広報
にのへ
―お知らせ版―
2015.1.15
No.218

亀麿くん
イラスト：きり光乗

「にのへ市推奨特産品」募集します！

二戸市の特徴ある地場産品を「にのへ市特産品」として推奨し、普及と需要拡大を図っています。今回、新たに対象となる特産品の募集を行います。推奨基準や申込方法など、詳しくは問い合わせください。

対象特産品	①二戸市で生産している農林畜水産物 ②二戸産の農林畜水産物を主原料として市内で製造、加工している食品 ③二戸市ならではの素材、製法などにより製造、加工している食品 ④二戸市で製造されている工芸品
申込資格	対象商品の販売者が二戸市に住所を有する事業者または団体など
募集期限	2月27日（金）

問い合わせ先　二戸市特産品開発推進協議会事務局
（商工観光流通課内、☎23-7210、URL：http://ninohe.net/）

二戸地域合同企業面談会「就職フェア」

二戸地域の企業へ就職を希望する求職者に対する、合同企業面談会です。各企業から直接仕事内容などを聞くことができ、面接へのエントリーができます。ぜひ、この機会を利用ください。

日時　1月22日（木）午後1時～4時
場所　二戸ロイヤルパレス
対象者　管内求職者
参加企業　二戸地域の企業20社（予定）
問い合わせ先　二戸地域雇用創造協議会
（☎23-7350、FAX：23-2343、URL：http://www.na-epc.jp）

第6回　さくらまつり
～歌と踊りの競演～

日時　2月21日（土）午後0時30分開場、午後1時開演
場所　浄法寺文化交流センター（Jホール）
入場料　1,000円　（全席指定）
チケット発売中、下記よりお求めください
問い合わせ、購入先　浄法寺文化交流センター（☎38-3001）

市・県民税の申告相談は2月13日（金）から

平成27年度（平成26年分）の市・県民税の申告時期となりました。申告が必要な人は、申告書の提出をお願いします。また、2月13日（金）～3月16日（月）まで各会場で申告相談を行いますので、相談が必要な人はお越しください。**なお、石切所地区の会場が変わりましたので注意ください。**

※所得税の還付を受けるための申告は1月からできます。（申告相談期間は混雑しますので、還付申告のみの人は、早めの申告をお勧めします）

◆申告が必要な人　平成27年1月1日現在、二戸市に住所を有する人で、申告書を配布された全員が対象です。

◆申告を省略できる人　・平成26年分の所得税の確定申告書を税務署に提出する人
・平成26年中の所得が給与所得のみで、二戸市に給与支払報告書が提出されている人
・平成26年中の所得が公的年金のみで、二戸市に年金支払報告書が提出されている人

◆申告書の提出について　申告書に必要事項を記入・押印のうえ、税務課か総合支所市民課に提出ください。また、郵送でも受け付けます。

◆申告相談について　市内の各会場において申告相談を実施します。相談が必要な人は、自分の地区の会場と日時を確認のうえ、ご来場ください。例年、一部の申告会場は大変混雑し、数時間の待ち時間が生じることもあります。また、資料の不足や集計がされていない場合は、後日再度来庁いただくこともありますので、時間に余裕がない人は郵送による申告をお勧めします。

※期間中は、税務課・総合支所市民課窓口での申告相談はできませんので、注意ください。

◆申告に必要な物

【共通】▷申告書▷印鑑▷所得税還付の人は口座番号がわかるもの▷所得税振替納付の人は口座番号がわかるものと通帳届出印

【給与所得、年金所得がある人】▷源泉徴収票（源泉徴収票がない場合は、給与明細書や勤務先の住所、会社名、収入金額を調べてお持ちください）

【雑所得、一時所得がある人】▷その所得に係る内容を証明できるハガキや書類

【事業所得（農業や営業を含む）や不動産所得がある人】▷収支計算書・領収書

【譲渡所得がある人】▷公共事業用資産の買取証明書　※それ以外の場合は「契約書」が必要です。

【所得がない人】▷所得がない旨を申告してください。申告をしないと、各種証明書（所得証明・課税証明・扶養証明など）の発行ができません。

【税金の控除を受ける場合】①医療費控除…領収書（支払証明書）、医療費の集計表（月ごと・個人ごと）※ただし、介護サービス利用分については「医療費控除対象額証明書」が、おむつ費用については「主治医意見書の写し」（2年目以降）が必要です　②生命保険料控除…保険会社などが発行する証明書　③社会保険料控除…領収書、証明書　④障害者控除…「障害者手帳の写し」もしくは「障害者控除対象者認定書」
その他の所得控除を受ける場合、所定の書類が必要な場合もありますので、問い合わせください。

市は税務署の指導により自書申告を推進しています。申告に当たっては、平成26年中の収入や必要経費、所得、所得から差し引かれる金額などを自分で計算することが原則となっています。申告書と一緒に配布される「申告の手引き」を参考に、ご自身で記入し提出ください。

