

1月 暮らしの情報

☎=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

1月の休日当番医・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(水)	希望ヶ丘病院 高田町	0192(53)1019	及川歯科医院 大船渡市盛町	0192(27)5582
2日(木)	菊田外科 泌尿器科 大船渡市大船渡町	0192(26)4075	ちば歯科医院 大船渡市猪川町	0192(27)8727
3日(金)	大津医院 大船渡市盛町	0192(27)2673	いむぶち歯科 大船渡市大船渡町	0192(21)3377
5日(日)	岩淵内科医院 大船渡市大船渡町	0192(26)5355	きかわだ歯科クリニック 小友町	0192(57)1188
12日(日)	鳥羽医院 小友町	0192(56)3515	細川歯科医院 大船渡市大船渡町	0192(27)4158
13日(月)	地ノ森クリニック 大船渡市大船渡町	0192(27)1721	たかた歯科クリニック 矢作町	0192(55)5011
19日(日)	吉浜診療所 大船渡市三陸町	0192(45)2007	橋爪歯科医院 大船渡市大船渡町	0192(27)8282
26日(日)	山浦医院 大船渡市盛町	0192(26)3121	峰岸歯科医院 大船渡市大船渡町	0192(27)5535

1月のゴミ収集日

◆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) ※12月31日～2年1月2日は収集を行いません	
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) ※1月11日(土)は臨時収集日
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) ※1月3日(金)は臨時収集日
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	22日	15日	8日
矢作町8～14区	23日	16日	9日
矢作町1・15・16区	24日	17日	10日
横田町	16日	9日	11日
竹駒町	15日	8日	4日
気仙町今泉地区(旧4区)	7日	28日	21日
気仙町今泉地区(旧1～3・5・6区)、今泉団地、 高台2～4	17日	10日	3日
気仙町今泉地区(旧7区)、8・9区、 長部団地、高台5～7	27日	20日	18日
気仙町10～14区	28日	21日	14日
高田町1～3区、17区、高台2	6日	27日	20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	7日	28日	21日
高田町6～8区、かさ上げ地中地区、下和野団地	4日	22日	15日
高田町9・11・12区、高台3、かさ上げ地東地区	11日	23日	16日
高田町10・13～15区、高台5～7、中田団地	3日	24日	17日
米崎町1～5区	18日	6日	27日
米崎町6～10区、脇の沢団地	14日	7日	28日
小友町1～7区	8日	4日	22日
小友町8～10区	9日	11日	23日
広田町12・13区	9日	11日	23日
広田町1～3・11・14・15区	10日	3日	24日
広田町4～7区	20日	18日	6日
広田町8～10区	21日	14日	7日

※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。

健診・子育て

- 【1歳6カ月児健診】※対象…H30.5～6月生まれ
■日時…1月24日(金)、12:45～13:00
- 【たんぼぼの日(ふれあい教室)】
■日時…1月8日(水)・15日(水)・22日(水)・29日(水)、10:00～11:15
※要予約 ☎0192(22)8673
- 【ママサロンこそだてシブ(大船渡市サンリア内すくすくルーム)】
■日時…1月10日(金)・24日(金)、10:00～15:00
※ ☎0192(47)5689(24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…1月19日(日)、10:00～13:00
※要予約 ☎0192(47)5689
- 【赤ちゃんプレママデー】
■日時…1月27日(月)、10:00～12:30
※おやこの広場きらりんきっず ☎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…1月7日(火)・21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…1月9日(水)、13:30～15:30(ふるさとハローワーク)
10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…1月8日(水)・15日(水)・22日(水)・29日(水)、10:00～12:00
※要予約 ☎0192(22)7520
- 【市民相談・行政相談】
■日時…1月8日(水)、10:00～15:00
- 【弁護士による出張相談(法テラス気仙)】
■日時…1月15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…1月16日(木)、14:00～16:00
※要予約(大船渡保健所) ☎0192(27)9913
- 【住宅再建相談会】
■日時…1月25日(土)、10:00～16:00
- 【ファイナンシャルプランナー無料個別相談】
■日時…1月28日(火)、10:00～15:00
- 【法律相談】
■日時…1月28日(火)、13:00～14:30

