

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】

募集

チャレンジいわて
アビリンピック2019

障がい者が日ごろ培った技能を競い合う、岩手県障がい者技能競技大会の参加者を募集します。

- ▶日時…7月7日(日)9時～
- ▶会場…岩手県立産業技術短期大学
- ▶対象者…平成31年4月1日現在、15歳以上の障害者手帳などの所持者で、岩手県内に居住または県内の事業所などに在籍する人
- ▶申込期限…5月21日(火)

	競技種目	募集人数
身体・知的・精神障がい者	ワープロ部門	5人
	表計算部門	5人
	喫茶サービス部門	10人
	ビルクリーニング部門	10人
	洋裁部門	5人
知的障がい者	DTP部門	5人
	オフィスアシスタント部門	5人
	縫製部門	5人
	木工部門	5人
	パソコンデータ入力部門	5人

園高齢・障害・求職者雇用支援機構
岩手支部 ☎019-654-2081

市営住宅空きあります

住宅名	戸数	家賃(月額・円)
萩ヶ丘地区住宅	1	3,000～4,500円

- ▶申込期限…4月12日(金)
- 園建設企画課 ☎52-2120
- 園山形総合支所産業建設課 ☎72-2129

職業訓練の受講生を募集

- ▶訓練期間…4月23日(火)～7月22日(月)
- ▶受講時間…9時～15時50分
- ▶会場…久慈職業訓練協会(川崎町)
- ▶訓練課名…OA実務科
- ▶訓練内容…パソコンを使った文書作成、表計算などの事務処理全般
- ▶定員・受講料…20人・無料
- ▶申込期限…4月10日(水)
- 園ハローワーク久慈 ☎53-3374

岩手県障がい者スポーツ大会
の参加者を募集します

- ▶日時…6月1日(土)9時～
- ▶会場…岩手県営運動公園など
- ▶対象者…平成31年4月1日現在、障害者手帳を持った13歳以上の人
- ▶申込期限…4月17日(水)
- ▶その他…送迎バスを運行予定。希望者は合わせて申し込みください
- 園社会福祉課 ☎52-2119

手話奉仕員になろう

- 聴覚障がい者の社会参加を支援する手話奉仕員としての基礎的な知識を身に付ける養成講座です。
- ▶期間…5月25日(土)から毎週土曜日13時30分～16時40分(全26回)
- ▶会場…久慈市役所など

- ▶対象・定員…18歳以上・20人程度
- ▶料金…3,240円(テキスト代)
- ▶申込期限…5月17日(金)
- 園社会福祉課 ☎52-2119

お知らせ

久慈都市計画道路を変更

- 久慈都市計画道路の変更を行い、都市計画決定しました。都市計画決定の内容を縦覧しています。
- ▶告示日…3月13日(水)
- ▶縦覧場所…市役所3階建設企画課
- ▶都市計画の種類…都市施設(道路)
- ▶都市計画の名称…久慈都市計画道路3・4・2号 広美町海岸線
3・4・17号 久慈湊大川目線
- 園建設整備課 ☎52-2124

もぐらんぴあの開館時間を変更

- 4月からもぐらんぴあの開館時間が変わります。
- ▶開館時間…9時～18時(最終入館は30分前まで)
- 園もぐらんぴあ ☎75-3551

ヨイ歯デーテレホン相談

- 電話で歯や口に関する悩みの相談を受け付けます。
- ▶日時…4月18日(木)10時～19時(回答は19時以降に歯科医師から折り返し相談者に電話します)
- ▶料金…無料(通話料は相談者負担)
- ▶相談電話…019-651-7341
- 園岩手県保険医協会歯科部 ☎019-651-7341

学校体育施設を無料開放

- ▶期間・時間…4月15日(月)～2020年3月15日(日)(年末年始を除く)
- ①屋外運動場:5時～7時、16時30分～19時(土日祝は5時～19時)
※照明施設のある施設は21時まで
- ②体育館:17時～21時(土日祝は9時～21時)
- ▶開放校…【小学校】久慈・久慈湊、長内、小久慈、夏井、平山、霜畑来内【中学校】久慈、長内、大川目、侍浜、宇部、三崎、山形
※下線は照明施設の設置校
- ▶申込期限…4月12日(金)
- 園生涯学習課 ☎52-2156