◆国民健康保険・後期高齢者医療保険加入世帯の人は収入の有無にかかわらず申告をお願いします

申告をしないと、国保税などの軽減判定が受けられなくなったり、高額療養費などの支給で不利になったりすることがあります（ただし、平成26年中の収入が公的年金や給与のみの人は申告不要）。

◆自宅のパソコンで確定申告書が作成できます

国税庁のホームページ「確定申告書等作成コーナー」で、24時間いつでも所得税・消費税の確定申告書や収支内訳書・青色申告書が作成できます。また、「確定申告書等作成コーナー」で作成したデータを利用して、電子申告を行うこともできます。詳しくは国税庁ホームページ（http://www.nta.go.jp/）をご覧ください。

問い合わせ先　税務課（内線237）、総合支所市民課（内線153）

市・県民税申告相談会場と日程

●二戸地区

月	日	曜	行政区名	申告相談会場	受付時間	
2月	13	金	田中・小平・上斗米・川代・米内	上斗米地区農村環境改善センター	9：30～15：00	この期間中は税務課窓口での相談はできません
	16	月	上野・枯木・根森・小端・金田一川・中沢・牛間舘・大平原			
	17	火	上平・上町・愛宕下・寺下・宮下・仲町・秋葉・下町・九戸通の１・九戸通の２・大通・下平の１・下平の２・駅の１～３・湯田上野・中里・湯田・長川・小林	金田一コミュニティセンター	9：00～15：00	
	18	水				
	19	木	下山井・舌崎・山屋・釜沢・上海上・下海上・野々上・外山・小野			
	20	金	福田・舘・山田・足沢・中渡・大平・蒔前	御返地生活改善センター	9：30～15：00	
	23	月	楢舘・寺上・上沖野・加沢・大築・安比			
	24	火	駅前の１～７・晴山の１～３・大村の１～３	**なにゃーと３階会議室**	9：00～15：00	
	25	水	上里・奥山・村松・上野々・合川			
	26	木	矢沢・下構・大段・上向・中屋敷・本新田・大萩野・岳通り・夏間木・作ヶ久保	東仁左平地区センター	9：30～15：00	
3月	3	火	長地・小清水・大谷地・大畑・大川原毛・道ノ上・大平・戸花・横手	市役所別館（市役所隣、旧保健センター）	9：00～15：00	
	4	水	下タ川原・三十刈・東側・上東・小四郎舘・馬場・長瀬			
	5	木	上米沢・下米沢			
	6	金	野新田・外山・十文字・下斗米・門松・舘ヶ久保			
	8	日	大変混雑が予想されます。どうしても日曜日でなければ申告できない人に限ります。			
	9	月	１区・尻子内・坂本・平・白鳥・小祝・小峠			
	10	火	２区～８区			
	11	水	９区～13区・穴牛・大明神平			
	12	木	（予備日） 大変混雑が予想され、数時間お待ちいただくこともあります。どうしても上記日程で申告できなかった人に限ります。			
	13	金				
	16	月				

◎石切所地区の会場をなにゃーと３階に変更しました。なお、駐車場については、ニッポンレンタカー隣の駐車場を利用ください。

●浄法寺地区

月	日	曜	行政区名	申告相談会場	受付時間	
2月	27	金	山内・下藤・門崎・大清水・柿ノ木平・漆畑・焼切・曙・上樋口・下樋口・駒ヶ嶺・舘・野田	大嶺地区多目的集会施設	9：30～15：00	この期間中は総合支所市民課窓口での相談はできません
3月	2	月	御山・長流部・長渡路・漆沢・宮沢・向田・向田住宅・大久保・川又一区・川又二区・川又三区・下沢・馬洗場・手倉森・手倉森開拓	宮向山地区転作営農研修センター		
	3	火	馬場・滝見橋住宅・糠塚住宅・寺ノ下住宅・下林・町内三区・上町・仲町	浄法寺総合支所		
	4	水	田屋・朝日ヶ丘・松森・上荒町・下荒町・上春日町・下春日町			
	5	木	清水尻・飛鳥・岡本・上岩渕・下岩渕			
	6	金	梅ノ木・桧ノ木・細田・里川目・田子内・伊崎沢・小舟・江牛			
	9	月	太田・杉沢・上杉沢・大森			
	10	火	小泉・石橋・海上・谷地屋敷・小又・川原・吉田・大台久保・高山			
	11	水	（予備日） 浄法寺地区全域			
	12	木				
	13	金				
	15	日				

介護保険と税金控除について

①介護保険と障害者控除について

障害者手帳などを持っていない人でも介護保険の要介護認定を受けていると、身体障害者に準ずる者として障害者控除の対象となる場合があります。

印鑑と介護保険被保険者証を用意し、総合福祉センター福祉課および浄法寺総合支所市民課の窓口で、税金の申告に使う障害者控除対象者認定書を申請した後、交付された「障害者控除対象者認定書」を確定申告書または住民税申告書に添付し、提出ください。

②介護保険と医療費控除について

介護保険サービスのうち医療系サービス（老人保健施設のデイケアなど）を受けた月と同じ月に受けたデイサービスなどの自己負担分も、医療費控除の対象になる場合があります。

