

みんなネットの会による
こころの家族相談会

「家族がこころの病ではないか」など、同じ立場の家族が相談を受けます。お気軽にご相談ください。
日時 12月5日(木) 13時~14時
場所 釜石広域基幹相談支援センター (定内町1-8-10)
備考 要予約
☎ 釜石広域基幹相談支援センター ☎21-1156

防災行政無線による
情報伝達試験を行います

地震や津波、武力攻撃などの発生に備え、全国一斉の情報伝達試験を行います。全国瞬時警報システム(Jアラート)を利用し、防災行政無線から「これはJアラートのテストです」と試験放送が流れます。
日時 11月20日(水)11時頃
☎ 市防災危機管理課 ☎27-8441

地元教育を通じた
地域振興に関する講演会

日時 11月28日(木) 16時~16時45分 **入場無料**
場所 釜石PIT **定員** 30人程度
対象 観光関連事業者、自治体職員、市民
講師 JTIC.SWISS代表 山田桂一郎さん
☎ 株式会社 かまいしDMC ☎27-5260

市営住宅・復興住宅の入居者を募集します

受付期間 11月18日(月)~29日(金) (土・日曜日、祝日を除く9時~17時)
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ません、入居できるようになりました。
入居指定日 令和7年1月1日(水)
 ※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
 ・復興住宅には自治会などがあります

☎ (一財) 岩手県建築住宅センター沿岸支所 釜石市大町1-4-7 大町復興住宅4号棟1階 ☎55-5742

住宅名	募集戸数
大町市営住宅	3DK : 1戸
上中島復興住宅2号棟	1LDK : 1戸
上中島復興住宅3号棟	2LDK : 1戸
大町復興住宅1号棟	1LDK : 1戸
大町復興住宅3号棟	2LDK : 1戸
只越復興住宅4号棟	1LDK : 1戸
大只越復興住宅1号棟	1LDK : 1戸
浜町復興住宅	1LDK : 1戸
尾崎白浜復興住宅(戸建)	2LDK : 1戸
唐丹片岸復興住宅(戸建)	2LDK : 1戸
花露辺復興住宅	2LDK : 1戸
小白浜復興住宅1号棟	1LDK : 1戸
鶴住居復興住宅2号棟	2LDK : 1戸
鶴住居復興住宅(戸建)	1LDK : 1戸
両石復興住宅(戸建)	1LDK : 1戸

まちのお知らせ Information

高齢者・障がい者
なんでも110番

日時 11月19日(火)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。相談料は無料です。
☎ 019-625-0110
場所 岩手県福祉総合相談センター
☎ 東海林法律事務所 東海林弁護士 ☎019-623-9511

「高齢者現況調査(訪問調査)」
へご協力ください

8月から実施している高齢者現況調査に回答していない人に訪問調査を実施しています。
対象 令和6年4月1日現在、75歳以上で市内に住所がある人(要介護・要支援の人は除く)
調査期間 令和7年3月31日(月)まで
調査員 在宅介護支援センターの職員(ケアマネ事業所) ※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
☎ 釜石市地域包括支援センター ☎22-2620

図書館クリスマス会&図書展

「図書館クリスマス会」
日時 12月14日(土)10時30分~12時
場所 図書館 2階視聴覚室
内容 絵本の読み聞かせ、ミュージックベル演奏、DVD上映など
定員 先着40人(事前申込制)
申込開始 11月19日(火)

「クリスマス図書展」
期間 12月4日(水)~25日(水)
場所 図書館 1階展示ホール

申し込み・☎ 図書館 ☎25-2233

歴史を学ぶ文化講演会
—かまいし歴史学講座—

日時 12月4日(水)14時~
場所 釜石情報交流センター 釜石PIT
入場料 無料(事前申込不要)
内容 講演「釜石の方言と岩手県郷土教育運動—昭和初期の方言ブームについて—」
講師 岩手大学教育学部 名誉教授 大野真男さん
☎ 市文化振興課 芸術文化係 ☎27-7567



