

くらしの情報

燃えるごみの出し方について

燃えるごみは、中が見える袋に入れて、しっかりと結んで出しましょう。生ごみは必ず水切りをしてください。濡れたり汚れている段ボールや布団・毛布、衣類は燃えるごみです。家庭ごみは、決められた日にルールを守って出すようお願いします。

☎ リサイクルセンター
Tel.0193-42-7570

相談・説明会

「終活」説明会

今後の人生をよりよく生きるため終活について考えてみませんか？

参加を希望する場合は、下記までお申し込みください。

- 日時 2月15日(木) 10:00~11:00
- 場所 おしゃっち 会議室2
- 講師 エンディングサポートみやこ川島和雄さん(終活ライフケアプランナー)
- 定員 20人程度
- 参加費 300円
- 申込締切 2月7日(水)
- ☎ エンディングサポートみやこ
Tel.090-7521-4139

釜石・大槌地域 就農相談会

新しく農業を始めたい人、産直などへの販売を目指す人、後継者に農業を

継承したい人、就農に向け農業研修を受けたい人などに、市町・農協・県などの担当者が相談に応じます。(参加無料、申し込み不要)

- 日時 1月27日(土) 10:00~15:00
- 場所 鶴住居地区生活応援センター 鶴住居公民館 多目的室(釜石市鶴住居町二丁目901番地)
- 主催 釜石・大槌地域農業振興協議会
- ☎ 大船渡農業改良普及センター地域指導課 菊地 Tel.0192-27-9918

就活をサポート みやサポカフェ

みやこ若者サポートステーションでは、就活が進まない、働いたことがない、ブランクがあるなど、就活の悩みに関するサポートをしています。参加無料。

- 日時 2月2日(金) 13:00~15:00
- 場所 おしゃっち
- 対象 15歳~49歳の人および家族
- 内容 自立、就労に関する相談およびセミナー(適職診断)など
- ☎ みやこ若者サポートステーション
Tel.0193-65-9704
MAIL: mail@morisapo.jp

行政相談

行政(国、県、市町村)、独立行政法人、特殊法人(郵便局、NTTなど)での困りごとについて行政相談を開催し、その解決を図ります。遠慮なくご利用ください。

- 日時 1月19日(金) 9:30~11:30
- 場所 役場1階 相談室1
- ☎ 総務課 Tel.0193-42-8710

司法書士無料法律相談

- (1) 司法書士無料法律相談
 - 日時 1月26日(金) 10:00~13:00
 - 場所 おしゃっち 会議室
 - ※電話予約の人を優先します。
 - 予約先 岩手県司法書士会
Tel.019-623-3355 (9:00~17:00)
- (2) 岩手県司法書士会電話無料相談
 - 火曜日、木曜日 10:00~13:00
 - Tel.0120-823-815 (通話料無料)

岩手弁護士会無料法律相談

岩手弁護士会が無料法律相談を開催します。相談には必ず予約が必要です。

- (1) 大槌町会場
 - 日時 1月11日(木)、1月18日(木)、1月25日(木)、2月1日(木) 10:00~15:00
 - 場所 役場3階 小会議室3
 - ※2月1日は小会議室2
 - ☎ 岩手弁護士会法律相談センター
Tel.019-623-5005
- (2) 釜石市会場
 - 日時 1月10日(水)、1月24日(水) 10:00~15:00
 - 場所 釜石市役所第1庁舎1階 生活環境課 消費生活センター
 - ☎ 釜石市 生活環境課 消費生活センター
Tel.0193-22-2111 (代)

弁護士巡回相談

経済的に余裕のない人を対象とした無料法律相談です。※相談は電話予約制

- (1) 巡回相談
 - 日時 1月31日(水) 13:00~15:30

- 場所 役場3階 会議室
- 予約 相談日の前日15:00まで
- (2) 出前相談
 - 日時 1月24日(水) 13:30~16:00
 - 場所 ご自宅または法テラス号車内
 - 予約 相談日の前日15:00まで
 - ☎ 法テラス気仙 Tel.0570-078385 (9:00~17:00)

