

JR 釜石線が運休します

JR 釜石線は、路線の昼間集中工事のため、一部の列車を運休します。  
**期間** 6月18日(火)～19日(水) 9時～16時

※花巻～釜石駅間の代行輸送は実施しません。  
 詳しくは、JR 東日本ホームページをご覧ください



☎ JR 東日本お問い合わせセンター  
 ☎050-2016-1600

図書館こどもまつり

**日時** 7月6日(土) 10時30分～12時  
**場所** 図書館2階 視聴覚室  
**内容** 本をたくさん借りた児童を表彰する多読賞の授与や、絵本の読み聞かせ、DVD上映など  
 ※一般の方も参加できます(事前申し込みは不要です)  
 ☎ 図書館 ☎25-2233

令和6年度教科書展示会

**日時** 6月17日(月)～7月4日(木) (土・日曜日を除く) 9時～17時  
**場所** 市役所第5庁舎1階  
**展示教科書** ①現在、小学校、中学校、高校で使われている教科書  
 ②令和7年度採択予定の中学校の教科書  
 ☎ 市教育委員会 学校教育課 ☎22-8833

あたまの健康チェックを受けてみませんか

高齢者向けの「あたまの健康チェック」を実施します。  
**対象** 市内在住の60歳以上の人で、認知症の診断や治療を受けていない人  
**内容** 電話による単語記憶テスト(所要時間10～15分)  
**定員** 150人(先着・要予約)  
**費用** 無料  
**受付** 6月17日(月)から  
**申し込み・☎** 市地域包括支援センター ☎22-2620

# まちのお知らせ Information

【受講者募集】子育て支援員研修

子育て支援員を養成するための研修会を実施します。  
**研修期間** ①講義(6日間) 8月5日(月)、21日(水)、28日(水)、9月4日(水)、11日(水)、18日(水) 原則として9時～16時  
 ②実習(2日間) 期間中に保育施設で実習を行います  
**場所** 釜石市民ホールTETTO ホールB  
**対象** 市内在住または市内の幼児教育施設に従事していて、研修終了後、次のいずれかを希望する人  
 ①保育所でみなし保育士として従事 ②子育て支援センターに従事  
 ③小規模保育事業・一時預かり事業へ従事 ④ファミリーサポートセンターの提供会員として託児(有償ボランティア)  
 ※就職をあっせんするものではありません  
**定員** 20人 ※定員になり次第、募集を締め切ります  
**費用** 2,860円(テキスト代)  
**申込期限** 7月1日(月)  
**申込方法** 申込書を子ども家庭課に持参、または、郵送・FAXで提出  
 ※詳しくはお問い合わせください  
**申し込み・☎** 市子ども家庭課 ☎22-5121



環境セミナー「地球環境と省エネ～上手な電気の使い方～」

身近な電気製品を通じて省エネの大切さを知り、私たちが生活の中でできることを学びましょう。  
 詳しくは市のホームページをご確認ください。  
**日時** 6月29日(土) 14時～15時  
**場所** 釜石PIT  
**講師** パナソニック(株) エレクトリックワークス社CSセンター 米田幸司さん  
 ☎ 市生活環境課 ☎27-8453



【参加者募集】公務員合同説明会

**日時** 7月28日(日) 受付12時30分～(13時～16時30分)  
**場所** 大槌町文化交流センターおしゃっち 2階会議室  
**参加団体** 釜石市役所、自衛隊、釜石警察署、釜石大槌地区消防本部 大槌町役場、海上保安庁釜石海上保安部  
**受付期間** 6月24日(月)～7月26日(金)  
**申込方法** LINE、電話、メールでお申し込みください。  
 ※申し込みの際は、氏名、電話番号、第1・第2希望の団体をお伝えください  
 ☎ 自衛隊岩手地方協力本部釜石地域事務所 ☎23-7854  
 ✉ iwate.pco-kamaishi@rct.gsdf.mod.go.jp



## がん検診を受けましょう

## 保健案内板

【問い合わせ】市健康推進課 ☎22-0179

### 大腸がん検診

早期発見で9割以上が治ります。  
 毎年、検診を受けましょう。



|                  |   |            |
|------------------|---|------------|
| 受検票・採便容器<br>発送時期 | 6月下旬  |            |
| 検診日              | 7月8日(月)～<br>対象者には日程表をお送りします。詳細は、市のホームページをご覧ください。                                      |            |
| 対象者              | 40歳以上の人(令和7年3月31日時点)  | 検査内容 便潜血検査 |
| 検診料              | 1,000円 ※70歳以上(令和7年3月31日時点)の人、令和5年度市民税非課税世帯の人、生活保護受給者は無料                               |            |
| 追加申込み            | 3月31日までに申し込みできなかった人は、検診希望日の4日前までにお申込みください。<br>申込先：市健康推進課 ☎22-0179 8時30分～17時15分(土日は除く) |            |

