



みなさまへお知らせ

大船渡市役所 ☎27・3111から内線番号を
申し出てください。

12月の高齢者交流サロン日程・認知症カフェ日程

区 分	高齢者交流サロン		認知症カフェ	
名 称	よってさろん	サン・リア よってさろん	大船渡地区認知症のひと 家族の会つどいの会	おたすけカフェ
期 日	12月11日(木)	12月26日(金) ※変更する場合があります。	12月18日(木)	12月19日(金) ※変更する場合があります。
時 間	午前10時～ 11時	午前10時30分～ 11時30分	午後 1 時30分～ 3 時30分	午前10時～正午
場 所	マイヤ大船渡店マイヤ テラス(ベーカリーコー ナー横)	サン・リアショッピン グセンター 1 階いこい の広場	おおふなぼーと (大船渡町字茶屋前7-6)	おたすけ (末崎町字平林69-12)
内 容	軽体操・折り紙工作 (介護予防ボランティア)	軽体操・クラフトワーク (大船渡市社会福祉協議会)	語り合い、勉強会、リフレッ シュ交流会、相談など	生活相談全般、おしゃべり、 介護予防、お出かけなど
参加料	無 料	無 料	100円	100円
問い合わせ先	地域包括ケア推進室 (☎26・2943)		大船渡地区認知症のひと 家族の会事務局 (☎27・8605)	末崎町在宅介護 支援センター (☎090・7321・1106)



12月の休日当番医

医 科			
7日㊤	石倉クリニック	大船渡町	21・2525
14日㊤	鵜浦医院	高 田 町	55・2125
21日㊤	鳥羽整形外科医院	盛 町	27・1280
28日㊤	山崎内科医院	盛 町	26・4448
30日㊤	希望ヶ丘病院	高 田 町	53・1019
31日㊤	ちば内科診療所	猪 川 町	22・8990
歯 科			
7日㊤	気仙歯科クリニック	米 崎 町	55・3238
14日㊤	広田歯科医院	米 崎 町	47・3393
21日㊤	吉田歯科医院	高 田 町	54・4566
28日㊤	渡辺歯科クリニック	猪 川 町	26・5100
30日㊤	橋爪歯科医院	大船渡町	27・8282
31日㊤	くまかみ歯科クリニック	赤 崎 町	21・1888
▶受付時間 (変更になる場合があります) 医科=午前9時～午後5時 歯科=午前9時～正午			

65歳以上対象 体力づくり講座 参加者募集

HIITに挑戦！心肺機能を高めましょう。

時午後2時～3時 ※午後1時30分から受け付け

場下表のとおり

対市内在住の65歳以上で、運動制限のない人

定各地区30人

¥無料

持飲み物、動きやすい服装

※上履きが必要な会場もありますので、

申込時に確認してください。

申NPO法人さんりくWELLNESS(☎080・1823・2015)



地 区	期 日	場 所
盛	12月2日(火)	カメラアホール
大船渡	12月1日(月)	おおふなぼーと
末 崎	12月4日(木)	ふるさとセンター
赤 崎	12月9日(火)	赤崎地区公民館
猪 川	12月8日(月)	猪川地区公民館
立 根	12月11日(木)	立根生活改善センター
日頃市	12月16日(火)	日頃市地区公民館
綾 里	12月15日(月)	綾姫ホール
越喜来	12月23日(火)	三陸公民館
吉 浜	12月18日(木)	吉浜地区拠点センター

お祝い・お悔やみ

9月26日～10月25日届け出(敬称略)

〇お誕生おめでとう

(盛町) 佐々木晴世 (渉) 権現堂
(大船渡町) 吉田歩乃佳 (陽一) 下平
上野 律 (修平) 赤沢
(末崎町) 後藤 朱璃 (利喜) 高清水
(猪川町) 吉田 凛 (元気) 長洞
(立根町) 次藤 琳翔 (大翔) 猫足

〇ご結婚おめでとう

(大船渡町) 中野雅貴♥伊藤 梓 富沢
佐々木智紘♥大坪由依 上山
(猪川町) 伊藤光重♥及川真由 富岡
櫻岡和正♥千葉優里恵 前田
(立根町) 菅崎祐司♥峠 美佳 小林
池田雄貴♥山内寿麗亜 関谷
久保 巧♥白澤 光 小森