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

今年度最後の胃がん検診です



胃がんは日本人に多いがんです。早期発見のため、検診を受けましょう。

日時 12月1日(日) **場所** 保健福祉センター1階
対象 40歳以上の人(令和7年3月31日時点) **検診内容** 問診、胃部レントゲン撮影(バリウム検査)
検診料 2,000円

※70歳以上(令和7年3月31日時点)、令和5年度市民税非課税世帯、生活保護受給者は無料

●追加申し込み 11月25日(月)までに電話でお申し込みください。申し込み後に受検票を送ります。
 ※過去の疾患や、健康状態によっては受検できない場合があります
 受検に不安のある人は、ご相談ください

申し込み・問い合わせ 市健康推進課 ☎22-0179 8時30分~17時15分(月~金曜日)

第34回「釜石市健康づくりの集い」 ~みんなが健康になれるまちを目指して~

申込不要
入場無料



『いい歯の日(11月8日)』イベント同時開催

日時 11月23日(土・祝) 10時~13時
場所 釜石市民ホールTETTO ホールB・共通ロビー・ギャラリー

参加団体	内容
一般社団法人釜石医師会	◆慢性腎臓病や糖尿病等に関する内科医と眼科医によるミニ講話と相談
釜石歯科医師会	◆いい歯の日(11月8日)ポスター等コンクール表彰式 ◆検査キットを使った歯周病チェック(先着30人) ◆歯科相談
岩手県歯科衛生士会釜石支部	◆ガムを使った咀嚼能力チェック ◆ハブラシや介護用口腔ケアの説明・相談(ハブラシのプレゼント先着100人)
釜石歯科技工士会	◆歯科資材を利用したペンダント・キーホルダー作り
釜石薬剤師会	◆骨密度測定 ◆お薬相談
釜石保健所	◆体組成測定と結果説明 ◆アルコール体質判定 ◆レッドリボン(世界エイズデー)ツリーの展示
釜石市食生活改善推進員協議会	◆災害時にも役立つレシピの紹介 ◆食の備えの豆知識の展示 ◆レシピ集の配布
釜石市スポーツ推進委員協議会 釜石市体育協会	◆ニュースポーツ体験
岩手県栄養士会沿岸地区会 釜石地区	◆個別栄養相談 ◆食品の塩分量見える化コーナー ◆バランスよく食べようゲーム ◆栄養に関するリーフレット配付
釜石地域こころのケアセンター 明治安田生命保険相互会社盛岡支社 釜石営業所 カーブスイオンタウン釜石 イオンスポーツクラブ3Fit釜石店	◆心の健康についてのミニ講話 ◆ストレスチェック ◆リラクゼーション法の体験 ◆血管年齢測定 ◆野菜摂取量チェック ◆下半身・姿勢ゆがみチェック ◆ダイエットトレーナーコア(振動マシン)体験 ◆健康相談
釜石市	◆親子のよい歯のコンクール釜石市代表親子の表彰



10月1日～31日届け出分

すこやかに ()は保護者名・敬称略

- 東前町 藤井 碧央 ちゃん (鷹史)
- 大字平田 鎌田 然 ちゃん (本気)
- 甲子町 菊地 彩初 ちゃん (郁也)
- 仲林 幸社 ちゃん (慶悟)
- 菊池 ひなた ちゃん (祐太)
- 野田町 大澤 英未 ちゃん (太志郎)
- 鶴住居町 赤崎 千紗 ちゃん (純平)

おしあわせに ()は旧姓

- 中妻町 大和田 英寿さん・瑠菜さん (菊池)
- 上中島町 千葉 綾太郎さん・真帆さん (昆)
- 野田町 遠藤 裕介さん・好香さん (阿部)
- 定内町 飛田 卓司さん・亜耶さん (柏館)

