

お祝い お悔やみ (敬称略)

10月21日～11月5日届け出

○お誕生おめでとう ()は保護者

(盛町) 高橋 柚来 (夏生) 下館下
 (猪川町) 千葉 柑奈 (貴幸) 富岡
 大江 和琴 (崇之) 富岡
 (三陸町綾里) 新沼 楓嘉 (直人) 石浜
 (三陸町越喜来) 瀧澤 ここね (桂史) 仲崎浜

○ご結婚おめでとう

(大船渡町) 熊谷 俊♥木下光美 (新田)
 (赤崎町) 小山佳祐♥佐藤彩乃 (佐野)
 (猪川町) 今野武志♥山口美紗 (前田)
 (立根町) 及川強人♥和田真実 (下欠)

○お悔やみ申し上げます

(盛町) 佐藤和男 (87) 沢川
 伊勢静子 (90) 町
 (大船渡町) 富澤隆子 (70) 富沢
 及川和平 (70) 台
 新沼キヨ子 (85) 砂子前
 (末崎町) 浅野忠雄 (94) 小細浦
 村上安子 (80) 大田
 (猪川町) 金野光雄 (87) 中井沢
 (日頃市町) 佐藤光子 (89) 中板用
 (三陸町綾里) 佐藤真一 (91) 宮野
 佐々木美奈子 (83) 野形
 (三陸町越喜来) 中嶋慶吉 (86) 仲崎浜
 小松芳美 (93) 仲崎浜

【人口のうごき】

10月31日現在
 ※()内は前月比

○人 □…35,205人(-33人)
 男16,826人(-18人) 女18,379人(-15人)
 ○世帯数…14,886世帯(-2世帯)



マイナンバーカード に関する10の疑問 (全10回)

Q6 マイナンバーカードって お得なの？

マイナンバーカードを持っている人が、
 キャッシュレスでお買い物をする時、最大
 5,000円分のポイントが還元される。「マイ
 ナポイント」という制度があります！
 スマートフォンやパソコン、市内の「マイ
 ナポイント手続スポット」から申し込みが
 できるよ。ただし、ポイントがもらえる期間
 は2021年3月31日までで、予約は先着
 順で限りがあるので、申し込む際は気を
 付けてね。



マイナンバー
 カードをもっと
 有効活用したい
 トン。

12月の休日当番医

科	日	医療機関名	電話番号
医科	6日	えんどう消化器科内科クリニック (猪川町)	㊦1555
	13日	いとう耳鼻咽喉科クリニック (猪川町)	㊦1333
	20日	二又診療所 (矢作町)	㊦2220
	27日	及川皮膚科クリニック (猪川町)	㊦1227
	30日	石倉クリニック (大船渡町)	㊦2525
	31日	うのうらクリニック (立根町)	㊦3636
歯科	6日	及川歯科医院 (盛町)	㊦5582
	13日	きかわだ歯科クリニック (小友町)	㊦1188
	20日	ほりのうち歯科医院 (立根町)	㊦5666
	27日	くまかみ歯科クリニック (赤崎町)	㊦1888
	30日	たかた歯科医院 (矢作町)	㊦5011
	31日	細川歯科医院 (大船渡町)	㊦4158

▷受付時間

医科＝午前9時～午後5時／歯科＝午前9時～正午
 ※変更になる場合があります。

■こども救急相談電話■

夜間にお子さんの具合が悪くなったときは、電話
 相談を利用しましょう。

▷相談電話番号

・☎#8000(携帯電話からも相談できます)
 ・☎019-605-9000(ダイヤル式電話、PHS、IP電
 話用)

▷受付時間＝午後7時～11時(年中無休)

「元気アップ↑教室」を開催します

▷期日・会場＝下表のとおり

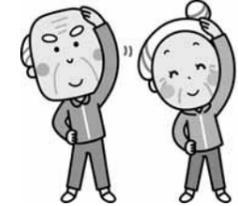
▷時間＝午後1時50分～3時(受け付けは午後
 1時30分から)

▷対象＝60歳以上の人

▷参加料＝無料

▷定員＝各20人(先着順)

▷申込方法・期間＝各地区



開催日の前日までに申し込みください。

▷内容＝年間を通して次の内容を実施します。

- ・音楽の力で心も体もリラックス
- ・ヨガでしなやかな身体づくり～ヨガ体操～
- ・みんな一緒に筋力アップ

▷申し込み・問い合わせ先

地域包括ケア推進室(☎㊦2943)

地区	期日	会場	内容	持参するもの
盛	12月14日(月)	カメラアホール	みんな一緒に筋力アップ	運動靴(屋外用)
大船渡	12月8日(火)	おおふなぼーと	みんな一緒に筋力アップ	運動靴(屋外用)
末崎	12月3日(木)	ふるさとセンター	みんな一緒に筋力アップ	なし
赤崎	12月10日(木)	漁村センター	みんな一緒に筋力アップ	なし
猪川	12月9日(水)	猪川地区公民館	ヨガ体操	バスタオル
立根	12月22日(火)	立根生活改善センター	みんな一緒に筋力アップ	なし
日頃市	12月18日(金)	日頃市地区公民館	ヨガ体操	バスタオル
綾里	12月21日(月)	綾姫ホール	音楽の力でリラックス	なし
越喜来	12月10日(木)	三陸公民館	音楽の力でリラックス	なし
吉浜	12月17日(木)	吉浜地区拠点センター	みんな一緒に筋力アップ	なし

【全地区共通】
 ・マスク
 ・飲料水
 ・眼鏡(必要な人)
 ・筆記用具
 ※動きやすい
 服装で参加
 ください

クリスマスクラフトづくり体験のお知らせ

1 碓石海岸インフォメーションセンターで

クリスマスクラフトづくり

▷期間＝11月21日(土)～12月25日(金)

▷時間＝午前9時～午後3時

▷会場＝碓石海岸インフォメーション
 センター

▷内容および体験料

- ・リースリメイク体験＝300円
 ※今までに作ったリースを持参ください。
- ・オーナメントづくり体験＝500円
- ・リースづくり体験＝大500円、中300円、小100円
- ・ミニツリーづくり体験＝100円

▷注意事項

- ・体験者同士の間隔を空けるため、一度に最大10
 人程度とします。
 - ・感染症予防のため、事前の予約をお願いします。
- ▷問い合わせ先＝碓石海岸インフォメーションセ
 ンター(☎㊦2359)



センターホームページ

2 綾里物産観光センターで

松ぼっくりリースづくり

▷期間＝11月21日(土)～12月24日(木)

▷時間＝午前10時～午後3時

▷会場＝綾里物産観光センター(綾里駅)

▷体験料＝500円(材料費)

▷問い合わせ先

綾里物産観光センター
 (☎㊦2541)

▷注意事項

- ・体験者同士の間隔を空けるため、一度に最大4
 人とします。

1、2 共通事項

- ・手洗いや手指の消毒、マスクの着用など、新型
 コロナウイルス感染拡大防止への協力をお願い
 します。
- ・新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、
 開催を中止する場合があります。

