

《編集・発行》

栗橋地区生活応援センター／栗橋公民館  
釜石市橋野町34-16-2  
TEL 57-2111／FAX 57-2108

《発行責任者》

二本松 由美子（所長兼公民館長）

# みどり通信

令和5年2月15日号



第232号



## 市県民税の申告受付が始まります

令和5年度市県民税の申告受付が始まります。  
必要書類を準備し忘れずに申告しましょう。

### 【栗橋地区の日程】

※会場は両日とも橋野ふれあいセンターです。

#### ○ 2月17日(金)

9時～11時30分（栗林町3地割から15地割）  
13時～15時（栗林町16地割から24地割）

#### ○ 2月20日(月)

9時～11時30分（橋野町1地割から32地割）  
13時～15時（橋野町33地割から43地割）

※午後の部の終了時間が30分繰り上がりましたので、  
ご注意ください。

＜問い合わせ＞市税務課(☎ 27-8481)



## シカ防護網配付します

＜申込期間＞2月15日(水)～24日(金)

＜申込方法＞市水産農林課または  
当センターに備え付けの申請書・  
被害状況調査票に記入

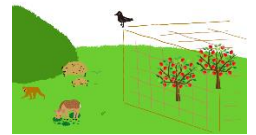
＜配付数＞1世帯3反まで  
（※ご希望数に添えない場合があります）

＜値段＞2,500円／1反

＜配付予定＞3月下旬

＜問い合わせ＞  
市水産農林課(☎ 27-8426)

※詳しい内容は、2月15日号の  
広報かまいしをご覧ください。



## 令和4年度後期地域会議(まちづくり会議)を開催します

栗橋地区から市に対して提出した各種要望について、市の対応方針を説明します。

＜日時＞2月27日(月) 18時30分～ ＜場所＞砂子畑さんあいセンター



## 第36回釜石市民劇場 前売り券申込のご案内

市民手づくりの舞台で釜石の先人や家族愛を紹介して市民に広く愛されてきた  
釜石市民劇場が、釜石市民ホール TETTO で開催されます。

今回は、終戦間際に2度にわたる艦砲射撃を被った釜石で、厳しい環境のもと  
子供や若い女性たちの力強く生き抜いた生活を描いた「七十七年前の出来事」  
乙女たちの戦い、を上演します。

当センターでは、釜石市民劇場のお得な前売り券の事前申込書をご用意しました。  
事前申込書をセンターに提出のうえ、当日会場に引換券と代金をお持ちいただければ  
チケットとお引き換えいたします。

第36回 釜石市民劇場「七十七年前の出来事」乙女たちの戦い

＜公演日時＞ 2月26日(日)10時30分開演／14時30分開演

＜前売り券＞ 高校生以上1,000円(当日は1,300円)

小・中学生500円(当日は700円) ※幼児は無料

＜主催＞ 釜石市民劇場実行委員会

＜後援(予定)＞ 釜石市・釜石市教育委員会・釜石市芸術文化協会

＜問い合わせ＞ 釜石市民劇場実行委員会090-7798-2307(久保さん)





**引き続き、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ご協力をよろしくお願いいたします！**

連日、新規感染者が確認されております。  
感染を拡大させないために、最大限の注意を払い、基本的な感染防止対策の徹底に努めましょう。  
また、新型コロナウイルス感染状況により、事業を中止または延期する場合があります。



**＊令和5年度がん検診のお知らせ＊**

がん検診は「健康な人」にがんがあるかどうかを調べる検査です。  
現在、日本では5つの「がん検診」の有効性があるとして科学的に証明されており、有効な検診として推奨されています。  
がんの早期発見に大切なことは、何も症状がないうちに定期的に検査を受けることです。

**<申し込み> 3月31日まで！**

～実施予定期間は、次の通りです～

- 肺がん検診 特定健診と同日開催 8月～9月頃
- 大腸がん検診 容器発送(7月頃)  
容器回収(7月～10月頃)
- 胃がん検診 9月～10月頃
- 乳がん検診 7月頃
- 子宮頸がん検診 9月頃



<問い合わせ> 市健康推進課(☎22-0179)

**☆市税等納期☆**



- 固定資産税第4期分
- 国民健康保険税第8期分
- 使用料等2月分

<納付期限> 2月28日(火)

**忘れずに納付しましょう！**



**3月 ご案内**

**<健康相談・お楽しみ会>**

- 栗林地区  
3月15日(水) 10:00～11:00  
栗林コミュニティ消防センター

**<お楽しみ会>**

- 橋野地区  
3月17日(金) 10:00～11:00  
橋野ふれあいセンター



**初心者向け  
スマホ体験会を  
開催します**

「デジタルはよく分からない」「デジタルを便利に使ってみたい」などのお悩みはスマホが使えれば大部分が解決します。

個別の操作説明にも対応しますのでぜひご参加ください。

**スマホの使い方をいちから説明！**

<日時> 3月2日(木) 10時～11時  
栗橋地区生活応援センター

<申し込み・問い合わせ>  
市総合政策課 DX 推進室(☎ 27-8413)

**12～3月は  
釜石市減塩取り組み強化月間です**



岩手県は脳卒中の死亡率が高く、釜石・大槌圏域は県内でも1番高い結果でした(R2年度)。

その要因の一つとして、高血圧につながる『塩分の取りすぎ』が挙げられます。  
皆さんの日々の食事はどうでしょうか？  
急に頑張って薄味にすると美味しくなくて、3日坊主に…。

でも、少しずつ減らしていくと脳がだまされて、薄味に慣れるそうです。『醤油を少し控えめにかける』『漬物を1枚減らす』等、少しの積み重ねが減塩につながります。

今日の食事から少し意識してみてください。

