

## 4月1日から 市内公共交通の運行内容の一部が変わります

4月1日から、広田線を滝の里バス停まで延長など、市内公共交通の運行内容が一部変わります。

変更する路線	内 容
路線バス広田線	一部の便の終点を「アバッセ」バス停から「滝の里」バス停まで伸ばし、途中で「市役所前」バス停に止まります。
乗合タクシー 福伏線・今泉線	今泉地区コミュニティセンター付近のバス停の名前「気仙町高台」を、BRT駅の開業に合わせて「陸前今泉駅」に変更します。
けせんライナー	乗り場が、「陸前高田市役所前」から、「陸前高田駅」に変更されます。

### ～大船渡線BRT陸前今泉駅が開業～

3月14日のJRダイヤ改正により、今泉地区コミュニティセンター付近に新駅「陸前今泉駅」が設置されました。停車する便数は、気仙沼方面行き6便、陸前高田・盛方面行き7便です。皆さまの積極的な利用をお願いします。

陸前今泉駅時刻表			
気仙沼方面行き		陸前高田・盛方面行き	
7:59	14:14	7:58	16:38
8:19	18:24	10:28	18:23
12:59	21:19	12:23	19:53
※7:59の便は土曜・休日運休		13:43	

◆問い合わせ先…市役所まちづくり推進課生活環境係（内線 287）

## 一人ひとりができる 新型コロナウイルス感染症対策は？

過剰に心配せずに、季節性インフルエンザと同様に、手洗いや咳エチケットなどの基本的な感染症対策に努めましょう。

### ◆対策のポイント

- ①手洗い…外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。
- ②健康管理…十分な睡眠とバランスの良い食事を心掛け、免疫力を高めましょう。
- ③適度な湿度…乾燥しやすい室内では、加湿器などで湿度を50～60%に保ちましょう。

◆問い合わせ先…市役所保健福祉課保健係（内線 244）

### ～基本の手洗い手順～

2度洗いが効果的です！

（②～⑨までを繰り返す）

※2度洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。

<b>1</b> 流水で手を洗う 	<b>2</b> 洗剤を手に取る 	<b>3</b> 手のひら、指の腹面を洗う 	
<b>4</b> 手の甲、指の背を洗う 	<b>5</b> 指の間（側面）、股（付け根）を洗う 	<b>6</b> 親指・拇指球（親指の付け根のふくらみ）を洗う ※拇指球（ぼしきゅう） 	<b>7</b> 指先を洗う 
<b>8</b> 手首を洗う 	<b>9</b> 洗剤を十分な流水でよく洗い流す 	<b>10</b> 手を拭き乾燥させる 	<b>11</b> アルコールによる消毒 （爪下・爪周辺に直接かけた後、手指全体によく擦り込む） 

# 4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

## 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
5日(日)	及川皮膚科クリニック		ほりのうち歯科医院	
	猪川町	0192(21)1227	立根町	0192(27)5666
12日(日)	石倉クリニック		くまかみ歯科クリニック	
	大船渡町	0192(21)2525	赤崎町	0192(21)1888
19日(日)	越喜来診療所		越喜来歯科診療所	
	三陸町	0192(44)2103	三陸町	0192(44)2143
26日(日)	済生会陸前高田診療所		細川歯科医院	
	気仙町	0192(22)7515	大船渡町	0192(27)4158
29日(水)	星こどもクリニック		むらかみ歯科医院	
	猪川町	0192(21)2611	竹駒町	0192(55)5150

## 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	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	2日
竹駒町	15日	8日	1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	13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	1日	22日	15日
高田町9・11・12区、高台3、かさ上げ地東地区	2日	23日	16日
高田町10・13~15区、高台5・6・7、中田団地	3日	24日	17日
米崎町1~5区	13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	1日	22日
小友町8~10区	9日	2日	23日
広田町12・13区	9日	2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	13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時半までに集積場に出してください。

