

3月 ぐらしの情報

☎=陸前高田市役所 ☎0192(54)2111
 ☎=陸前高田市コミュニティホール ☎0192(54)5520
 ☎=保健福祉総合センター ☎0192(22)8671

休日当番医・歯科医

日付	休日当番医		休日当番歯科医	
	町名	連絡先	町名	連絡先
1日(日)	飯塚眼科医院 大船渡市盛町 0192(21)3011		細川歯科医院 大船渡市大船渡町 0192(27)4158	
8日(日)	滝田医院 大船渡市末崎町 0192(29)3108		広沢歯科医院 大船渡市盛町 0192(27)4310	
15日(日)	えんどう消化器科内科クリニック 大船渡市猪川町 0192(21)1555		ほりのうち歯科医院 大船渡市立根町 0192(27)5666	
20日(金)	松原クリニック 高田町 0192(53)1721		横沢歯科医院 住田町 0192(46)3050	
22日(日)	いとう耳鼻咽喉科クリニック 大船渡市猪川町 0192(21)1333		菅野歯科医院 住田町 0192(46)2345	
29日(日)	二又診療所 矢作町 0192(58)2220		菊池歯科クリニック 大船渡市大船渡町 0192(26)2108	

ゴミ収集日

◆問い合わせ先…市役所まちづくり推進課生活環境係(内線286)

燃えるごみの収集日(祝日は収集しません)	
高田町 (1~5・16区、高台2、県営栃ヶ沢アパート) 小友町 広田町	(月)・(木)
高田町(6~15・17区、高台3・5~7、下和野団地、 中田団地、かさ上げ地) 米崎町 竹駒町 横田町	(火)・(金)
気仙町 矢作町	(水)・(土)

燃えないごみなどの収集日			
収集行政区	燃えないごみ	空きびん	紙類
矢作町2~7区	25日	18日	11日
矢作町8~14区	26日	19日	12日
矢作町1・15・16区	27日	21日	13日
横田町	19日	12日	5日
竹駒町	18日	11日	4日
気仙町今泉地区(旧4区)	3日	24日	17日
気仙町今泉地区(旧1~3・5・6区)、今泉団地、 高台2~4	21日	13日	6日
気仙町今泉地区(旧7区)、8・9区、 長部団地、高台5~7	23日	16日	9日
気仙町10~14区	24日	17日	10日
高田町1~3区、17区、高台2	2日	23日	16日
高田町4・5・16区、かさ上げ地西地区、県営栃ヶ 沢アパート	3日	24日	17日
高田町6~8区、かさ上げ地中地区、下和野団地	4日	25日	18日
高田町9・11・12区、高台3、かさ上げ地東地区	5日	26日	19日
高田町10・13~15区、高台5~7、中田団地	6日	27日	21日
米崎町1~5区	9日	2日	23日
米崎町6~10区、脇の沢団地	10日	3日	24日
小友町1~7区	11日	4日	25日
小友町8~10区	12日	5日	26日
広田町12・13区	12日	5日	26日
広田町1~3・11・14・15区	13日	6日	27日
広田町4~7区	16日	9日	2日
広田町8~10区	17日	10日	3日

健診・子育て

- 【1歳6カ月児健診☎】 ※対象…H30.7~8月生まれ
 ■日時…3月27日(金)、12:45~13:00
- 【たんぼぼの日(ふれあい教室)】 ※要予約☎0192(22)8673
 ■日時…3月4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水)、10:00~11:15
- 【ママサロンこそだてシッポ(大船渡市サンリア内すくすくルーム)】
 ■日時…3月13日(金)・27日(金)、10:00~15:00
 ※☎0192(47)5689(27日(金)は要予約)
- 【授乳相談(大船渡市サンリア内すくすくルーム)】
 ■日時…3月15日(日)、10:00~13:00 ※要予約☎0192(47)5689
- 【赤ちゃんプレママデー☎】
 ■日時…3月23日(月)、10:00~12:30
 ※おやこの広場さらりんきつ ☎0192(47)3908

相談・その他

- 【ジョブカフェ気仙高田スポット(ふるさとハローワーク)】
 ■日時…3月3日(火)・17日(火)、13:30~16:30
 ※要予約☎0192(21)3456
- 【介護のしごと定期出張相談】
 ■日時…3月5日(水)、13:30~15:30(ふるさとハローワーク)
 6日(金)、10:00~12:00(子育て支援センターにここにこ)
- 【営農相談窓口(総合営農指導センター)】
 ■日時…3月4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水)、10:00~12:00
 ※要予約☎0192(22)7520
- 【市民相談・行政相談☎】
 ■日時…3月11日(水)、10:00~15:00
- 【県行政書士会によるなんでも相談会☎】
 ■日時…3月14日(土)、10:00~15:00
- 【住宅再建相談会☎】
 ■日時…3月15日(日)、10:00~15:00
- 【弁護士による出張相談(法テラス気仙)】
 ■日時…3月18日(水)、13:30~16:00
 ※要予約☎050(3383)1402
- 【こころの健康相談(大船渡地区合同庁舎)】
 ■日時…3月19日(木)、14:00~16:00
 ※要予約(大船渡保健所) ☎0192(27)9913
- 【法律相談☎】
 ■日時…3月24日(火)、13:00~14:30

