

## 出張年金相談 お気軽にご相談を

- ▷ 期日 = 1月26日(木)
- ▷ 時間 = 午前10時30分～午後3時30分
- ▷ 会場 = 市役所第1会議室
- ▷ 申込方法 = ①氏名、②生年月日、③住所、④基礎年金番号、⑤連絡先の電話番号、⑥主な相談内容を連絡ください。  
※基礎年金番号は、年金手帳、年金証書などに記載されています。
- ▷ 申込期間 = 12月26日(月)～1月25日(水)
- ▷ 定員 = 15人※定員になり次第締め切り
- ▷ 申し込み・問い合わせ先  
一関年金事務所 ☎0191②4246



## 忘れずに納めましょう

【納期限=12月26日(月)】

- 市・県民税(第4期)
- 国民健康保険税(第6期)
- 介護保険料(第6期)
- 後期高齢者医療保険料(第6期)

【口座振替日=12月26日(月)】

口座振替を利用している皆さんは、12月23日(金)までに納税通知書に記載された税額と口座の残高をご確認ください。

- ▷ 問い合わせ先  
税務課収納係 ☎内線157・158・161  
※新型コロナウイルス感染症の影響により納付が困難な人は、相談ください。

## 市制施行70周年記念 三陸・大船渡第26回つばきまつり

## つばきまつりのプレイイベントを開催します

世界の椿館・基石では、世界13カ国600種の色とりどりのツバキが開花を迎えます。開花に合わせて、プレイイベントを開催します。

- ▷ 開催日 = 1月22日(日)
- ▷ 時間 = 午前10時～午後2時  
※開館時間は午前9時～午後5時
- ▷ 会場 = 世界の椿館・基石
- ▷ 入場料 = 下記料金表をご参照ください。
- ▷ 問い合わせ先 = つばきまつり実行委員会事務局【農林課内 ☎内線347・348】

### ■ イベント・催事内容

おおふなトン・大船渡つばき娘による出迎え	写真映えスポットの設置
つばきゆべし振る舞い	郷土菓子・椿関連グッズ販売業者出店
椿クレープ販売	椿油搾油体験・ハンドマッサージ体験
大船渡東高校によるミニ盆栽づくり	おおふなトンを探せ
人気椿の投票・人気椿の紹介	

## 1月4日から世界の椿館・基石の入館料が変わります

椿の開花時期を迎えるにあたり、1月4日(水)から、入館料が通常料金となります。

- ▷ 入館料 = 右表のとおり  
※団体料金は20人以上です。  
※幼児以下は無料です。
- ▷ 問い合わせ先 = 世界の椿館・基石 ☎②4187

### ■ 世界の椿館・基石入館料

区分	個人 (共通※)	団体 (共通※)
一般	500円 (600円)	450円 (550円)
高校生	500円	450円
小中学生	300円	250円

※共通は、椿館および市立博物館の両方に入館できます。

## 子育てに関するお知らせ

### 1月のこそだてシippイベント

- ▷ 対象 = 気仙管内(大船渡市・陸前高田市・住田町)の妊婦さん～未就学児とその保護者
- ▷ 開所時間 = 午前10時～午後3時(土曜日休み)
- ▷ 会場 = サン・リア2階(すくすくルーム)
- ▷ 予約・問い合わせ先 = こそだてシipp ☎④5689

### ■ イベント日程

期日・時間	行事名
5日(木)11:00～11:30	おはなしころりん読み聞かせ ※無料、申込不要
8日(日) ①10:00～12:00 ②13:30～15:30	マタニティスクールうぶごえ ※500円/回、要予約 ①沐浴演習と産後のお話 ②母乳とお産の話、抱っこ演習、心音聴取
13日(金)、27日(金) 10:00～12:00	ベビーサロン※200円、要予約、きょうだい参加可
13日(金)、27日(金) ①10:30～、②11:00～	授乳相談 ※無料、要予約
16日(月)10:30～11:30	お口の健康 ※無料、要予約
18日(水)10:00～15:00	産後ケア「ほほえみ」 ※1,000円(昼食付)。会場は福祉の里センター。 ※要予約
23日(月)10:30～11:30	遠野わらべうた※1歳未満の母子が対象、無料、要予約
26日(木)10:30～11:30	保健師のすくすく相談 ※無料、申込不要
30日(月)10:30～11:30	親子ヨガ ※500円、要予約

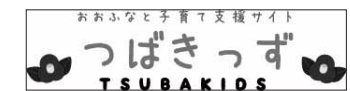
### 乳幼児健診日程

- 離乳食教室  
▷ 期日 = 1月17日(火)  
▷ 対象 = 令和4年9月生まれのお子さん
- 7カ月児健康相談  
▷ 期日 = 1月6日(金)  
▷ 対象 = 令和4年5月生まれのお子さん
- 1歳児健康相談  
▷ 期日 = 1月12日(木)  
▷ 対象 = 令和3年12月生まれのお子さん
- 1歳6カ月児健康診査  
▷ 期日 = 1月11日(水)  
▷ 対象 = 令和3年6月生まれのお子さん
- 3歳児健康診査  
▷ 期日 = 1月13日(金)  
▷ 対象 = 令和元年6月生まれのお子さん

### ◎ 健診などの注意点

- ・受付時間などの詳細は、健康推進課からの通知文書をご確認ください。
- ・会場は保健センターです。
- ▷ 問い合わせ先 = 健康推進課 ☎⑦1581

「つばきっず」でも、子育て情報を掲載しています。



## 無料・65歳以上対象 「体力づくり講座」参加者募集!

～体力づくりで健康的な体を手に入れましょう～

- ▷ 期日・会場 = 右表のとおり
- ▷ 時間 = 午後2時～3時(午後1時30分から受け付け)
- ▷ 対象 = 65歳以上(運動制限のない人)
- ▷ 内容 = 運動や健康づくりのお話
- ▷ 参加料 = 無料
- ▷ 定員 = 各地区30人(先着順)
- ▷ 申込締切日 = 各地区開催日の前日までに電話で申し込みください。
- ▷ 持ち物・服装 = マスク着用、飲料水、動きやすい服装、眼鏡(必要な人)
- ▷ 申込先・問い合わせ先 = 特定非営利活動法人さんりくWELLNESS ☎080-1823-2015

### ■ 各地区の日程および会場

地区	期日	会場
大船渡	1月10日(火)	おおふなぼーと
末崎	1月12日(木)	ふるさとセンター
赤崎	1月17日(火)	赤崎地区公民館
猪川	1月23日(月)	猪川地区公民館
立根	1月19日(木)	立根生活改善センター
日頃市	1月31日(火)	日頃市地区公民館
綾里	1月24日(火)	綾姫ホール
越喜来	1月30日(月)	三陸公民館
吉浜	1月26日(木)	吉浜地区拠点センター

※盛地区は定員に達しました。