デイサービスやホームヘルパーなどの福祉系サービスは、医療系サービスと同じ月に受けた場合のみ医療費控除の対象になりますので確認ください。

問い合わせ先　二戸地区広域行政事務組合（☎23-7772）、福祉課（☎23-1313内線242）

■　税務署からのお知らせ

個人事業者の消費税確定申告について

平成26年4月1日から、消費税（地方消費税含む）の税率は8％です。平成26年分（平成26年4月1日を含む課税期間）の消費税および地方消費税の確定申告書の作成には、帳簿などにおいて課税取引を適用税率ごとに区分して集計する必要があります。消費税法の改正内容については、国税庁ホームページ（http://www.nta.go.jp）をご覧ください。

相続税の基礎控除額が引き下げられます

平成27年1月1日以後の相続または遺贈に関する相続税については、基礎控除の額が引き下げられ、次のようになります。

3,000万円　＋（600万円×法定相続人の数）

※亡くなった人から相続などによって財産を取得した人それぞれの課税価格の合計額が、相続税の基礎控除額を超える場合、財産を取得した人は、相続税の申告が必要になります

詳しくは、税務署に問い合わせください。

問い合わせ先　二戸税務署（☎23-2701）（音声ガイダンスで「2番」を選択）

市職員採用試験

平成27年度に採用する職員の採用試験を行います。

試験職種　任期付職員（心理士）　1人
任期付職員（保育士）　8人程度
任期付短時間勤務職員（保育士）　8人程度

受験資格　【心理士】昭和33年4月2日以降に生まれた人で、次の①、②のいずれかの要件を満たし、かつ、（ア）（イ）のすべての要件を満たす人
①臨床心理士又は臨床発達心理士の資格を有する者　②学校教育法に基づく大学院研究科において、心理学または心理学隣接諸科学を専攻する博士課程前期課程または修士課程を修了した者
（ア）発達障がい児及びその保護者の相談業務の経験を有する者　（イ）WISC知能検査、田中ビネー知能検査および新版K式発達検査のすべてができる者
【保育士】昭和33年4月2日以降に生まれた人で、保育士または平成27年3月31日までに取得見込みの人

受付期間　2月5日（木）まで（郵送の場合も期間内必着）

応募方法　申込用紙に必要事項を記入の上応募論文を添え、総務課に提出ください（持参または郵送に限る）。受験案内および申込用紙は市民課、各出張所、浄法寺総合支所市民課で配布するほか、ホームページにも掲載しています。

試験日時および場所　2月15日（日）午前9時（受付午前8時30分～）二戸市役所

問い合わせ先　総務課（内線332）

国民年金保険料前納割引（口座振替）

平成26年4月より口座振替による「2年前納」制度が始まりました。「2年前納」をご利用いただくと、毎月納付する場合に比べ2年間で14,000円程度（平成26年度保険料において）の割引となります。

そのほか、口座振替による割引は「1年前納」1年間で3,800円程度、「6カ月前納」6カ月で1,000円程度（平成26年度保険料において）です。

口座振替での前納申し込みは「口座振替納付申出書」に必要事項を記入・押印し、年金事務所や金融機関に提出して下さい。**口座振替での前納申し込みの締め切りは2月末日**です。引き落とし内容を変更する場合も、再度申込が必要です。

問い合わせ先　二戸年金事務所（☎23-4111）、市民課（内線226）、浄法寺総合支所市民課（内線163）

市営住宅の入居者を募集します

受付期間　1月23日（金）～30日（金）（※土日を除く）

問い合わせ、申込先　都市計画課（☎23-0183）、浄法寺総合支所地域課（☎38-4473）

定住促進住宅

団地名	馬　場
所在地	浄法寺町焼場84
募集戸数	1戸
家賃	37,000円
住宅敷金	3カ月分
建築年	2006年
規模、構造	２ＬＤＫ、70㎡
駐車ｽﾍﾟｰｽ	有り

申込者資格（次の条件を全て満たしていること）
（1）定住促進住宅を生活の本拠地とし、住所を有しようとしていること
（2）納期到来市区町村税を完納していること
（3）自ら居住するため住宅を必要としていること
（4）家賃および敷金を支払う能力を有していること
（5）申込者および入居予定者が暴力団員でないこと

申込時の必要書類　入居予定者全員分の住民票（本籍・続柄の表示があるもの）、所得証明書および市税について滞納がないことの証明書（市町村で発行したもの）

入居者決定の方法　申込者多数の場合は、公開抽選により決定します

連帯保証人　入居決定後、入居するためには次の条件を満たす連帯保証人が必要です
（1）市内に居住していること
（2）独立の生計を営んでいること
（3）本人と同程度以上の収入を有すること

安全な除雪作業を！

冬の事故で特に注意いただきたいのが、屋根の雪下ろしなどの除雪中の事故です。除雪中の事故防止のための10カ条を心がけ、無理のない安全な計画で除雪作業を進めましょう。