整形外科診療日

- 【済生会陸前高田診療所(☎0192(22)7515)】
 ■診療日…3月6日(金)・9日(月)・13日(金)・27日(金)・28日(土)
 ■受付時間…8:00~11:00、13:00~16:00

皮膚科診療日

- 【鶴浦医院(☎0192(55)2125)】
 ■診療日…3月2日(月)・3日(火)・23日(月)・24日(火)
 ■受付時間…8:00~11:30、14:00~17:30



開催します

募集します

所 ☎0120(101)965
 気仙地方在住者・出身者を対象に
桜の植樹会参加者
 桜ライン311では、震災の教訓を伝えるため、桜の植樹会参加者を募集します。
 ◆日時…3月14日(土)・21日(土) 両日とも午前9時半~午後3時ごろ
 ◆定員…先着20人
 ◆申込期限…3月6日(金)
 ◆申し込み・問い合わせ先…桜ライン311事務局 ☎0192(47)3399

募集します

◆定員…15人
 ◆対象…市内在住の55歳以上の
 ◆申込期限…2月25日(火)
 ◆申し込み・問い合わせ先…陸前高田市シルバー人材センター ☎0192(54)4888

放送大学4月入学生

幅広い世代の人が学んでいます
 放送大学はテレビ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で幅広い世代の人が学んでいます。ただいま4月入学生を募集しています。
 詳しくは資料を送付しますので、お気軽に左記へ問い合わせ下さい。
 ◎大学説明会を開催します
 ◆日時…3月6日(金)、午後1時半~3時(予約不要)
 ◆会場…金石市教育センター(金石市鈴子町15-2)
 ◆問い合わせ先…放送大学若手学習センター ☎019(653)7414

解決の糸口を見つけに行こう
くらしやお金に関する相談会
 消費者信用生活協同組合では、専門スタッフや弁護士がくらしやお金に関する悩みなどについて、丁寧に聴き取りし、一緒に解決の糸口を見つける無料相談会を開催します。相談は無料ですが、事前予約が必要です。
 ◆日時…3月7日(土)
 ◆場所…信用生協金石事務所(金石市中妻町1-4-20)
 ◆相談例…多重債務などのお金の問題、遺産相続、くらしに関する悩みなど
 ◆予約・問い合わせ先…消費者信用生活協同組合金石事務所

子育ての応援に
保育サービス講習会
受講者募集
 シルバー人材センターでは、保育サービスの提供に必要な知識の習得を図るため、講習会を開催します。参加は無料です。
 ◆日時…3月3日(火)~6日(金)、午前9時~午後4時
 ◆場所…シルバーワークプラザ

◆訓練期間…4月7日(火)~7月6日(月)
 ◆対象…ハローワークに求職の相談をしていて、受講指示などを受けられる人
 ◆申込期間…3月3日(火) (応募はハローワークまで)
 ◆問い合わせ先…宮城県立気仙沼高等技術専門学校 ☎0226(22)7068

引っ越しの際は住所の異動手続きを忘れずに!

進学や就職などで引っ越しをした人は、原則、これから住む場所が住所地となります。住民票の異動の届け出は、国民健康保険や国民年金、選挙人名簿への登録など日常生活と密接な関係がある大切な手続きです。届け出をしないことで、必要な公的サービスを受けられなかったり、新住所地での選挙の投票ができないといったデメリットがありますので、忘れずに住民票を移しましょう。

また、マイナンバーカードは、異動時の本人確認書類としても利用できるほか、健康保険証利用などさまざまな活用方法が国の施策として進められています。取得には時間がかかりますので、未取得の人はお早めのマイナンバーカードの申請をお願いします。

◆問い合わせ先…市役所市民課(内線131、133)

《転入・転出の手続きは簡単です!》

引っ越し前の市区町村 (転出前) 住民異動届を提出し、転出証明書を受け取る	➔	引っ越し後の市区町村 (転入した日から14日以内) 転入証明書添えて、住民異動届を提出
--	---	--

※市指定のごみ袋に行政区と世帯主の名前を記入し、収集日の午前8時半までに集積場所に出してください。