助金・融
資事業などを活用している事業所
助成内容
①求職者を雇用した場合、1人当
たり3年間で最大120万円
②雇入れに先立って住宅支援の
導入などを行った場合、1年間で
最大240万円
申請期限 1月31日(月)
問い合わせ 県商工労働観光部
定住推進・雇用労働室 (☎019-
656-1571)

市職員を募集します
(令和4年4月1日採用予定)

職種・採用予定人数 土木、建
築、保健師：各1人程度
試験内容 S P I 3および専門
試験(マークシート方式)
※受験資格、申
込方法などの詳
細は、市のホー
ムページをご覧
ください
申込期限 1月11日(火)必着
試験日 1月23日(日)
会場 釜石市役所(予定)
問い合わせ 市総務課 職員係
☎27-8411



三陸鉄道は『小中学生特別回数乗車券』の取り扱いを開始しました

利用期間 12月1日(水)～通年
有効期間 利用開始日から3カ月間
乗車券様式 三陸鉄道の希望区間が半額になる6枚つづり回数券
運賃【中学生】乗車区間の普通旅客運賃を半額とし、6枚つづりとする
【小学生】乗車区間の子供普通旅客運賃を半額とし、6枚つづりとする
※10円未満端数切り上げ
例：釜石駅から鵜住居駅または唐丹駅
(普通旅客運賃310円、子供普通旅客運賃160円)
【中学生】310円×6枚＝1,860円を960円で販売
【小学生】160円×6枚＝960円を480円で販売
取扱駅 釜石駅、大槌駅、盛駅他

問い合わせ 三陸鉄道㈱ ☎0193-62-7000

12月20日(月)～1月7日(金)年末年始火災予防特別警戒
「みんなの願い、火災のない お正月」

一人一人が火の取り扱いに十分注意し、大切な生命と財産を火災から
守りましょう。また、石油ストーブを使用する際はカーテン、洗濯物な
どの燃えやすい物には注意してください。

釜石大槌地区行政事務組合消防本部 ☎22-1642
釜石消防署 ☎22-2526

まちのお知らせ
Information

【(公社)釜石市シルバー人材センター
入会説明会を開催します

対象 市内在住の60歳以上の人
日時 12月23日(木)、1月27日
(木)、2月24日(木)、3月24日(木)い
ずれも10時～11時
場所 釜石市シルバー人材セン
ター事務局(浜町1-1-1 市営
釜石ビル2階)
※事前予約、持ち物不要
※この日程以外でも、事務所にて
個別に相談・説明が可能です
問い合わせ 釜石市シルバー人材
センター (☎22-2182)

【参加者募集】釜石市民
スキー日帰りバスツアー

開催日・場所 1月16日(日) 八幡
平リゾートパノラマ&下倉スキー場
※2月6日(日)、3月6日(日)にも別
のスキーツアーがあります
参加料(バス代) 大人5,000円、
中学生以下4,000円
問い合わせ 釜石市スキー協会事
務局 (☎090-2793-0606)

【参加者募集】
手づくり絵本教室

日時 1回目(構成・下絵)：1月
6日(木)9時30分～11時30分
2回目(製本・完成)：1月13日
(木)9時30分～11時30分
内容 世界に1つだけの絵本の制作
場所 図書館 2階視聴覚室
定員 10人(先着順)
※小学3年生以下は、保護者の同
伴が必要です
参加費 500円(材料費)
申し込み・問い合わせ 図書館 (☎
25-2233)

【募集】
大平墓園区画使用者

募集区画 9区画(普通墓地のみ)
使用料 45万円(4㎡)
年間管理料 2,480円
応募資格 市内に住民登録または
本籍がある人
※現在、大平墓園に墓地を所有し
ている世帯は除きます
申込期間 12月15日(水)～1月25
日(火)
申込書 市生活環境課および各地
区生活応援センターに備え付ける
他、市のホームページからダウン
ロードできます
決定方法 抽選による
抽選会の日時 2月11日(金・祝)
14時～
場所 釜石市民ホールTETTO
ホールB
申し込み・問い合わせ 市生活環
境課 (☎27-8451)

「かまいしエール券」の使用
期限は12月31日(金)までです

「かまいしエール券」の使用期
限が迫っています。取扱店で食事
や買い物をして釜石を元気にしま
しょう。なお、取扱店のうち「い
わて飲食店安心認証制度」の指定
を受けたお店での積極的な利用を
お願いします。
問い合わせ 市商工観光課 (☎
27-8421)、(一社)釜石観光物産
協会 (☎27-8172)

