

暮らしの情報

本庁舎 ☎52-2111  
山形総合支所 ☎72-2111  
宇部支所 ☎56-2111  
侍浜支所 ☎58-2111  
山根支所 ☎57-2111

※市役所の各課の番号は直通電話です。また、上記の代表電話からも掛けられます

図書館だより

《市立図書館》 ☎53・4605

▼開館時間：9時～19時  
(土日祝は17時まで)

▼休館日：5日(月)、13日(火)、19日(月)、26日(月)、28日(水)

▼企画展「学習マンガ」を読む  
子ども、そして大人にも読みやす  
さで人気の本を展示・貸し出します

▼期間：1日(木)～22日(木)

▼図書館映画会

「クレヨン」の星「雪女」ほか

▼日時：10日(土)①10時②14時30分  
「ためぎの糸車」ほか

▼日時：24日(土)①10時②14時30分

▼読み聞かせ会「チビッコの部屋」  
ボランティアグループ「ピノキオ」  
による絵本や紙芝居の読み聞かせ

▼日時：①10日(土)11時～11時30分②  
24日(土)14時～14時30分

▼ブックスタート

4・5カ月児相談・6カ月児健診

久慈 吾輩は作家の猫である

著者/高橋克彦  
出版/エイアンドエフ

岩手県出身の作家・高橋克彦が愛猫の生きた証を残そうと撮り続けた写真とともに、猫の童話2作、猫の恐怖小説、時代小説、さらには猫に関するエッセイを収録しています。



おすすめ図書

山形 世界を救うパンの缶詰

著者/菅聖子  
出版/ほるぷ出版

3年間おいしく保存でき、子どもから歯の悪いお年寄りまで食べられる「パンの缶詰」。缶詰を作った秋元さんは、海外の飢餓地域を救う仕組みまで作りました。小さなパン屋さんが世界を救う「奇跡の缶詰」物語。



募集

■再就職に役立つセミナーを開催  
コミュニケーション・マナー講座  
を開催します。ぜひご活用ください。

▼日時：2月27日(火)、3月6日(火)、  
3月13日(火) 13時30分～16時

▼会場：久慈グランドホテル

▼対象・定員：求職者・20人

▼受講料・テキスト代：無料

▼申込期限：2月20日(火)

久慈地域雇用創造協議会

☎75・3032

市民農園で野菜をつくらう！

▼場所：天神堂第37地割181番地1

▼募集区画：15区画(1区画45㎡)

▼利用期間：貸付日から翌年2月末

▼利用料：年間1000円

▼対象：農地を所有していない市民

▼申込期限：2月20日(火)※申込多数  
の場合は抽選となります

久慈政課 ☎52・2121

市営住宅空きがあります

住宅名	戸数	家賃(月額・円)
新川井団地①	1	19300～28700円
新川井団地②	1	19500～29000円

▼申込期限：2月15日(木)

久慈政課 ☎52・2120

山形総合支所産業建設課

☎72・2129

お知らせ

ネットで差押財産を公売

市税滞納処分による差押財産をインターネットオークションで公売します。詳細は市HP及びYahoo!官公庁オークションのページをご覧ください。

▼公売物品：家具など※物品は予告なく変更する場合があります

▼申込期間：2月15日(木)13時～2月27日(火)23時

▼入札期間：3月6日(火)13時～3月8日(木)23時

久慈政課 ☎52・2368

元気健康だより

何か変だと思ったら至急受診!

～脳卒中を予防しよう～

保健推進課 ☎61-3315



脳卒中とは脳の血管が詰まるか破れるかして脳に血液が届かなくなり、脳の神経細胞に障害が生じる病気です。

主な症状は①片側の手足のしびれや顔半分のみ(手足のみ、顔のみの場合もあります)②ろれつが回らない、言葉が出ない③力はあのに立てない、ふらふらする④片方の目が見えない、物が2つに見えるなどの異常⑤経験したことがない激しい頭痛一などです。これらの症状は1つだけの場合もあります、複数が見れる場合もあります。

脳卒中は早く受診し、治療を開始すると後遺症が軽くなり、ほとんど後遺症がなく回復することもあります。上記のような症状に気づいたら症状が出現した時間を確認し、すぐに救急車を呼びましょう。

高血圧、糖尿病、脂質異常症、不整脈、喫煙は脳卒中の5大危険因子と言われています。これらの症状・習慣がある人は生活習慣を見直しましょう。

納税だより

随期分と過新分の口座振替を開始

久慈政課 ☎52-2368

これまで市税等の口座振替は、課税となった年度の通常の納期分が対象でした。全ての納期を終えてから課税された「随期分」と年度をさかのぼって課税された「過新分」については納付書で納付いたしておりましたが、これらについても5月1日納期分から口座振替で納税できます。

口座振替は納め忘れを防ぐことができ、より便利になります。お申込みは市収納対策課または市内金融機関窓口でできます。ぜひご利用ください。

いきいきキッチン

久慈市食生活改善推進員協議会 ☎61-3315



ミルク豚汁

○今月の担当…山根地区

■材料(2人分)

- ジャガイモ……………1個
- ニンジン……………1/2本
- タマネギ……………1/4個
- 万能ネギ……………1本

- 【1人分…190kcal/食塩相当量1.2g】
- 豚バラ肉……………50g
- 牛乳……………100ml
- 味噌……………大さじ1
- だし用かつお節……………適宜

POINT

牛乳を加えたら煮えてないようにしましょう

- 1 ジャガイモは大きめのいちよう切り、ニンジンは半月切り、タマネギは薄切りにする。豚肉は3センチ程度に切る
- 2 茶こしを使いかつお節に熱湯をゆっくり注ぎ、だし汁を作る
- 3 ①の野菜を鍋に入れ、ひたひたの②で煮る。少し火が通ったら豚肉を入れて煮て、味噌を溶き入れ牛乳を加える
- 4 沸騰直前で火を止め、器に盛り小口切りの万能ネギを散らす



アンバーホールのイチ押し

久慈アンバーホール ☎52-2700



2018年第13回 SWISS WEEK  
マティス・ペロイター  
ピアノ・リサイタル

日 時/3月12日(月)18時30分開演  
(18時開場)

会 場/アンバーホール小ホール

入場料/2,500円【全席自由】

演奏曲/3つのピアノ曲(シューベルト)他

ヨーロッパで数々の受賞歴を持つ若き天才イケメンピアニスト「マティス・ペロイター」が今年もアンバーホールにやります！超絶技巧の華麗な旋律をぜひお楽しみください。

～各チケット好評発売中～



リベルカント Presents  
ソプラノ・バリトンコンサート  
& オペラ [電話]

日 時/3月4日(日)14時開演  
(13時30分開場)

会 場/アンバーホール小ホール

料 金/一般1,500円、高校生以下

1,000円、友の会500円割引有

【全席自由】※当日は500円増

出 演/田村洋貴(夏井町出身)、金理愛、小林浩子  
市内中高生とのコラボもあります!