- 申し込みをしたが検診を受けない場合、未使用容器の返却にご協力ください  
 回収場所：市健康推進課、各地区生活応援センター、大腸がん検診会場
- 受検票・容器に必要事項を必ずご記入ください ●受検票は切り取らずお持ちください
- 代理の人でも提出可能ですが、必要事項が記入されていない場合は、回収できませんのでご注意ください

### 毎年6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です

「食べること」栄養を摂るためには、入り口である歯と口の健康が維持されることが大切です。  
 自分や家族の健康を維持するためにもしっかり食べられる口を作ることが大切です。  
 一生、自分の歯で食べるため、この機会に歯と口の健康について知識を深めましょう。



### 毎年6月は食育月間です

食事を1日3回、規則正しくとっていますか。  
 朝食を食べない、野菜をほとんど食べない、おやつを食べ過ぎるなど、食生活が乱れている状態が続くと栄養バランスが崩れ、体調を崩すきっかけに繋がります。  
 生涯にわたり、心も体も健康で質の高い生活を送るため栄養のバランスについて考えてみましょう。



釜石市食育イメージキャラクター  
 はたてちゃん

**熱中症対策について**  
 近年増加している熱中症、皆さんは適切に予防対策を行えていますか。  
 熱中症は夏の強い日差しの下で激しい運動や作業をするときだけではなく、体が熱さに慣れていない梅雨明けの時期にも起こります。また屋外だけではなく、室内でも何もしない時に発症することもあります。  
 熱中症は高温多湿な環境で体温の調整がうまく行えず、体に熱がたまってしまふことで起こります。立ち眩み、こむら返り、頭痛、吐き気、だるさなどがあり、重症になると意識がもうろうとします。  
 予防には「こまめな水分補給」と「暑さを避けること」が重要です。一般的に1日の飲水量は、大人の場合1.2リットルと言われています。普段の生活の中でも、朝起きた時や寝る前、入浴の前後などに、少しずつ水分補給をしましょう。また日中に農作業を行ったり、運動を行ったりに大量に汗をかいたときは、塩分の補給も大切です。ただし、かかりつけ医から水分や塩分の制限を受けている人は、よく相談の上、その指示に従いましょう。  
 暑さ対策としては、適切な冷房使用が大切です。高齢になると暑さを感じにくくなります。温度計を設置し、室温が28℃を超えないようにしましょう。



釜石薬剤師会  
 まつくら調剤薬局  
 薬剤師 藤田みなみ



**すこやかに** ( )は保護者名・敬称略

甲子町 福成 渚ちゃん(玄)  
 野田町 藤社 粋成ちゃん(裕希)  
 定内町 関村 瑞葵ちゃん(駿央)  
 小川町 畠山 結凧ちゃん(智樹)  
 鵜住居町 熊谷 颯汰ちゃん(幸平)  
 芳賀 月移ちゃん(雄成)

**おしあわせに** ( )は旧姓

東前町 伊藤 秀治さん・瑠菜さん(佐々木)  
 甲子町 稲田 壮一郎さん・ちひろさん(金子)  
 野田町 及川 隼一さん・暁美さん(佐々木)

**やすらかに** ( )は享年

浜町 佐々木 克郎さん(86)  
 只越町 杉本 次男さん(85)  
 大只越町 菊池 良孝さん(66)  
 大町 宮田 滋夫さん(88)  
 工藤 英明さん(62)  
 大渡町 松田 美和子さん(71)  
 嬉石町 岩間 京子さん(83)  
 川原 國雄さん(83)  
 佐藤 志津さん(86)  
 大字平田 中村 秀子さん(76)  
 源太沢町 川端 美子さん(86)  
 甲子町 砂子 忠作さん(90)  
 佐々木 忠夫さん(75)  
 佐々木 優太郎さん(81)  
 佐々木 タミノさん(84)  
 菊地 尚子さん(82)  
 松澤 美代子さん(91)  
 野田町 小山 操さん(95)  
 野田 信彦さん(62)  
 茂庭 治子さん(97)  
 田仲 榮子さん(89)  
 定内町 佐野 祥子さん(81)  
 久保 正さん(80)  
 小佐野町 今入 博さん(90)  
 小川町 三浦 康男さん(90)  
 鵜住居町 前川 洋子さん(90)  
 狐鼻 武さん(89)  
 岩崎 吉平さん(91)  
 佐々木 トメさん(100)  
 橋野町 八幡 善美さん(83)  
 小笠原 ヤス子さん(91)  
 唐丹町 舛谷 勝利さん(48)  
 鈴木 トシさん(88)  
 鈴木 チエさん(99)  
 曾根 保さん(76)