健康

高齢者インフルエンザ予防接種 接種期間延長のお知らせ

高齢者インフルエンザ予防接種の接種期間を延長します。

対象者には、令和5年12月下旬に通知しています。事前に医療機関に接種日などをご確認の上、接種をお願いします。

- 期間 1月31日(水) まで
- ☎ 健康福祉課 Tel.0193-42-8716

元気活いき運動教室

町は、楽しみながら体力の維持・向上を図る“元気活いき運動教室”を開催しています。参加は無料です。

- 日時 1月11日、25日(毎月第2・4木曜日) 13:00~15:00(申込不要、直接会場へ)
- 場所 城山公園体育館

- 内容 ファミリーバドミントン・卓球など
- 持ち物 上履き、水分、タオル、運動しやすい服装
- ※感染症などの影響により中止する場合は、施設掲示などでお知らせします。
- ☎ 健康福祉課 Tel.0193-42-8716

健康寿命延伸 さわやかストレッチ教室

大槌町健康運動普及推進員さわやかウォーキングの会では、健康寿命延伸を目的としたストレッチ教室を毎月開催しています。みんなで一緒に運動し、健康づくりをしませんか。参加無料。全会場、暖房完備です。

場 所	1月開催日
吉里吉里公民館	16日(火)
赤浜公民館	12日(金)・23日(火)
大ヶ口多目的集会所	18日(木)
おしゃっち レッスン室	17日(水)
桜木町保健福祉会館	10日(水)・24日(水)
白沢・寺野ふれあい集会所	11日(木)・25日(木)

- 時間 13:30~15:00
- 内容 健康寿命延伸さわやかストレッチ、セラバンドを使用した筋力トレーニング、栄養ミニ講話など
- 持ち物 上履き、水分、バスタオル、運動しやすい服装
- ☎ 大槌町さわやかウォーキングの会事務局(健康福祉課)
Tel.0193-42-8716

健康相談

町は、健康相談を実施しています。

日時・場所	内容
1月15日(月) 9:30~10:30 岩手県立大槌病院	健康相談、高齢者に関する介護・生活相談【申込不要】
1月26日(金) 9:30~11:00 マストセンターコート	血圧・体組成測定【申込不要】

※感染症などの影響により中止する場合は、施設掲示などでお知らせします。
☎ 健康福祉課 Tel.0193-42-8716

釜石保健所各種無料相談 および検査

項 目	実施日
◆エイズ相談・検査 ◆性感染症検査(性器クラミジア検査・梅毒検査) ◆肝炎ウイルス検査(B型・C型) ◆HTLV-1相談・抗体検査	1月18日(木) 11:00~12:00(予約制) ※毎月第3木曜日
骨髄バンク登録	1月18日(木) 14:30~15:00(予約制) ※毎月第3木曜日
こころの健康相談	1月11日(木) 15:00~17:00(予約制)

☎ 釜石保健所保健課
Tel.0193-25-2710

KUMON
おしゃっち教室
毎週 月・金/15:00~20:00
連絡先 090-3348-3058(竹澤)
★随時、教室見学受付中です!★



詳細はこちら↑

運転免許は不要! 試乗車もありますよ!! ご相談ください!
電動カート・電動車いす
セリオ認定中古車
カラー/レッド・シルバー
さらに! 新品バッテリー交換済み
ご購入から1年間無料で
ご購入から1年間無料で
傷害・賠償保険が
付保されています
スズキセニアカー 380,000円(非課税)もあります!
境田自転車商会 大槌町末広町14-8
☎0193-42-2396

11月より大槌町に
ピラティススタジオがOPEN
【ピラティスの効果】
姿勢の改善 | 腰痛の軽減 | 体幹の強化
Pilates Studio 紫苑
Address: 大槌町桜木町1-15-1
Tel: 050-5479-3924



あなたの美しさは街の輝きになる
季節の変化に負けない健康な髪と頭皮に
髪質改善 + 魔法のパブル marbb がおすすめ!
トリートメント
ハーブカラー オーガニックカラー
ヘナカラー 通常カラー マニキュア
髪質に合ったカラーが選べます
七五三・卒入学
成人式・婚礼・貸衣装
おしなご承ります
営業時間 9:00~18:00
定休日 月・第3日曜日
予約優先
(有)シャイン美容室 LaLa 大ヶ口2丁目3-39
TEL.0193-42-2784

終活支援
これからの人生を前向きに、よりよく生きるため、一旦、たちどまって自分を整理してみませんか。
慈愛サポートセンターでは、亡くなった後のことを託す「死後事務委任契約」についてもお相談に応じます。
ご相談される方は、予め、お電話で予約受け付け願います。
年中無休 トータルサポート対応
慈愛サポートセンター合同会社 吉祥寺内(吉祥寺と連携)
TEL 0193-43-1020 FAX 0193-44-2331
無料相談受付中
スタッフ一同、皆様に寄り添いこころを込めて対応させていただきます。

