

再配達を減らそう

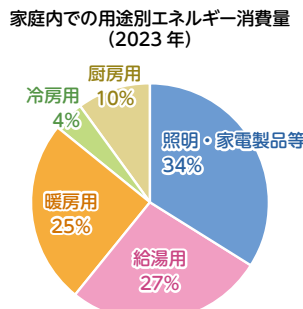


再配達を減らすために

- ①ゆとりをもって、家にいる時間帯を指定しましょう
- ②「置き配」を積極的に使用しましょう
- ③自分で注文したものは、配達日時をチェックしましょう

年末年始はお歳暮、各種プレゼント、おせちなどで宅配便の利用が多くなります。留守中で再配達となってしまうこともあると思いますが、その場合、ドライバーさんの労力が増えるだけでなく、運転時間が増える＝燃料を多く使う＝温室効果ガスが増えることになるのです。

また、家庭内で多くエネルギーを消費しているのは、照明・家電製品などの次に給湯、暖房となり、いずれも冬に多く使うものです。1年で最もエネルギーを使用する冬だからこそ、省エネを意識し、メリハリのある生活を心掛けましょう。



問い合わせ 市生活環境課 環境保全係 ☎27-8453

ノロウイルス感染症・食中毒を予防しましょう

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。

- (1)手洗いの徹底 トイレの後、調理前後、食事の前は石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。
※消毒用エタノールは、ノロウイルスに対して十分な消毒効果が期待できません
- (3)食品からの感染を防ぐ 加熱が必要な食品は、中心部まで十分に加熱しましょう。(85℃～90℃で90秒以上)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行いましょう。



問い合わせ 釜石保健所 環境衛生課 ☎27-5523

償却資産申告書の受け付けが始まります

令和8年1月1日時点で、市内に償却資産を有する事業所や個人事業主は、忘れずに償却資産を申告してください。

期 間 令和8年1月5日(月)～2月2日(月)(土・日曜日、祝日を除く) 8時30分～17時15分

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などを送付します。初めて申告する人は、市税務課資産税係にお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください

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

市ホームページ



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。(法務局で登記手続きが令和7年以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。

問い合わせ 市税務課 資産税係 ☎27-8489

令和7年分給与支払報告書の受け付けが始まります

期間 令和8年1月5日(月)～2月2日(月)(土・日曜日、祝日を除く) 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

救急車を呼ぶか迷ったら

シャープ なな いち いち きゅー
7 1 1 9

急な病気やケガで、救急車を呼んだほうが良いのか迷うときに電話で相談できます。看護師などが対処方法について助言する他、受診の必要性、受診可能な医療機関などの相談に対応します。

●利用方法(相談ダイヤル)は次の二つ

その1:「#」に続いて「7119」を押す

その2: #7119が利用できない場合は「019-656-1774」に電話

●相談受付時間 **24時間 365日** (年末年始、祝日も対応します)

市ホームページ



こんな時は迷わず救急車【119番】を呼びましょう

- | | |
|---------|---------------------|
| ○意識の障害 | 意識がない もうろうとしている |
| ○けいれん | けいれんが止まらない |
| ○けが・やけど | 大量の出血を伴うけが、広範囲のやけど |
| ○痛み | 頭や胸、背中 of 突然の激痛 |
| ○呼吸 | 急な息切れ、呼吸困難 |
| ○吐き気 | 冷や汗を伴うような強い吐き気 |
| ○飲み込み | 物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい |
| ○事故 | 交通事故や転落、転倒で強い衝撃を受けた |



厚生労働省ホームページ
「上手な医療のかかり方.jp」

例えば、脳卒中では次のような初期症状がみられます

- 顔……顔半分が動きにくい。片側が下がって動かない。
- 腕……片側の腕に力が入らない。
- 言葉……ろれつが回らない。言葉が出ない。
他人の言うことが理解できない。



厚生労働省ホームページ
「みんなで知ろう! からだのこと」

一つでもこのような症状が突然出てきたら、脳卒中の疑いがあります。すぐに救急車(119番)を呼びましょう。

問い合わせ 市健康推進課 ☎22-0179

TETTO ロビーコンサート vol.10 若き音楽家たちの饗宴

観覧無料

だれでも気軽に楽しめる音楽会。新年の幕開けを学生たちがフレッシュな演奏で彩ります。

日 時 令和8年1月4日(日)14時～14時40分

場 所 釜石市民ホールTETTO 共通ロビー



【演奏予定】 ・あの目に騎士は(ドニゼッティ) ・私が街を歩けば(プッチーニ) 他

【出演者】 山田奏美・佐々木悠人・伊藤杏・鈴木七星・山崎鮎子・佐々木洋子

問い合わせ 釜石市民ホールTETTO ☎22-2266