事故防止のための10カ条

①作業は家族やとなり近所にも声をかけ、２人以上で行う
②低い屋根でも油断は禁物
③建物のまわりに雪を残してから、雪下ろしをする
④作業開始直後と疲れたころは特に慎重に行う
⑤晴れている日ほど要注意！屋根の雪がゆるんでいる
⑥命綱とヘルメットを忘れず装着する
⑦はしごの固定を忘れずに
⑧除雪道具はこまめに手入れ、点検をする
⑨除雪機の雪詰まりを取り除くときは、必ずエンジンを切ってから行う
⑩携帯電話を忘れずに

問い合わせ先　防災対策室（内線342）

スワロー号、定期券発売！

ＪＲバスでは1月から、二戸駅～久慈駅間を運行している「スワロー号」の定期券の発売を開始しました。通学・通勤に、より多くの皆さんのご利用をお待ちしております。

なお、定期券はＪＲバス二戸営業所で発売しています。また、回数券は使用できませんのでご了承ください。

問い合わせ先　ＪＲバス東北㈱二戸営業所（☎23-5229）

コミュニティバス『八幡下バス停』の利用について

コミュニティバス（にこにこ号）は、福岡八幡下地区ではＪＲバスの八幡下バス停留所に停車します。八幡下バス停以外（千葉耳鼻咽喉科医院前など）には停車しませんので、八幡下バス停でお待ちください。

問い合わせ先　政策推進課（内線313）

学校給食用食材納入に係る入札等参加資格申請を受け付けます

学校給食に使用する食材の納入を希望する人は、申請書に関係書類を添えて資格審査を受け、資格者名簿に登載される必要があります。平成27、28年度の登載を希望する人は、申請書を提出ください。

受付場所　学校給食センター

受付期間および時間　2月10日（火）～3月10日（火）（土日を除く）午前9時～午後5時

その他　申請書は学校給食センターにあります。また、市ホームページからもダウンロードできます

問い合わせ先　学校給食センター（☎20-1366）

スポーツ大会結果のお知らせ（敬称略・丸数字は順位）

第42回岩手町少年剣道交流大会（12月14日、岩手町スポーツ文化センター）▷**小学生新人の部**①二戸市剣道スポ少（日野、鳥谷部（莉）、鳥谷部（京））

第38回岩手県中学校バスケットボール選抜大会Aブロック予選（12月20、21日、総合スポーツセンター）▷**男子の部**①福岡中③浄法寺中▷**女子の部**③福岡中

第37回全日本ショートトラックスピードスケート選手権大会（12月27、28日、東京都江戸川区スポーツランド）▷**男子1000㍍**②村竹啓恒（カシオペア氷上スポーツクラブ）

村竹選手（左）は2月にスペインで行われるユニバーシアード冬季大会に出場予定です（写真提供：カシオペア氷上スポーツクラブ）

ナイターバレーボール大会

期日　1月27日（火）～3月6日（金）の火、金曜日（予定）
場所　総合スポーツセンター
競技方法　ソフトバレーボール大会規則により、リーグ戦方式で予選を行い、トーナメント方式で順位を決定します
申込期限　1月22日（木）
問い合わせ、申込先　総合スポーツセンター（☎23-7211）

水中運動教室（第3回）

水の浮力によって、足腰に負担をかけずにのびのびと体を動かすことができます。水中で歩いたり踊ったり楽しく運動をしましょう。泳げない人も安心して参加ください。
日時　2月18日、25日、3月4日、11日（いずれも水曜日）午後1時～2時（午後12時45分集合）
場所　二戸スイミングスクール
内容　プールの中での簡単な運動（ウォーキングや体操など）
参加料　400円（当日集めます）
講師　二戸市体育協会員
定員　各回それぞれ先着30人
持ち物　水着、水泳用キャップ、バスタオル
問い合わせ、申込先　体力つくり振興会（市生涯学習課内　内線554）

市内スキー選手権大会

日時　2月22日（日）午前9時～（午前8時30分受付開始）
場所　田山スキー場　　**対象**　市内小学生
種目　クロスカントリー、アルペンスキー
参加料　1人1,000円（申し込み時に納付ください）
申込期限　2月13日（金）
問い合わせ、申込先　生涯学習課（内線555）

スポーツの力で地域を元気にするフォーラム

「2016希望郷いわて国体」の開催を控え、陸上男子400mで3度のオリンピック出場を果たした日本短距離界の第一人者、高野進さんの講演会を開催し、スポーツを通じた人づくりや地域活性化について考えます。また講演の後半には、高野さんが提唱するランニング上達の秘訣「くレ4（クレヨン）ランエクササイズ」の直接指導もあります。
日時　2月14日（土）午後1時30分～3時30分
場所　一戸町コミュニティセンター多目的ホール
講演　「『動いて、考えて、また動く』ことから始まる人づくり」東海大学体育学部　高野進教授
参加費　無料ですが、事前に下記まで申し込みください。入場整理券が必要です
問い合わせ、申込先　国体推進室（☎23-3113）