**いわて産業人材奨学金返還支援制度  
対象者募集**

県は、岩手で暮らし、働きたい若者の奨学金の返還を支援しています。

**対象者** ①②のいずれにも該当する人  
 ①日本学生支援機構の第一種・第二種奨学金の貸与を受け、将来返還予定または返還中の人  
 ②岩手県の認定を受けた県内の認定企業へ就職し、県内への定住を希望する人

**支援内容** 返還総額の1/2(最大250万円)

**募集定員** 120人

**募集期限** 9月30日(月)まで

**〆** (公財)いわて産業振興センター  
 ☎019-631-3828、岩手県ものづくり自動車産業振興室 ☎019-629-5553



**ひとり親家庭等のための  
無料法律相談**

**日時** 7月3日(水) 10時～15時(要予約)

**場所** 釜石地区合同庁舎 沿岸広域振興局 2階相談室1

**対象** ひとり親家庭の人(母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦)他

**費用** 無料

**内容** 離婚や養育費についてなど、日常生活において困っていることや悩みなど、弁護士による相談を行います。

**〆** 沿岸広域振興局 保健福祉環境部 ☎25-2713、(一社)岩手県母子寡婦福祉連合会 ☎019-623-8539

**休日当番医・薬局(7月)** 診療時間 9時～17時 ※お昼休憩中は対応できない場合があります

| 休日 | 曜日  | 当番医・当番薬局               | 所在地  | 電話番号                 |
|----|-----|------------------------|------|----------------------|
| 7  | 日   | 藤井小児科内科クリニック<br>菊屋薬局   | 大槌町  | ☎42-7788<br>☎42-3526 |
| 14 | 日   | 小泉医院<br>ハロ一薬局          | 中妻町  | ☎23-5157<br>☎23-8455 |
| 15 | 月・祝 | 神林医院<br>中田薬局松倉店        | 甲子町  | ☎23-6635<br>☎23-1230 |
| 21 | 日   | 道又内科小児科医院<br>ひよっこり薬局   | 大槌町  | ☎42-2500<br>☎27-5220 |
| 28 | 日   | はまと神経内科クリニック<br>リリーフ薬局 | 鵜住居町 | ☎29-1212<br>☎29-1555 |

**休日当番歯科医(7月)** 診療時間 9時～12時

| 休日 | 曜日 | 当番歯科医     | 所在地 | 電話番号     |
|----|----|-----------|-----|----------|
| 7  | 日  | 三浦歯科クリニック | 平田  | ☎55-6480 |
| 14 | 日  | やえがし歯科医院  | 平田  | ☎36-1182 |
| 21 | 日  | 山崎歯科クリニック | 中妻町 | ☎23-1111 |
| 28 | 日  | 工藤歯科クリニック | 大町  | ☎22-6480 |

**今月の納税**

**【市県民税 1期】**  
**納期限** 7月1日(月)

**夜間納税相談**

**期日** 6月27日(木)、28日(金)  
**時間** 17時15分～19時15分  
**場所** 市役所税務課  
**〆** 市税務課 ☎27-8417

**釜石市の人口と世帯(5月)**

|    |          |         |
|----|----------|---------|
| 男  | 14,068人  | (-14人)  |
| 女  | 15,352人  | (-29人)  |
| 合計 | 29,420人  | (-43人)  |
| 世帯 | 15,570世帯 | (-19世帯) |

※( )は前月比

**熱中症に注意しましょう**

6月から暑い日が多くなり、熱中症の危険が高くなります。熱中症警戒アラート・熱中症特別警戒アラート発表時には、防災行政無線での注意喚起放送を行います。



**熱中症予防**

- ・エアコンや扇風機などで暑さを避けよう
- ・のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をしよう
- ・高齢者や子どもは特に注意しましょう