遺言相談などのお知らせ

- 宮古公証役場では、遺言や離婚など公正証書の作成や会社の定款認証などの無料相談を受け付けています。電話でもお気軽に相談ください。
- ▶受付時間…平日9時～17時
- ▶会場…宮古公証役場
- ▶相談料…無料
- 園宮古公証役場 ☎0193-63-4431

おでかけi-サポを開設

- 岩手県では、結婚を希望する人に出会いの機会づくりを支援する「おでかけi-サポ」を開設しています。利用の際は電話予約をお願いします。
- ▶開催日…4月13日(土)、21日(日)、5月18日(土)、26日(日)、6月9日(日)、29日(土)
- ▶時間…12時～15時
- ▶会場…中央市民センター小会議室
- 園i-サポ宮古 ☎0193-65-7222

固定資産税の縦覧

- 土地価格等縦覧帳簿と家屋価格等縦覧帳簿を縦覧します。(手数料無料)
- ▶期間…4月1日(月)～5月7日(火)(開庁日・開庁時間内)
- ▶対象者…①市内に所在する土地、家屋の固定資産税の納税者②固定資産税の納税管理人③納税者の代理人(委任状が必要)
- ▶縦覧場所…税務課、山形総合支所
園税務課 ☎52-2114

国民年金保険料の学生納付特例、産前産後免除の受付開始

- 4月1日から、市民課4番窓口で受付を開始します。(一般の免除申請は7月1日から)詳しくは問い合わせください。
- ▶対象者…①学生②国民年金第1号被保険者で出産日が平成31年2月1日以降の人
- ▶免除期間…
①学生納付特例:平成31年4月～2020年3月
②産前産後免除:出産予定日または出産月の前月から4カ月間(適用は4月以降。年金保障額が変わりますので一般免除・法定免除の人も申請してください)
- ▶手続きに必要なもの…①基礎年金番号かマイナンバーのわかるもの②印鑑③身分証明書④学生証の写しまたは在学証明書の原本(学生の場合)
⑤母子手帳(産前産後免除の場合)
- 園市民課 ☎52-2118



いきいきキッチン
ちらしずし

■材料(2人分)
【1人分…401kcal/食塩相当量2.1g】

米……………1合	生鮭……………1切れ	卵……………1個	かんぴょう……4g	絹サヤ……………3枚
酢…大さじ1と3/4	塩……………少々	砂糖……………小さじ1/3	砂糖……………小さじ1	木の芽……………6枚
砂糖……………大さじ3/4	キュウリ………1/2本	塩……………少々	しょうゆ……大さじ1/2	
塩……………ひとつまみ	塩……………少々	干しシイタケ……1個	ニンジン……………10g	

- ①かんぴょうは水で戻し10分ほどゆでる。干しシイタケは2/3カップの水で戻す(戻し汁は取っておく)
- ②かんぴょう、シイタケ、戻し汁、Bを鍋に入れて沸騰したら弱火でふたをして10～15分汁気がなくなるまで煮て粗熱をとる。かんぴょうは5mm幅、シイタケは薄切りにする。キュウリは小口切りにし、塩をふって水気を絞る。ニンジンは千切

- りにしてゆで、絹サヤは筋を取りゆでて斜め千切りにする
- ③鮭は塩をふり焼き、皮と骨を取って細かくほぐす
- ④卵は塩と砂糖を加えて薄く焼き、錦糸卵にする
- ⑤ご飯を炊いて、Aを加えて酢飯を作り、かんぴょう、シイタケ、キュウリをまぜる
- ⑥器に⑤を盛り付け、残りの具材を飾る

園久慈市食生活改善推進員協議会 ☎61-3315
今月の担当:長内地区食生活改善推進員

アンバーホールのイチ押し
園アンバーホール ☎52-2700

アンバーホール開館20周年記念事業
久慈・ベートーヴェン交響曲連戦演奏会 vol.3
名作の森～運命＆田園！～

- 日 時/6月23日(日)14時開演(13時30分開場)
- 会 場/アンバーホール大ホール
- 料 金/【全席指定】一般3,000円(友の会2,500円)
高校生以下1,000円(友の会500円)
※未就学児の入場はご遠慮願います。
(事前申込制の託児所を開設予定)
- 演奏曲/交響曲第5番「運命」、ピアノ協奏曲第4番
交響曲第6番「田園」



出 演/指揮:茂木大輔 ピアノ:長富彩
管弦楽:山形交響楽団

【チケット販売予定】
友の会先行発売:4月27日(土) 一般発売:5月4日(土)
アンバーホール友の会会員は、更新もお忘れなく!