支線部バスのダイヤ改正に関する
地区懇談会の開催

市は、令和4年4月に支線部バスのダイヤ改正を予定し
ています。それに伴い、地域住民と意見交換をする「地区
懇談会」を開催します。

地区	開催日	時 間	会 場
栗橋 地区	12/20(月)	10：30～	橋野ふれあいセンター和室
	12/22(水)	10：30～	栗林地区消防コミュニティ センター
唐丹 地区	12/20(月)	13：30～	荒川集会所会議室
	12/22(水)	13：30～	大石地区コミュニティ 消防センター
		15：00～	片川集会所
	12/23(木)	13：00～	唐丹公民館 (生活応援センター)
		14：30～	花露辺復興住宅集会所
		16：00～	本郷地区コミュニティ 消防センター会議室
平田 地区	12/21(火)	10：30～	平田集会所大会議室
		13：30～	佐須集会所会議室
		15：00～	尾崎白浜集会所会議室
鵜住 居 地区	12/24(金)	10：00～	日向・新川原集会所
		15：00～	箱崎白浜集会所
	12/25(土)	10：00～	川目集会所
		13：00～	根浜集会所
		15：00～	桑ノ浜集会所
	1/8(土)	13：00～	箱崎集会所

お問い合わせ
市生活環境課 市民生活係 ☎27-8451

水道管の凍結にご注意ください

気温が氷点下2度以下になると、水道管の凍結や破損の可能性が高くなります。
給水装置は利用者個人の所有物なので、凍結・破損に伴う修理費用などは利用者の
皆様のご負担になります。凍結を防ぐには、就寝前やお出かけ前の水抜きが効果的
です。

水道管が凍結した場合は、早めに市指定の給水装置工事事業者、または釜石市水道
工事業協同組合へ修理を依頼してください。

釜石市水道工事業協同組合 ☎27-8368

受付時間 8時30分～17時(土・日曜日、祝日を除く)

〈水抜きの方法〉

- ①全ての水抜栓を時計回りに止まるまで回し、しっかり閉める
- ②全ての蛇口を全開にし、残っている水を出しきる
- ③蛇口を閉める

※水抜栓のハンドルは、しっかり止まるまで回してください。半開
きなどの中途半端な状態は、漏水の原因となります
※水抜栓が、屋内のタッチパネル形式の場合は操作が異なります。
説明書などをご確認ください

art at TETTO Vol.3

小笠原 梓「イロトイロ」

釜石・大槌在住の作家さんを全4回にわたって
紹介するシリーズ「art at TETTO」。3回目は
市内在住の小笠原梓さんにスポットを当てます。
また、12月18日
(土)、19日(日)はワー
クショップも開催
します。ぜひご参加
ください。

【内容】

小笠原梓さんのイ
ラストや商品化さ
れた作品、劇団の
衣装などを展示し
ます

【ワークショップ】

エアープランツポット作り
「草はえるん人を作ろう！」

日 時 12月18日(土)、19日(日)13時～15時

定 員 各日5人

参加費 500円

開催期間 12月17日(金)～26日(日)

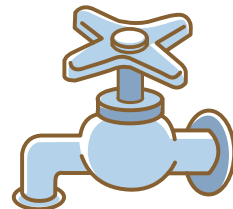
※20日(月)は営業休止、26日(日)は17時まで

時間 9時～21時

場所 釜石市民ホールTETTO ギャラリー

入場料 無料

申し込み・お問い合わせ
釜石市民ホールTETTO ☎22-2266



給水装置工事事業者
(市のホームページ)

年末年始の水道の開始・
中止の届け出はお早めに

12月29日(水)から1月3日(月)ま
で、水道の開始・中止のための
受け付けや開閉栓作業を原則行
いません。年内は12月28日(火)
正午まで受け付けます。

問い合わせ 市水道事業所 ☎23-5881 8時30分～17時15分(土・日曜日、祝日を除く)

各種相談

岩手弁護士会無料法律相談(要予約)

日時 1月12日(木)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)

多重債務弁護士無料相談(要予約)

日時 12月21日(火)、1月18日(火)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)

公証相談(要予約)

日時 1月6日(木)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 1月7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)

宮古児童相談所巡回相談(要予約)

日時 1月17日(月)10時～15時
会場 市保健福祉センター9階
内容 子どもの養育や療育への助言・指導、必要に応じ心理学的判定を実施
申込期限 1月6日(木)
申し込み・問い合わせ 市子ども課 ☎22-5121

出張年金相談(要予約)

日時 1月20日(木)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

夜間納税相談

期日 12月24日(金)、27日(月)
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 12月26日(日)9時～15時
場所 市役所税務課
問い合わせ 市税務課 (☎27-8417)