問い合わせ 釜石消防署 救急係  
 ☎22-2526

※環境省のLINEを活用した熱中症警戒アラート・暑さ指数の情報発信



**宮古児童相談所巡回相談**

**日時** 7月12日(金) 10時～15時  
**場所** 釜石いこいの家  
**内容** 子どもの養育や療育についての助言・指導の他、必要に応じて心理学的判定を実施します。  
**申込期限** 6月28日(金)  
**申し込み・〆** 市こども家庭課  
 ☎22-5121

**各種相談**

| 内容                  | 予約                 | 日時                           | 場所                      | 申し込み・問い合わせ                                |
|---------------------|--------------------|------------------------------|-------------------------|---|
| 岩手弁護士会<br>無料法律相談    | 要                  | 6月26日(水)、7月10日(水)<br>10時～15時 | 市消費生活センター               | 市消費生活センター<br>☎22-2701                     |
| 多重債務<br>弁護士無料相談     |                    | 7月16日(火)<br>10時～15時          |                         |   |
| 人権相談                |                    | 7月5日(金)<br>13時～16時           |                         |   |
| 公証相談                | 要<br>※前日に予約がなければ中止 | 7月4日(木)<br>10時～12時           | 宮古公証役場<br>☎0193-63-4431 | 法テラス釜石 ☎0570-078385、<br>IP電話050-3383-1402 |
| 法テラス弁護士<br>巡回無料法律相談 |                    | 7月3日(水)<br>13時～15時30分        |                         |   |

**移動図書館車「しおかぜ号」7月巡回日程**

| 2日(火)                    | 10日(水)                     |
|--------------------------|----------------------------|
| 平田地区生活応援センター 9:40～10:10  | 浜町 篠原浩さん宅前 10:00～10:30     |
| 平田災害公営住宅前 10:20～10:50    | 昭和園クラブハウス 10:45～11:15      |
| 平田こども園 11:00～11:30       | 働く婦人の家 11:30～12:00         |
| 県水産技術センター 12:00～12:30    | 中小川 カサ・デ・ファミリア 13:20～13:50 |
| かまいしワークステーション 9:50～10:20 | シープラザ釜石西側駐車場 14:05～14:35   |
| 鵜住居保育園 10:40～11:10       | 12日(金)                     |
| 五葉寮 11:15～11:45          | 鵜住居幼稚園 10:00～10:30         |
| 沢口製パン前 13:15～13:45       | 鵜住居町 日向アパート前 10:40～11:10   |
| 鵜住居公民館前 14:00～14:30      | 栗林小学校前 12:50～13:30         |
| 5日(金)                    | 泉宮両石アパート 14:00～14:30       |
| 松原公園付近 9:30～10:00        | 13日(土)                     |
| 唐丹公民館前 10:30～11:00       | 青葉ビル 9:30～10:00            |
| 栗林町仮設団地跡 13:00～13:30     | 市役所車庫前駐車場 10:10～10:40      |
| 砂子畑集会所前 13:40～14:10      | 大只越市営住宅付近 10:50～11:20      |
| 9日(火)                    | 釜石情報交流センター駐車場 11:30～12:00  |
| 只越復興住宅1号棟前 10:15～10:45   | 泉宮上平田アパート4号棟前 13:30～14:00  |
| かまいしこども園 11:00～11:30     | 上平田 教職員アパート付近 14:10～14:40  |
| 釜石小学校 13:00～13:30        | 18日(木)                     |
| 中妻地区生活応援センター 13:40～14:10 | 双葉学童育成クラブ 15:00～15:30      |

(交通事情により多少のずれが生じることがあります)

| 19日(金)                   | 24日(水)                        |
|--------------------------|-------------------------------|
| 大畑団地集会所前 10:30～11:00     | 平田駅前 9:20～9:50                |
| 甲子地区生活応援センター 11:10～11:40 | 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 13:45～14:05     |
|                          | 25日(木)                        |
|                          | 甲子林業センター駐車場 9:15～9:45         |
|                          | 唄貝 チビッコ広場前 10:00～10:30        |
|                          | 洞泉市営住宅前 10:40～11:10           |
|                          | 洞関地区コミュニティ消防センター前 11:20～11:50 |
|                          | 30日(火)                        |
|                          | 栗橋地区生活応援センター 10:10～10:40      |
|                          | 上栗林地区集会所前 10:55～11:25         |
|                          | 釜石地区合同庁舎 12:00～12:30          |

**釜石市立図書館〈7月の休館日〉**  
 1日、8日、15日、22日、29日、31日

※休館日の確認や図書の検索などができます⇒



〆 図書館 ☎25-2233

※お名前の一部を常用漢字に変換している場合があります