

くらしの情報

本庁舎 ☎52-2111
山形総合支所 ☎72-2111
※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
久慈市市外局番 [0194]

お知らせ Jアラート全国一斉情報伝達訓練

Jアラート（全国瞬時警戒システム）の全国一斉情報伝達訓練として、防災行政無線によるテスト放送を行います。

- ▶日時…2月16日(水)11時ごろ
▶放送内容…(上りチャイム音)「これは」Jアラートのテストです」×3回
「こちらは防災久慈広報です」(下りチャイム音)

消防防災課 ☎52-2173

お知らせ 国民年金保険料の控除証明書を送付します

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書を送付します。確定申告などに使用してください。紛失した場合は、基礎年金番号がわかるものを準備し、問い合わせください。

納付した期間 証明書発送時期
令和3年1月1日 令和3年10月下旬～9月30日 11月上旬に発送済み
令和3年10月1日 令和4年2月上旬～12月31日

▶ねんきんダイヤル…☎0570-003-004
☎二戸年金事務所 ☎0195-23-4111

お知らせ 就活説明・相談会開催

もりおか若者サポートステーションは、15歳から39歳までの若者と40～49歳までの就職氷河期世代の人を対象に、説明・相談会を開催します。本人や家族など、どなたでも参加できますが、事前に予約が必要です。

- ▶日時…2月9日(水)10時30分～12時
▶会場…よむのす1階多目的ホール
☎もりおか若者サポートステーション ☎019-625-8460

募集 いきいき百歳会 体操体験会

いきいき百歳体操とは、筋力をつけることで動きやすい体をつくり、いつまでも元気に暮らせることを目的とした体操です。

DVDを見ながら椅子に座って行うので、初めての方でも簡単にできます。お気軽にご参加ください。

- ▶日時…2月18日(金)13時30分～14時30分
▶会場…よむのす1階多目的室
▶募集人数…10人程度
▶申込期限…2月15日(火)
☎地域包括支援センター ☎61-1557

募集 認知症を体験し 対応方法を学ぼう

VR機器を使って認知症を仮想体験し、対応方法を学ぶ研修会です。誰もがなりうる認知症。この機会に知識と理解を深めてみませんか。

- ▶日時…2月21日(月)15時30分～17時
▶会場…元気の泉
▶定員…30人※2月14日(月)締切
☎地域包括支援センター ☎61-1557

募集 県立病院職員採用選考試験 薬剤師経験者特別募集

県立病院では4月1日から勤務する薬剤師の採用選考試験を行います。

- ▶試験内容…性格試験(事前web)、面接試験(オンライン)
▶試験日…2月18日(金)
▶申込期限…2月10日(木)
☎県医療局職員課 ☎019-629-6322

お知らせ あなたの大切な遺言書を 法務局が守ります

法務局は、遺言者本人が自書で作成する自筆証書遺言書を、長期間適正に管理する制度が始まりました。制度に関する詳しい内容や手続きの予約はHPを確認するか、盛岡地方法務局二戸支局へ問い合わせください。

☎盛岡地方法務局二戸支局 ☎0195-25-4811

募集 いわて山形村短角牛でナイト in 八戸

久慈市のPRイベントを八戸市で開催。歓迎セレモニーや抽選会など楽しい企画が目白押し。バイキング方式なので、出来立ての温かいまめぶや短角牛料理が提供されます。

- ▶日時…2月27日(日)18時～20時
▶場所…八戸プラザホテル
▶参加料…前売り券6千円(当日券8千円)
▶申込期限…2月22日(火)
☎産業建設課 ☎72-2111

募集 市営住宅空きあります

Table with 3 columns: 住宅名, 戸数, 家賃(月額)
てらさと団地 1 19,200-28,600円
久喜地区住宅 1 21,700-32,300円
定住促進住宅 1 10,180円

- ▶申込期限…2月15日(火)
☎建設企画課 ☎52-2120
☎山形総合支所産業建設課 ☎72-2129

お知らせ 入札参加資格を有する市内業者の皆様へ

久慈市の入札参加資格者名簿に登録されている事業者を対象に、市税や上下水道料金の納付状況を確認します。証明書を期日までに提出ください。確認できない場合は、令和4年4月1日以降の入札参加など(契約行為を含む)制限する場合があります。詳しくは問い合わせください。