やすらかに ()は享年

- 天神町 野崎 富男 さん (86)
- 佐々 修一 さん (57)
- 浜町 平内 榮子 さん (85)
- 大町 尾形 和義 さん (72)
- 只越町 武井 悦 さん (91)
- 武井 正二 さん (93)
- 大渡町 畠山 佐津子 さん (86)
- 大平町 平野 ナホ子 さん (90)
- 三浦 信也 さん (78)
- 大字平田 矢浦 政弘 さん (70)
- 千鳥町 平山 ミヨ子 さん (97)
- 羽田野 篤子 さん (90)
- 上中島町 丹野 充子 さん (86)
- 松下 均 さん (81)
- 源太沢町 高橋 良子 さん (79)
- 礼ヶ口町 三浦 エミ子 さん (83)
- 甲子町 川崎 常男 さん (82)
- 千葉 アキ さん (86)
- 齊藤 ツトリ さん (94)
- 佐々木 サメ さん (80)
- 國分 英夫 さん (83)
- 野田町 竹下 ミツ さん (95)
- 佐々木 ツネ子 さん (89)
- 小佐野町 昆 愛 さん (84)
- 檜山 イサ さん (89)
- 小川町 佐藤 イト子 さん (95)
- 鶴住居町 平原 節子 さん (88)
- 志斎 哲男 さん (62)
- 岩崎 征夫 さん (80)
- 前川 哲郎 さん (92)
- 菊池 キヨミ さん (93)
- 箱崎町 佐々木 正一 さん (69)
- 森古 徳志 さん (92)
- 唐丹町 木村 つる子 さん (90)

※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

ココチーヨガ教室 (夜の部)

日時 11月22日(金)、12月6日(金)、20日(金) 19時～20時
 場所 釜石市球技場2階ラウンジ
 受講料 1回600円
 持ち物 タオル、水、動きやすい服、ヨガマット(貸出あり)
 講師 阿部直美さん 定員 12人
 申し込み・問 釜石市球技場 ☎23-2713

宮古児童相談所巡回相談

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。
 日時 12月10日(火)10時～15時
 場所 保健福祉センター2階 はぐくみルーム
 申込期限 11月26日(火)
 申し込み・問 市こども家庭課 ☎22-5121

かまいし地域づくりフォーラム

日時 11月23日(土) 13時30分～16時30分 開場13時
 場所 釜石PIT・釜石市民ホールTETTOホール前広場
 内容 ①基調講演 ②事例発表 ③各地区の活動紹介
 講師 公益財団法人テクノエイド協会理事、日本社会事業大学名誉教授 大橋謙策さん
 問 市まちづくり課 ☎27-8454

休日当番医・薬局 (12月)

休日	曜日	当番医・当番薬局	所在地	電話番号
1	日	藤井クリニック ツルハドラッグ釜石店	只超町	☎27-8857 ☎31-2268
8	日	釜石のぞみ病院 はまゆり調剤薬局	大渡町	☎31-2300 ☎24-3671
15	日	小笠原内科クリニック 中田薬局上中島店	上中島町	☎25-2580 ☎21-2050
22	日	釜石ファミリークリニック おおぞら薬局	大渡町	☎31-1616 ☎31-2030
29	日	植田医院 つくし薬局本店	大槌町	☎42-2130 ☎42-8500
31	火	はまと神経内科クリニック リリーフ薬局	鶴住居町	☎29-1212 ☎29-1555

休日当番歯科医 (12月)

休日	曜日	当番歯科医	所在地	電話番号
1	日	小松歯科医院	大槌町	☎42-7702
8	日	近藤歯科医院	大槌町	☎42-7667
15	日	ささき歯科医院	鶴住居町	☎29-1222
22	日	鈴木歯科医院	中妻町	☎23-5908

マイナンバー休日窓口

日時 12月8日(日) 9時～12時
 場所 市役所市民課
 戸籍関係の届出は宿日直が対応します。
 問 市市民課 ☎27-8450

釜石市の人口と世帯 (10月)

男	13,908人	(-28人)
女	15,193人	(-39人)
合計	29,101人	(-67人)
世帯	15,459世帯	(-25世帯)

※()は前月比

今月の納税

【国民健康保険税 5期】
 納期限 12月2日(月)

休日納税相談

期日 11月24日(日) 9時～15時
 場所 市役所税務課
 問 市税務課 ☎27-8417

夜間納税相談

期日 11月28日(木)、29日(金)
 時間 17時15分～19時15分
 場所 市役所税務課
 問 市税務課 ☎27-8417

将棋フェスティバル in 釜石

日時 12月8日(日) 10時
 会場 釜石市民ホール TETTO
 内容 トークショー、多面指しぐるぐる将棋
 出演 渡辺明九段、小山怜央四段、本田小百合女流三段 ※入場無料、要整理券
 問 岩手日報社釜石支局 ☎23-5107