雑穀の里「たるさわ」の小正月

寒～い足沢で“あったまって”！

「ぎばって足沢70の会」では、雑穀の里・足沢地区の小正月にちなみイベントを開催します。なお、参加は要予約です。下記まで連絡ください。
日時　2月8日（日）午前10時～午後3時
場所　足沢生活改善センター
内容　五穀豊穣祈願餅つき、みずき飾り体験、一日産直など
問い合わせ、予約先　ぎばって足沢70の会事務局・上野　（☎28-2592）

第32回二戸市郷土芸能祭兼三圏域郷土芸能交流祭

おなじみの郷土芸能からお隣の市町の郷土芸能まで、たっぷりとお楽しみください

今回は、久慈市、軽米町、八戸市から郷土芸能団体がゲスト出演し、例年以上に華やかな舞を皆さんに披露します。入場料は無料です。年に一度の機会ですので、ぜひご覧ください。

日時　２月８日（日）午前10時～午後４時（予定）
場所　市民文化会館大ホール
主催　二戸市郷土芸能保存団体連絡協議会、三圏域連携交流会

埋蔵文化財センター臨時休館のお知らせ

２月８日（日）、埋蔵文化財センターは「第32回二戸市郷土芸能祭兼三圏域郷土芸能交流祭」開催のため休館します

問い合わせ先　埋蔵文化財センター（☎23-8020）

ニューイヤーアマチュアバンドコンサート

日時　１月25日（日）午後１時～（午後０時30分開場）　**場所**　市民文化会館大ホール
入場料　500円（中学生以下無料）
プレイガイド　市民文化会館、二戸ショッピングセンターニコア、アイックス、一戸町コミュニティセンター
問い合わせ先　市民文化会館（☎23-7111）

二戸市民文化会館　２月の主な催事予定

催事名（主催者・問い合わせ先）	期日	時間	会場	入場料など
第41回二戸地区小中学校書写作品展（二戸地区書写教育研究会、☎23-6155）	１月31日（土）～２月１日（日）	９時30分開始　17時終了（最終日16時終了）	展示室	無料
第32回二戸市郷土芸能祭兼三圏域郷土芸能交流祭（市埋蔵文化財センター内☎23-8020）	２月８日（日）	10時開演　16時終演予定	大ホール	無料
第２回北いわて学生デザインファッションショーin二戸（県北広域振興局二戸地域振興センター、☎23-9201）	２月21日（土）	13時30分開演　16時終演	大ホール	無料（要事前申込、先着800人）

２月の休館日　２日（月）、９日（月）、12日（木）、16日（月）、23日（月）
問い合わせ先　市民文化会館（☎23-7111）

カシオペアFM７７．９MHz

【カシオペアFM推奨ラジオの紹介】
機　種　「パナソニックFM/AM２バンドレシーバー　RF-U150A」

乾電池が使える機種で、停電時も安心です。より良い受信機を求める人におすすめです（ただし、地形や建物の影響などによっても電波状況は変わります。受信機の感度を保証するものではありません）。値段など詳しくは、各取扱店へ問い合わせください。

このステッカーが取扱店の目印です

取扱店　ベスト電気二戸ガス店（堀野）、かんぶん二戸店（堀野）、パナデン ジョイフル（金田一）、パナデン まいさわ（上斗米）、パナデン オカダ（福岡）、パナデン メルシー（浄法寺）

○「二戸市からのお知らせ」を１日３回放送しています
○震災後二戸市に避難されている皆さんへ、月～金曜日の生放送番組内で、避難前にお住まいの県や市町村の情報「ふるさとニュースレター」をお届けしています

問い合わせ先　カシオペアＦＭ（☎43-3461）

開局10年目突入を記念し公開生放送

開局10年目に突入した12月19日、ニコアで公開生放送が行われ、たくさんの人がクイズに挑戦したり、おなじみ「うわののじさまのむかし話」に耳を傾けたりして、生放送を楽しみました。

第２回食育講演会

日時　２月14日（土）午後１時～２時30分
場所　シビックセンターホール
内容　講演「めざせ！脱・脳卒中死亡率ワースト１・家族みんなで始める減塩生活」
講師　ドクターズレストランGreen＊Green、医療法人禄三堂　管理栄養士　臼井名津子さん
募集人員　100人(定員になり次第締め切ります)
申込期限　２月３日（火）
問い合わせ、申込先　健康推進課（☎23-1313内線222）

各検診等受診希望調査を行っています

各世帯に「平成27年度各がん検診等の受診希望調査書」を届けています。

来年度の検診を受けるため重要な調査ですので、希望する検診に○印をつけ、各地区の保健委員または行政連絡員に１月25日（日）までにお届けください。なお、市の検診を受けない人も理由を記入のうえ提出ください。提出期日に間に合わない人などは、直接総合福祉センター健康推進課に持参ください。被災者で住所を異動していない人や、転入などで希望調査書が届いていない人は、健康推進課にご連絡ください。