【固定資産税3期】
【国民健康保険税6期】
納期限＝12月27日(月)

釜石市の人口と世帯(11月)

男	14,980人(－26人)
女	16,511人(－18人)
合計	31,491人(－44人)
世帯	15,946世帯(－25世帯)

※()は前月比

東日本大震災 災害義援金を追加交付します

交付時期 12月24日(金)から順次
対象 第3次配分金の追加配分金の交付対象者(死亡、住家の全壊・半壊)

義援金の金額

死亡または行方不明見舞金	対象者1人あたり 6,450円
住家損壊等見舞金(居住している住居が全壊)	1世帯あたり 6,450円
住家損壊等見舞金(居住している住居が半壊)	1世帯あたり 4,450円

※これまでに義援金が振り込まれている口座へ入金しますので、新たな申請は不要です。ただし、この1年間で受取人が死亡した場合または受取人が受取口座を変更した場合は、ご連絡ください

問い合わせ 市地域福祉課 地域福祉係 ☎22-0177

国民年金保険料は期限を守って納付しましょう

国民年金保険料の納付期限は翌月末です。(例:12月分の納期は1月末)
経済的に納付が困難な場合は、納付の免除・猶予制度がありますので、ご相談ください。

納付方法は、割り引きのある前納がお得です。希望される場合は、前納用の納付書を送付しますので、宮古年金事務所までご連絡ください。また、口座振替、クレジットカードによる納付も推奨しています。

問い合わせ
宮古年金事務所 ☎0193-62-1963、市市民課 国保年金係 ☎27-8450

市営釜石ビル(住宅)の入居者を募集します

入居要件や申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

募集戸数 1戸(先着順)

※同日での申し込み多数の場合は、抽選となります

申込開始	12月20日(月)～	間取り	3DK
家賃	月額45,000円	駐車場	なし

問い合わせ (一財) 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

休日当番医・薬局・歯科医(1月)

休日	曜日	当番医・当番薬局	所在地	電話番号
1	土・祝	国立釜石病院	定内町	☎23-7111
		中田薬局小佐野店	小佐野町	☎21-3355
2	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
3	月	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
9	日	堀耳鼻咽喉科眼科医院	只越町	☎22-1005
		パルム薬局		☎22-3353
10	月・祝	道又内科小児科医院	大槌町	☎42-2500
		ひよっこり薬局		☎27-5220
16	日	小泉医院	中妻町	☎23-5157
		ハロー薬局		☎23-8455
23	日	神林医院	甲子町	☎23-6635
		中田薬局松倉店		☎23-1230
30	日	釜石整形外科クリニック	大渡町	☎31-1881
		おおぞら薬局		☎31-2030
休日	曜日	当番歯科医※診療時間9時～12時	所在地	電話番号
9	日	おおつちじょうない歯科医院	大槌町	☎42-8418
16	日	おいかわ歯科医院	港町	☎22-5800
23	日	遠彦歯科医院	中妻町	☎23-5478
30	日	小松歯科医院	大槌町	☎42-7702

橋野鉄鉱山クリスマス ライトアップ

世界遺産「明治日本の産業革命遺産」の構成資産で一斉ライトアップを実施します。橋野鉄鉱山でも開催しますのでご覧ください。

日時 12月24日(金)、25日(土)16時～20時

場所 橋野鉄鉱山(橋野高炉跡)

※暖かい服装でご来場ください
問い合わせ 市世界遺産課 (☎22-8846)

放送大学

令和4年4月入学生を募集します

放送大学は、テレビ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で幅広い世代の人が学んでいます。

●大学説明会(予約不要)

釜石会場 日時 2月19日(土)14時～15時30分
場所 釜石情報交流センター(大町1-1-10)
※13時～14時に公開講演会を開催します

盛岡会場 日時 1月28日(金)、29日(土)、2月12日(土)、13日(日)、
3月5日(土) 各日10時～11時30分
場所 放送大学岩手学習センター

※新型コロナウイルスの感染状況により、中止となる場合があります

●出願期限 1回目が2月28日(月)、2回目が3月15日(火)

資料請求(無料)・問い合わせ
〒020-8550 盛岡市上田3-18-8
放送大学岩手学習センター ☎019-653-7414



まちのお知らせ Information

令和4年釜石市消防出初式

日時 1月8日(土)10時～11時
場所 釜石市民ホールTETTO
内容 規模を縮小し式典のみ開催。分列式は行いません。
※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。
また、一般の人は入場できません
問い合わせ 市危機管理監消防課(釜石消防署内) (☎22-2525)