1月の整形外科診療日

- 【済生会陸前高田診療所(☎0192(22)7515)】
■診療日…1月10日(金)・17日(金)・24日(金)・25日(土)・30日(木)
■受付時間…8:00～11:00、13:00～16:00

1月の皮膚科診療日

- 【鶴浦医院(☎0192(55)2125)】
■診療日…1月20日(月)・21日(火)
■受付時間…8:00～11:30、14:00～17:30

事前予約が必要です 県立大船渡病院

県立大船渡病院では、12月2日(月)より、健康診断の結果、泌尿器科での精密検査を希望される場合には事前の予約が必要となります。ご不便をお

- ◆デマンド交通…12月30日(月)から2年1月3日(金)まで全便運休。予約センターも休業。
- ◆問い合わせ先…市役所まちづくり推進課(内線287)

「国の教育ローン」のご案内

「国の教育ローン」は、高校、短大、大学などの入学時・在学中のお子さんのいる家庭を対象とした公的な融資制度です。

- ◆融資額…1人あたり350万円以内
- ◆金利…年1.71%(固定金利)
- ※「母子家庭」、「父子家庭」、世帯年収200万円(所得122万円)以内の人、または「子ども3人以上の世帯かつ世帯年収500万円(所得346万円)以内の人」は年1.31%(9月27日現在)

お子さんの就学支援に

かけますが、皆さまの協力をお願いします。

- ◆お申し込み…15年以内
- ◆使用用途…入学金、授業料、教科書代、アパート・マンションの敷金・家賃など
- ◆返済方法…毎月元利均等返済(ボーナス時増額返済も可)
- ◆保証…(公財)教育資金融資保証基金(連帯保証人による保証も可能)
- ※詳しくはホームページ(「国の教育ローン」)で検索または左記へ問い合わせください。
- ◆問い合わせ先…教育ローンコールセンター ☎0570(008)656

請求をお忘れなく 年金生活者支援給付金

10月から始まった年金生活者支援給付金を受給するためには手続きが必要です。

対象者には、日本年金機構から請求手続きのご案内が送られていますので、12月27日(必着)までに、ご案内同封の請求書を日本年金機構まで提出してください。

この期限を過ぎた場合は10月分から請求月までの給付金を受け取ることができなくなり、請求月の翌月から該当となります。

請求書を紛失した場合は市民課窓口までご相談ください。

◆問い合わせ先…①市役所市民課登録係(内線133)
②一関年金事務所 ☎0191(23)4246
③給付金専用ダイヤル ☎0570(05)4092

市からの文書配布 1月は第2、第4水曜日に行います

市は、毎月第1、第3水曜日に回覧や各戸配布の文書を配布していますが、1月は第2、第4水曜日に行います。

◆問い合わせ先…市役所総務課行政係(内線152)

～マイナンバー制度(社会保障・税番号制度)について～

確定申告書の提出時には、マイナンバー(個人番号)の記載および本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。なお、過去にマイナンバーを記載した申告書を提出している場合であっても、本年分の確定申告書には、マイナンバーの記載および本人確認書類の提示または写しの添付が必要となります。

※ e-Taxにより申告手続などを行う場合には、本人確認書類の提示または写しの提出が不要です。

◆問い合わせ先…大船渡税務署 ☎0192(26)3481

手続きや相談の際には「予約を 一関年金事務所

一関年金事務所での手続きや相談の際には、予約者を優先して対応しますので、必ず予約をしてください。予約せずには訪問した場合、長時間待つことになったり、手続きができない場合があります。

◆予約・問い合わせ先…一関年金事務所 ☎0191(23)4246