問い合わせ、申込先　健康推進課（内線245）

【盛岡地方法務局二戸支局からのお知らせ】

法務局市民講座

事前に申し込みが必要です。

期日と内容　①１月23日(金)「遺産相続と遺言」
②１月30日（金）「成年後見登記制度」
時間　各回とも午後１時30分～３時
場所　二戸合同庁舎１階共用会議室
募集人員　各回とも25人
申し込み締め切り　各回とも前日の午後５時まで
問い合わせ、申込先　盛岡地方法務局二戸支局総務係（☎25-4811）

登記相談が予約制になります

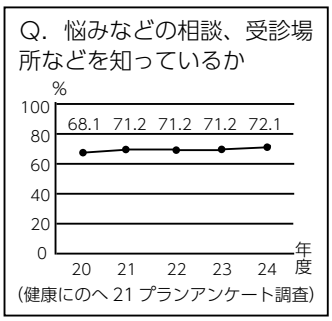
盛岡地方法務局および県内各支局､出張所では、２月２日（月）から、不動産、商業、法人登記に関する相談を予約制により行います。相談の予約は下記の電話または登記申請窓口で申し込みください。

相談予約先　盛岡地方法務局二戸支局（☎25-4811）

健康で長生きするために⑧

テーマ「栄養･食生活･身体活動･運動、喫煙、飲酒および歯・口腔の健康に関する生活習慣および社会環境の整備」～こころの健康編～
目標「こころの健康づくりに努め、楽しくはつらつとした生活を送りましょう」

＜市の現状＞
(1) 健康にのへ21プランアンケートでは､悩みなどの相談、受診場所を知っている人の割合は、少しずつですが年々増えています（右図)。



(健康にのへ21プランアンケート調査)

(2) 地区のつながりが強いところは、集まる機会を多く持っています。

こころが健康であるということは、楽しくはつらつとした生活を送るための基本的な条件です。運動する、趣味を楽しむ、自然に親しむなど、こころとからだにやさしいストレス解消法を見つけましょう。そこで市民の皆さんは、次のことに気をつけてみましょう。

①ストレス解消方法を見つけましょう
②地区の行事に参加しましょう
③周囲に関心を持ち、互いに声をかけましょう
④一人暮らしの人の見守りをしましょう
⑤家族との会話を増やすよう心がけましょう

また、各団体の皆さんには次のことについて、協力をお願いします。

①地域の力を借り、地域の特性に合わせたサロン（会話を行う場）を開催します
②教室やサロンについて、周知を行います。また教室などではお茶やおしゃべりの時間を設けます
③ゲートキーパー※になります
④傾聴活動を行います
⑤地域活動に参加しやすい雰囲気づくりを行います

市は地域での健康教室やこころの健康相談の開催、電話や面接による相談窓口のお知らせ、家庭訪問などで、楽しくはつらつとした生活を送ることができるよう支援します。また、精神障がい者家族会の育成、病院や各関係機関との連携を深めていきます。

※ゲートキーパー･･･悩んでいる人に気付き、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る人

問い合わせ先　健康推進課（☎23-1313内線263）

ごみダイエット通信

【環境衛生組合に加入しましょう】

約 7,500 世帯が加入する、二戸市環境衛生組合（田口滿像組合長）では、皆さんの会費をもとに、ごみの減量化を目指し積極的に取り組んでいます。

●資源リサイクルステーションの里親となり、古紙 300㌧の回収を目指しています。目標達成まであと約 80㌧。新聞、雑誌、段ボールは市内 10 カ所のリサイクルステーションへ！

●ごみダイエットの大敵は水分。キッチン生ゴミの水分絞り器 (約千円相当）を 2 年間、加入世帯へ配布します。ギュッと絞って、10％ダイエット！

ギュッと一絞りは効果大

●ごみステーションの整備費用の半額補助（最大 5 万円）を拡大しました。どんどん申し込みください。詳しくは環境衛生組合事務局（市生活環境課）まで問い合わせください。

今月の古着回収「サンデーリサイクル」
1 月 25 日（日）午前 10 時～午後 3 時
旧学校給食センター（堀野）、浄法寺総合支所
●地球温暖化防止と地域環境保全のため、市環境衛生組合がボランティアで行います。

問い合わせ先　生活環境課（内線 723）

水質事故に注意！

家庭や事業所から油や薬品などが流れ出す水質事故が多発しています。油や薬品が流出すると、側溝や水路から川に流れ出ることもあります。川の水は水道用水、農業用水などとして利用されていますので、水質事故は地域全体に影響を及ぼし、動植物にも悪影響を与えます。水質事故の処理に係った費用は、原因者に負担していただく場合があります。寒さが厳しくなり灯油を多く使う時期です。家庭や事業所でタンクの状況の再確認をし、また除雪作業時の破損事故に注意しましょう。

事故を起こした場合や発見した場合は市役所、消防署、警察署などへ連絡下さい。

問い合わせ先　生活環境課（内線 727）

くらし安全安心だより

―除雪サービスの契約は慎重に！―

【相談事例 1】

雪下ろしを依頼した業者に、**「1 人 2,000 円、3 人で行く」**と言われ、**6,000 円**ならよいかと思い来てもらった。作業終了後、**「3 人で 3 時間かかったので 1 万 8,000 円」**と請求を受けた。時間当たりの金額とは聞いていなかった。