受講者募集 第4級アマチュア無線技師養成課程講習会

講習会番号 G21-175
日程 1月15日(土)と16日(日)の2日間
申込期限 1月8日(土)※先着36人
費用 23,150円 ※18歳以下は9,850円
会場 釜石商工高校(大平町3-2-1)
申し込み・問い合わせ JARL遠野アマチュア無線クラブ(〒028-0533 遠野市綾織町上綾織3-22-2 ☎0198-62-5190)

蜜蜂の飼育者は飼育届の提出を忘れずに

蜜蜂を飼育する人は、趣味で飼育する人を含め、毎年、蜜蜂飼育届を県に提出する必要があります。蜜蜂を飼育する人(計画を含む)は、1月1日現在の飼育群数と年間の飼育計画を提出してください。届出の様式は、県の公式ホームページからダウンロードできます。
提出期限 1月31日(月)
提出先・問い合わせ 沿岸広域振興局農林部 (☎25-2704)

移動図書館「しおかぜ」

1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

5日(水)	
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
6日(木)	
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
鶴住居保育園	10:35～ 11:05
五葉寮	11:30～ 12:00
澤口製パン前	13:15～ 13:45
鶴住居公民館前	14:00～ 14:30
8日(土)	
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

12日(水)	
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
そんぼの家 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
13日(木)	
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
14日(金)	
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
18日(火)	
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

21日(金)	
鶴住居幼稚園	9:30～ 10:00
鶴住居小学校	10:00～ 10:30
鶴住居町 日向アパート前	10:40～ 11:10
栗林小学校前	12:50～ 13:40

25日(火)	
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

26日(水)	
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

27日(木)	
双葉学童育成クラブ	15:00～ 15:30

28日(金)	
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

1月の休館日 1日、2日、3日、4日、10日、11日、17日、24日、31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
個別健診	1 カ月児健診	令和 4 年 1 月中	県内小児科	令和3年12月生	なし
	3～4 カ月児健診	令和 4 年 1 月～2 月中		令和 3 年10月生	
	9～10 カ月児健診			令和 3 年 4 月生	
	1 歳 6 カ月児健診	令和 4 年 1 月中	医療機関は対象者に個別に通知します	令和 2 年 6 月生	あり
	3 歳児健診			平成30年 6 月生	
集団健診	6 カ月児健診・BCG接種	1 月26日(水) 受付13:00～13:15	市保健福祉センター 9 階	令和 3 年 7 月生	あり
	2 歳児いい歯健診	1 月13日(水) 受付 8:45～ 9:30		令和元年 6 月生	
	4 歳 6 カ月児発達検査	1 月20日(水) 受付 9:00～ 9:30		平成29年 6 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)	1 月22日(出) 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	1 月19日(水)
ベビーマッサージ (※2)	1 月22日(出) 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)	1 月12日(水) 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	1 月 7 日(金)
かみかみごっくん教室 【中・後期】(※2)	1 月19日(水) 10:15～11:30 (受付10:00～10:15)		おおむね7～12カ月児	1 月17日(木)

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	1 月20日(水) 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	1 月17日(木)

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)	1 月26日(水)	13:30～16:00 ※予約制
エイズ相談・検査	1 月20日(水)	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

冬が近づいてくるとスーパーや薬局でショウガを使った商品が並ぶようになります。ショウガといえば、体を温める食材で有名ですが、漢方薬にも生薬の一つとして、たくさん使われているのをご存知でしょうか。

生薬としてのショウガは、生姜と乾燥したものに分けられます。生の状態から乾燥させたものを生薑、蒸した後に乾燥させたものを乾薑と呼びます。生薑には、吐き気や食欲不振を改善する健胃作用、解熱や喉の痛みを和らげる作用があります。

一方、乾薑には、体を中から温める作用が強く、胃腸の冷えている下痢や便秘、腹痛を改善する作用があります。

生のショウガには辛味のもとであるジンゲロールという成分が含まれ、熱を加えることで、ショウガロールという成分に変化します。この成分の変化が効能の違いを生み出しています。

風邪の引き始めには生のショウガを、冷え性や生理痛には熱を加えたショウガを取るのが効果的です。

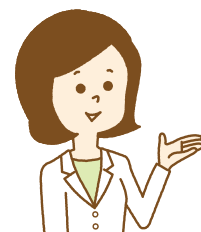
定番の豚肉の生姜焼き、手軽な生姜湯、スープやお豆腐など、いつもの料理にショウガをプラスしてみませんか。ショウガの力で釜石の寒い冬を乗り越えましょう。