〇お悔やみ申し上げます

(盛町) 千葉 ミヨ (102) 下館下
小岩志津雄 (67) 下館下
新沼 久子 (81) 町

須賀 昭二 (77) 東町
(大船渡町) 大坂 光 (91) 笹崎
村上 勝 (75) 赤沢
上野ミヨ子 (85) 台
齊藤 哲雄 (89) 宮ノ前
西山 ミエ (87) 上平
山崎勝太郎 (89) 赤沢
永澤 哲郎 (91) 永沢
後藤 弘子 (87) 新田
(末崎町) 細川 春治 (94) 烏崎
高松 勝雄 (86) 平林
菊池 和子 (90) 門之浜
村上 孝子 (85) 小細浦
岩渕 杉子 (91) 中野
武田 純子 (48) 大浜
(赤崎町) 熊谷 範一 (81) 長崎
志田久美子 (86) 山口
佐藤 文夫 (71) 宮野
千葉八千代 (87) 蛸ノ浦

及川ケイ子 (93) 中井
(猪川町) 菅野 保畝 (85) 長谷堂
鈴木 菊子 (91) 長谷堂
(立根町) 鳥畑トシ子 (93) 平田
今野チヤ子 (80) 野尻
渡邊 咲子 (105) 大畑野
千葉 松男 (85) 田谷
村上 正八 (90) 前谷地
白崎 鈴子 (90) 小林
(日頃市町) 村上 精志 (75) 関谷
村上ヒロ子 (88) 中板用
佐藤スエ子 (96) 下鷹生
(三陸町綾里) 熊谷松太郎 (97) 岩崎
坂本 末子 (72) 宮野
川上 菊一 (89) 大明神
(三陸町越喜来) 西村 雪江 (67) 烏頭
(三陸町吉浜) 中井 憲司 (76) 中井
千葉 信夫 (78) 千歳
菅生 長悦 (76) 向野

12月

市民相談など

※「要事前予約」の相談は、事前に電話などで
予約が必要です
※相談料＝無料 ※祝日は休みです



相談名	開催日	時 間	相談員	相談場所	申込先
法 律 (要事前予約)	12月10日(水)	10:00～15:00	岩手弁護士会	消費生活センター	市民環境課生活安全係 ☎内線102 ※相談は1回30分です。
税 務 (要事前予約)	12月5日(金)	13:00～15:00	鈴木信男さん(税理士)	消費生活センター	
社 会 保 険 (要事前予約)	12月9日(火)	13:00～15:00	杉村康昭さん (社会保険労務士)	消費生活センター	
登 記 (要事前予約)	12月24日(水)	13:00～15:00	大和田辰夫さん(司法書士) 志田有宏さん(土地家屋調査士)	消費生活センター	
行 政 (要事前予約)	12月17日(水)	13:30～15:00	細川文規さん(行政相談委員) 菅原圭一さん(行政相談委員)	消費生活センター	
消 費 生 活	平 日	8:30～17:15	消費生活相談員	消費生活センター	消費生活センター ☎内線134
一 般	平 日	9:00～16:00	市民相談員	市民環境課生活安全係	市民環境課生活安全係 ☎内線102
多 重 債 務 (要事前予約)	12月23日(火)	10:00～15:00	弁護士	消費生活センター	消費生活センター ☎内線134
消費者救済融資 (要事前予約)	12月11日(木)	13:00～17:00	消費者信用生活協同組合 金石事務所相談員	消費生活センター	消費者信用生活協同組合 金石事務所 ☎0193・23・2227
こども家庭・女性	平 日	9:00～16:00	女性相談支援員、子ども 家庭支援員	こども家庭センター (サン・リア2階)	こども家庭センター 家庭福祉係 ☎47・5200
女 性 等 就 業 (予約優先)	平 日	9:30～16:00	女性等就業相談員	市役所内	商工企業課労政係 ☎内線111
こころの健康 (要事前予約)	12月9日(火)	14:00～16:00	精神科医師	陸前高田市役所	大船渡保健所保健課 ☎27・9922

●費用の記載がないものは無料です。
●申し込み方法の記載がないものは申し込み不要です。

時…日時・期日・期間 場…場所 対…対象 内…内容 定…定員 ¥…料金 持…持ち物 他…その他 申…申込先・予約 問…問い合わせ先