（70 歳代男性）

【相談事例 2】

除雪作業を頼んだ業者から、**シーズン契約**のほうがお得だと言われ、**1 月から 3 月まで月々 2 万円**で契約し**前払い**をした。しかし、雪が積もっても除雪に来ないため連絡すると**「10㌢以上降らないと除雪しない」**と言われたり、作業内容によっては**「シーズン契約に入っていない」と追加料金を請求されたり**した。契約時にそのような説明はなかった。　（60 歳代女性）

【アドバイス】

★雪の多い地域で、雪かきや雪下ろしなどの**除雪作業に関するトラブル**の相談が寄せられています。

★事例の他にも、雪解けの時期になってから、除雪作業の際に屋根を破損したと思われることが分かったが、**補償に応じてもらえなかった**、などの相談もあります。

★契約の際は実際に現場を見てもらったうえで、見積もりを取りましょう。依頼したい作業の具体的な内容や、破損があった場合の補償などについてもよく確認しましょう。

★シーズン契約で前払いをすると、作業が行われなかった場合などに金銭面でも生活面でも被害が大きくなることがあるので、注意をしましょう。

★困ったときは消費生活センターにご相談ください。

※二戸消費生活センターでは、消費生活に関するトラブルや多重債務（債務整理・過払い金返還請求）などの相談に応じています。一人で悩まずに、ぜひご相談ください。

二戸消費生活センター　相談時間　平日午前 9 時～午後 4 時（☎ 23-5800）

二戸地区広域行政事務組合議会定例会

二戸管内 4 町村で構成する、二戸地区広域行政事務組合の 2 月定例議会が開会されます。暮らしに身近な消防、介護保険、し尿処理、ごみ処理などの共同処理事業について質疑が行われます。議会はどなたでも傍聴できます。

日時　2 月 16 日（月）午前 10 時～　　**場所**　二戸地区広域行政事務組合会議室

問い合わせ先　二戸地区広域行政事務組合事務局　（二戸地区衛生センター内　☎ 23-7772）

暮らしの情報

二戸市役所　☎ 23-3111（代表）
浄法寺総合支所　☎ 38-2211（代表）

無料相談

法律相談

土地、財産、離婚、金の貸借など
日時　2月10日（火）、24日（火）午前10時～午後3時
場所　二戸消費生活センター（県二戸地区合同庁舎内）
担当　弁護士
電話予約が必要です。時間の関係で、先着10人で締め切ります。
問い合わせ先　二戸消費生活センター（☎ 23-5800）

くらしとお金の安心相談会

借金の整理と生活資金など
日時　2月13日（金）午前10時～午後4時
場所　二戸消費生活センター（県二戸地区合同庁舎内）
担当　消費者信用生活協同組合相談員
電話予約が必要です。
問い合わせ先　二戸消費生活センター（☎ 23-5800）

県多重債務弁護士相談

借金の整理、過払い金返還請求など
日時　2月17日（火）午前10時～午後3時
場所　二戸消費生活センター（県二戸地区合同庁舎内）
担当　弁護士
電話予約が必要です。
問い合わせ先　二戸消費生活センター（☎ 23-5800）

多重債務相談

サラ金などの返済で困っている人は、ご連絡ください。
日時　2月19日（木）午前10時～午後7時
場所　もちづき司法書士事務所（石切所字森合90）
電話予約が必要です。
問い合わせ先　もちづき司法書士事務所（☎ 26-9117）

市民生活相談

家庭内や近所の心配事など
日時　2月20日（金）午前10時～午後3時
場所　二戸消費生活センター（県二戸地区合同庁舎内）
担当　市民生活相談員
電話予約が必要です。
問い合わせ先　二戸消費生活センター（☎ 23-5800）

行政相談

行政に対する苦情や意見、要望など
日時　2月6日（金）午前10時~正午
場所　二戸消費生活センター（県二戸地区合同庁舎内）
担当　行政相談委員
問い合わせ先　二戸消費生活センター（☎ 23-5800）
◎相談日以外でも下記の行政相談委員が随時対応します▷木村委員（☎ 23-3458）▷坂田委員（☎ 38-2274）▷昆委員（☎ 25-4148）

個別健康相談

日時　2月12日（木）、26日（木）午後1時～3時
場所　総合福祉センターまたは事業所
その他　医師が職場まで行き相談に応じます。電話予約が必要です。
問い合わせ先　岩手産業保健総合支援センター（二戸医師会内☎ 23-4466）

福祉のお仕事相談会

日時　2月10日（火）、24日（火）午後1時30分～3時30分
場所　ハローワーク二戸
相談内容　福祉の資格の取得方法、仕事内容、求人情報、仕事体験など
問い合わせ先　（社）県社会福祉協議会岩手県福祉人材センター（☎ 080-1651-6203）