釜石の地魚を楽しむ 魚捌き講習会「どんこ編」

日時 11月24日(日)、12月1日(日) 10時30分～13時30分
 場所 魚河岸テラス キッチンスタジオ 定員 6人
 申し込み・問 清原拓磨 ☎080-5740-6064 ☒tkiyohara92@gmail.com

社会を明るくする運動“作文コンテスト” 釜石地区表彰式・発表会

申込不要

日時 11月30日(土) 14時～16時30分
 場所 釜石PIT
 内容 釜石・大槌地区の小学生と中学生部門の応募。作文の中から選ばれた各部門3人の表彰、作文の朗読発表。
 問 釜石地区保護司会事務局 ☎22-1551

外国ひろば「中国編」受講者募集

日時 12月12日(木)、19日(木) (全2回) 18時30分～19時45分
 場所 青葉ビル 研修室 (大町3-8-3) 定員 15人
 対象 中国に興味をお持ちの人、簡単な中国語や文化を学びたい人
 講師 高莉莉さん (中国・山東省出身) 受講料 1,000円 (全回数分)
 締切 12月6日(金) ※定員に達した時点で締め切ります
 申し込み・問 市文化スポーツ部 国際交流課 ☎27-5713 ☒kokusai@city.kamaishi.iwate.jp

各種相談

内容	予約	日時	場所	申し込み・問い合わせ
人権相談	要	12月6日(金) 13時～16時	市消費生活センター	市消費生活センター ☎22-2701
公証相談	要	12月5日(木) 10時～12時		宮古公証役場 ☎0193-63-4431
法テラス弁護士巡回無料法律相談	※前日に予約がなければ中止	12月4日(水) 13時～15時30分	法テラス気仙	☎0570-078385、IP電話050-3383-1402
年金相談	要	12月19日(木) 10時～15時30分 ※要：基礎年金番号がわかるもの		青葉ビル

移動図書館車「しおかぜ号」12月巡回日程

巡回日	巡回時間
3日(火)	平田地区生活応援センター 9:40～10:10 平田災害公営住宅前 10:20～10:50 平田こども園 11:00～11:30 泉水産技術センター 12:00～12:30
5日(木)	かまいしワーク・ステーション 9:50～10:20 鶴住居保育園 10:40～11:10 五葉寮 11:15～11:45 沢口製パン前 13:15～13:45 鶴住居公民館前 14:00～14:30
6日(金)	松原公園付近 9:30～10:00 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

釜石市立図書館 (12月の休館日)

2日、9日、16日、23日、29日、30日、31日
 ※休館日の確認や図書の検索などができます☞



巡回日	巡回時間
7日(土)	青葉ビル 9:30～10:00 市役所車庫前駐車場 10:10～10:40 大只越市営住宅付近 10:50～11:20 釜石情報交流センター駐車場 11:30～12:00 泉宮上平田アパート4号棟前 13:30～14:00 上平田 教職員アパート付近 14:10～14:40
10日(火)	只越復興住宅1号棟前 10:15～10:45 かまいしこども園 11:00～11:30 釜石小学校 13:00～13:30 中妻地区生活応援センター 13:40～14:10
11日(水)	浜町 篠原浩さん宅前 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 シープラザ釜石西側駐車場 14:05～14:35
13日(金)	鶴住居幼稚園 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 12:50～13:30 泉宮両石アパート 14:00～14:30
19日(木)	双葉学童育成クラブ 15:00～15:30
20日(金)	大畑団地集会所前 10:30～11:00 甲子地区生活応援センター 11:10～11:40
24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
25日(水)	平田駅前 9:20～ 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 13:45～14:05
26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 洞泉地区コミュニティ消防センター前 11:20～11:50 (交通事情により多少のずれが生じることがあります)

問 釜石市立図書館 ☎25-2233