- ▶対象者…令和4年1月31日時点で
①建設工事②建設関連業務③物品の買入れなどのいずれかの名簿に登録されている市内業者(市内に本社又は営業所を有する者)
▶受付期間…2月1日(火)～3月31日(休)
▶提出書類…①納税証明書(様式第29号(完納証明))②上下水道料金納付状況証明書
▶提出先…市財政課(2階)
▶提出方法…持参または郵送
☎財政局 ☎52-2113

お知らせ 小中学生の就学に援助

市では、経済的理由により就学が困難な小・中学生の保護者を対象に学用品費や修学旅行費、学校給食費などを援助しています。令和4年度の申請を希望する人は各学校へ申し出ください。援助を受けるには、保護者などの収入が一定の基準未満などの要件があります。申請は随時受け付けます。認定された場合、申請月から援助対象になります。

☎教育総務課 ☎52-2154

お知らせ 相続登記はお済ですか月間

岩手県司法書士会では、県内の司法書士事務所での相談や、電話相談を無料で行います。詳しくはHPを確認ください。

- ▶日時…2月1日(火)～2月28日(月)(土・日・祝祭日は除く)
▶無料電話相談…☎0120-823-815

お知らせ 看護師志望者に奨学金

将来、看護師の業務に従事しようとする人に無利子の奨学金を貸し付けます。看護師免許取得後、市内の医療機関などで貸し付けを受けた期間に相当する期間、看護師として勤務することで、償還が免除されます。

- ▶対象…①大学・看護学校に在学または入学予定②同様の奨学金を受けていない③本人または保護者が市内に住所を有する
▶貸付金額…月額8万円(上限)
▶募集期限…3月15日(火)
☎保健推進課 ☎61-3315

お知らせ 市民農園で野菜を作ってみませんか

- ▶場所…天神堂第37地割181番地1
▶区画…15区画(1区画45㎡)
▶対象…農地を所有していない市民
▶利用期間…貸付日から翌年2月末
▶利用料…1年間1,000円
▶申込期限…2月18日(金)
※申し込み多数の場合は抽選
☎農政課 ☎52-2121

おめでとう おくやみ

12/16～1/15 届け出分(敬称略)

♥結婚おめでとう ()内は旧姓

★誕生おめでとう ()内は保護者名

◆お悔み申し上げます ()内は年齢

いきいきキッチン 久慈市食生活改善推進員協議会 ☎61-3316
今月の担当：久慈2地区食生活改善推進員



かり干した根とかにかまの中華和え

- 材料(2人分) 【1人分…68kcal / 食塩相当量0.8g】
かり干し大根…15g
かに風味かまぼこ…2本
キュウリ…1/2本
食用菊…少々
酢…大さじ1
しょうゆ…小さじ1
砂糖…小さじ1
ごま油…小さじ1

- 1 かり干し大根ははさみで2センチ程度に切り、洗って15分ほど水につけ軽く絞る。菊はゆでておく
2 キュウリは千切りにして、かにかまは食べやすい大きさに手でさく
3 ポウルにAを混ぜ合わせ、12を加えてよく混ぜ合わせる

POINT かり干し大根はカルシウムや食物繊維が生の大根よりも多く含まれます。手軽に使えるので、常備しておくとう便利です

アンバーホールからのイチ押し

G. フッチーニ作曲 オペラ ラ・ボエーム 演奏会形式(抜粋)



主催：市文化会館 助成：一般財団法人自治総合センターコミュニティ助成事業(地域の芸術環境づくり助成事業)

日時/令和4年3月6日(日)14時開演(13時開場)
会場/アンバーホール大ホール
料金/【全席指定】高校生以下無料(チケットは必要)
S席3,500円、S席ペア5,000円、A席2,500円
(友の会1,000円割引)

夏井町出身のバリトン歌手 田村洋貴さんも出演されます