## 健診・子育て

【たんぽぽの日(ふれあい教室)】※要予約 ☎0192(22)8673  
 ■日時…4月15日(水)・22日(水)、10:00~11:15  
 【ママサロンこそだてシッブ(大船渡市サンリア内すくすくルーム)】  
 ■日時…4月10日(金)・24日(金)、10:00~15:00  
 ※☎0192(47)5689(10日(金)は要予約)  
 【赤ちゃんプレマデー㊤】  
 ■日時…4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

【営農相談窓口(総合営農指導センター)】  
 ■日時…4月8日(水)・15日(水)・22日(水)、10:00~12:00  
 ※要予約 ☎0192(22)7520  
 【県行政書士会によるなんでも相談会㊤】  
 ■日時…4月11日(土)、10:00~15:00  
 【市民相談・行政相談㊤】  
 ■日時…4月8日(水)、10:00~15:00  
 【信用生協出張相談会㊤】  
 ■日時…4月16日(木)、13:00~17:00  
 ※要予約 ☎0193(23)2227  
 【法律相談㊤】  
 ■日時…4月28日(火)、13:00~14:30  
 【ファイナンシャルプランナー無料個別相談㊤】  
 ■日時…4月28日(火)、10:00~15:00

## 整形外科診療日

【済生会陸前高田診療所(☎0192(22)7515)】  
 ■診療日…4月3日(金)・10日(金)・17日(金)・24日(金)・25日(土)  
 ■受付時間…8:30~11:00、13:30~16:00

## 皮膚科診療日

【鵜浦医院(☎0192(55)2125)】  
 ■診療日…4月13日(月)・14日(火)  
 ■受付時間…8:00~11:30、14:00~17:30

## 【令和2年度 市税納期一覧】

納期	固定資産税	軽自動車税	市県民税	国民健康保険税
1期	6月1日(月)	6月1日(月)	6月30日(火)	7月31日(金)
2期	7月31日(金)		8月31日(月)	8月31日(月)
3期	12月25日(金)		11月2日(月)	9月30日(水)
4期	3月1日(月)		2月1日(月)	11月2日(月)
5期				11月30日(月)
6期				12月25日(金)
7期				2月1日(月)
8期				3月1日(月)



募集します

再就職をサポートします

ポリテクセンター岩手  
遠野実習場6月入所生

ポリテクセンター岩手・遠野実習場では、6月入所の訓練受講者を募集します。  
 ◆募集科…住宅建築施工科  
 ◆定員…10人  
 ◆受講資格…ハローワークに求職手続きをしている人  
 ◆募集期間…4月1日(水)~5月11日(月)  
 ※応募はハローワークまで  
 ◆訓練期間…6月2日(火)~11月27日(金)  
 ◆問い合わせ先…ポリテクセンター岩手・遠野実習場 ☎0198(63)1411

お手紙募集します

NHK-BSプレミアム『こっぴん縦断ニッポンの旅(2020春の旅)』

NHK-BSプレミアムで放送予定の「こっぴん縦断ニッポンの旅(2020春の旅)」で俳優の火野正平さんが岩手県を訪れます。番組では、皆さまからのお手紙でルートを決定するため、市内の忘れられない場所や風景にまつわる手紙を募集します。

◆応募内容…住所、氏名、電話番号、性別、年齢、市内の思い出の場所や風景にまつわるエピソードを明記の上、左記によりご応募ください。

◆応募方法…番組ホームページの投稿フォーム(<https://nhk.jp/kokotaba>)、ファクス(03(3465)1327)または郵送(〒1508001 NHK「こころの旅」係)。

◆応募期限…4月20日(月)必着  
 ◆申し込み・問い合わせ先…NHKふれあいセンター ☎0570(066)066

お知らせ

4月2日は世界自閉症啓発デー  
奇跡の一本松をライトアップ

毎年4月2日は、国連が定めた「世界自閉症啓発デー」です。平成19年に決定され、社会全体で自閉症の理解が進むよう、全世界で取り組みが行われています。

日本では、4月2日から8日までの1週間を発達障害啓発週間とし、自閉症などの発達障害への理解促進のための啓発活動を行っています。

本市でも、誰もが暮らしやすい共生社会を願い、シンボルである奇跡の一本松のブルーライトアップを行います。なお、ライトアップの時間帯は復興祈念公園の閉園時間中のため、近くでの観覧は出来ませんので、遠景をご覧ください。