きらら調剤薬局
神 麗 美

ショウガのちから

ワンポイントアドバイス



ノロウイルス感染症・食中毒を予防しましょう

保健案内板

【問い合わせ】市健康推進課 ☎22-0179

ノロウイルス感染症・食中毒は冬場に多く発生しています。ノロウイルスは手指や食品などを介し、経口で感染し、嘔吐、下痢、腹痛、発熱などを起こします。特に子どもや高齢者は重篤化することがあるため注意が必要です。家庭などでできる予防を徹底しましょう。



1 手洗いの徹底

トイレの後、調理前後、食事の前はせっけんでよく手を洗いましょう。



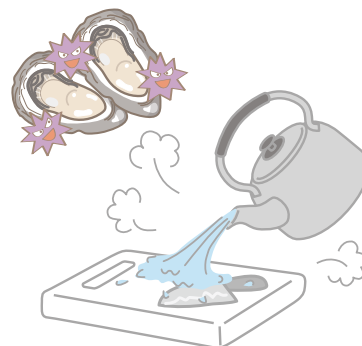
2 人からの感染を防ぐ

感染した人の便や嘔吐物から感染することがあります。嘔吐物などを片付ける際は、使い捨て手袋、マスクを着用し、塩素系漂白剤で消毒しましょう。



3 食品からの感染を防ぐ

二枚貝は十分に加熱(85～90℃で90秒以上)しましょう。調理器具(まな板、包丁、食器、ふきん)は使用後すぐに洗浄し、消毒しましょう。



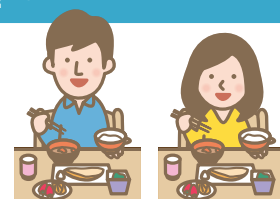
ノロウイルスに感染した場合は、体力の消耗・脱水症状を避けるために、水分と栄養の補給を充分におこなひましょう。

企業と協働で取り組む

「知らずと減塩!大作戦!」

～「健康的な食生活」に興味がある企業を募集します!～

釜石は、高血圧症と関わりがある脳血管疾患死亡率が県内でも高い状況にあります。そこで、釜石市食生活改善推進員協議会と協働で「知らずと減塩!大作戦!」に取り組む市内の企業を募集します。



募集企業 3 社(先着順)
内 容 釜石市食生活改善推進員協議会会員、市健康推進課職員(管理栄養士や保健師)が企業を訪問し、適塩惣菜の試食、脳卒中・塩分の講話、アンケート調査などを実施します
日 程 相談により決定(1～2月を予定)
募集期限 12月24日(金)

申し込み・問い合わせ 市健康推進課 成人保健係 ☎22-0179





地域活性化起業人の 大窪 諒さんの活動を紹介します

江崎グリコ(株)から地域活性化起業人として、昨年の7月に赴任していた大窪諒さんが12月末で退任するに当たり、これまでの大窪さんの釜石での活動を紹介します。

大窪諒さんの釜石での主な活動



グリコワゴンの誘致

世界に1台しかないグリコワゴンを市内幼稚園・小学校に誘致。朝食の大切さを伝えた他、お菓子のプレゼントで子どもたちに笑顔を届けました。
(写真左上：大窪さんー鶴住居小)



カ マ モ ッ チ
KAMA MOCCHI
協働先：(有)小島製菓



三陸釜石うにパエリア
協働先：(株)かまいしDMC



イカ丸ごと晩酌セット
協働先：(株)井戸商店



釜石ジオ弁当
協働先：(株)かまいしDMC、マルワマート

市民の皆さん、こんにちは。活動期間中は、たいへん多くの皆さんにご支援やご協力をいただき、本当にありがとうございました。私が自分らしく、毎日楽しく活動が続けることができたのは、皆さんの温かさや優しさ、そして釜石というまちの住み心地の良さがあったからです。

大好きになった釜石を離れるのはとても寂しいですが、これからもイチ釜石ファンであり続けます。本当にありがとうございました。



市内事業者からの声

大窪さんは、市内事業者と協働し、専門分野である「食」に関する新たな特産品の開発に取り組むなど、釜石の食品業界に新たな風を吹き込んでくれました。

また、流通フローの構築やイベントの開催など、多方面で活躍していただき、大手食品会社が持つノウハウや仕事の進め方も含め、大いに学ばせてもらいました。

江崎グリコ(株)に戻ってからも、釜石での経験を活かし、更なるご活躍を期待しています。

(株)かまいしDMC 代表取締役 河東英宜さん

問い合わせ 市オープンシティ推進室 ☎27-8413