◆日時…4月2日(水)、午後5時半~8時半  
 ◆問い合わせ先…市役所保健福祉課(内線213)、子ども未来課(内線202)

## 国民健康保険の加入や脱退の届け出は忘れなく!

### 国民健康保険に加入するとき

- 職場の健康保険を辞めたとき
- 国民健康保険加入中で、他の市町村から転入してきたとき など

### 国民健康保険を脱退するとき

- 社会保険などに加入したとき
  - 国民健康保険加入中で、他の市町村へ転出するとき など
- ※社会保険など、国民健康保険以外の保険に加入した場合、加入した日から国民健康保険は使えなくなります。  
 社会保険などに加入している間に、国民健康保険を使って医療機関などを受診された場合、医療費の返還などの手続きが発生する可能性があります。保険証が届くまでの間に医療機関などを受診される場合は、職場に相談の上、手続き中である証明などを発行してもらい、社会保険などで医療を受けてください。

届け出がない場合、保険税などを2重で払い続けることになったり、医療機関などで全額負担となる場合がありますので、14日を過ぎた場合でも、早めに届け出をお願いします。

◆問い合わせ先…市民課登録係(内線131、133)

原則として、保険の異動があった日から14日以内に届け出をしなければなりません。が、社会保険などの加入日(資格取得日)または脱退日(資格喪失日)が証明できる書類や、社会保険証などで確認ができれば届け出ができません。ご準備の上、市民課窓口まで届け出をお願いします。

市からの文書配布  
4月分は、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、4月の文書配布は、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)

**4月**

**イベントカレンダー**

市=陸前高田市役所 ☎0192(54)2111  
 区=陸前高田市立図書館 ☎0192(54)3227  
 ㊦=陸前高田市コミュニティホール ☎0192(54)5520  
 ㊧=夢アリーナーたかた ☎0192(22)8448  
 ㊨=保健福祉総合センター ☎0192(22)8671

日	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	土
5 先負 市役所閉庁日	6 休館日 市役所閉庁日	7 大安 入学式 (高田第一中、高田東中)	8 赤口 広報りくぜんたかた発行日 文書配布日 入学式 (高田小、気仙小、小友小、米崎小、矢作小、竹駒小、横田小)	9 先勝 入学式 (広田小)	10 先負 斎苑休業日	11 先負 市役所閉庁日 斎苑休業日
12 休館日 市役所閉庁日	13 大安 休館日	14 赤口 休館日	15 先勝 休館日	16 友引 斎苑休業日	17 先負 おはなし会 (乳幼児対象) 10:30~11:00	18 休館日 市役所閉庁日
19 大安 市役所閉庁日	20 赤口 休館日	21 先勝 休館日	22 友引 広報りくぜんたかた発行日 文書配布日 斎苑休業日	23 休館日	24 大安 市役所閉庁日 恐い品の出張返却会 (アパセットたかた専門店街内) 10:00~16:30	25 赤口 市役所閉庁日
26 先勝 市役所閉庁日	27 友引 休館日 斎苑休業日	28 先負 休館日	29 休館日	30 大安 休館日		

新型コロナウイルス感染症の影響により、施設の休館およびイベントの中止・延期などの措置が取られる場合がありますので、最新の情報については各施設などへご確認ください。

※市内医療機関および金融機関等の事業所で、広報りくぜんたかたを購読希望の場合は上記発行元へご連絡ください。  
 ※広報りくぜんたかた3月号お知らせ版(No.1073)の印刷経費は1部8.0円(税抜き)、発行部数は7,700部です。