相続登記は司法書士に相談

岩手県司法書士会では、2月を「相続登記はお済みですか月間」として下記のとおり無料相談を行います。
【常設相談】
日時　2月1日（日）～28日（土）※土、日、祝日を除く
場所　各司法書士事務所（最寄りの司法書士を知りたい場合は問い合わせください）
【特設相談】
日時　2月6日、13日、20日、27日（毎週金曜日）、午前10時～正午
場所　岩手県司法書士会館（盛岡市本町通二丁目12-18、四ツ谷教会右隣）※事前予約は不要です
【電話相談】
フリーダイヤル　0120-823-815（通話料無料）、午前10時～午後1時※土、日、祝日を除く
問い合わせ先　県司法書士会事務局（☎ 019-622-3372）

募集

建設工事、物品購入などの入札参加資格申請

市が発注する建設工事などの入札に参加を希望する人は、申請書を提出し資格者名簿に登載される必要があります。資格者名簿への登録を希望する人は、申請書の提出をお願いします。詳細は市ホームページをご覧になるか、問い合わせください。
申請を要するもの
①平成27･28年度建設工事（水道、下水道工事を含む）②平成26・27年度建設関連業務（中間年）③平成26・27年度物品購入（中間年）
問い合わせ先　財産管理室（内線363）

自衛官（一般幹部候補生）試験

応募資格　22歳以上26歳未満（平成28年4月1日現在）
受付期間　3月1日（日）～5月1日（金）
試験日　5月16日（土）、17日（日）
試験場所　岩手駐屯地（滝沢市後）
問い合わせ先　自衛隊二戸地域事務所（担当：外田　☎ 23-2529）

ひきこもり家族教室

ひきこもりについて勉強や情報交換をします。事前に電話で予約ください。
日時　2月23日（月）午後1時30分～4時
場所　県二戸地区合同庁舎1階　地域交流ルーム
内容　講話「ひきこもりの理解と対応について」、情報交換
講師　そらをみた会代表兼家族相談士　阿部直樹さん
申込期限　2月20日（金）
問い合わせ先　二戸保健所保健課（☎23-9206）

お知らせ

金田一温泉センターゆうゆうゆ～らくのイベント！

1月25日（日）午前11時から、センター入口前で湯の香市感謝祭を開催します。みそもち、焼き鳥、田楽などを販売します。また正午からは、つきたてのお餅のお振る舞いもあります。皆さんぜひお越しください！ゆうゆうゆ～らくは毎週火、木曜日、ポイント2倍デーです。
営業時間　午前10時～午後10時（受付9時20分まで）
入浴料　中学生以上600円、小学生300円、幼児100円
2月の定休日　2月16日（毎月第3月曜日）
問い合わせ先　金田一温泉センターゆうゆうゆ～らく（☎27-3400）

東北歴史博物館特別展「みちのくの観音さま - 人に寄り添うみほとけ -」

天台寺収蔵の「菩薩（観音菩薩）坐像」なども展示します。
期日　1月24日（土）～3月12日（木）（毎週月曜日休館）
時間　午前9時30分～午後5時
場所　東北歴史博物館（宮城県多賀城市高崎1-22-1）
観覧料　一般1,000円、シルバー（昭和25年12月31日以前生まれ）900円、高校生500円、小中学生300円
問い合わせ先　東北歴史博物館（☎022-368-0106）

若者ステップアップセミナー

就労や自立に関するセミナーと個別相談会を開催します。
日時　①2月12日（木）、②26日（木）若者ステップアップセミナー…午前10時～正午、個別相談…午後1時～3時
内容　①コミュニケーションゲーム～町の地図を作ろう、②やってみよう！～職場見学
場所　カシオペアメッセ・なにゃーと
対象　15～40歳未満の求職者またはその保護者
申し込み方法　電話またはFAX、メールで申し込みください。申込用紙はハローワーク二戸・ジョブカフェにあります。
問い合わせ、申込先　特定非営利活動法人いわてパノラマ福祉館（☎019-639-8383　FAX：019-907-0390　E-Mail：info@npo-ipf.org）

自動車の検査、登録手続きはお早めに

毎年、自動車の検査、登録手続きが3月に集中し、大変混雑します。手続きはできるだけ2月中に済ませましょう。なお、車検は有効期限の1カ月前から受けられます。
受付時間　月曜日～金曜日　午前8時45分～正午、午後1時～4時
問い合わせ、申請先　東北運輸局岩手運輸支局（紫波郡矢巾町流通センター南2丁目8-5、URL：http://wwwtb.mlit.go.jp/tohoku/it/it-index.htm）、自動車登録、検査テレホンサービス（☎050-5540-2010）、車検予約システム（https://www.yoyaku.navi.go.jp/pc/reservationTop.do）
【軽自動車】軽自動車検査協会岩手事務所（盛岡市湯沢16地割15-10　☎050-3816-1833）

「岩手県学生会館」入寮生募集

平成27年4月からの入寮生を募集します。詳しくは問い合わせください。
選考日　前期：2月18日（水）、後期：3月10日（火）
受付期間　前期：1月20日（火）～2月13日（金）、後期：2月19日（木）～3月5日（木）
面接場所　いわて県民情報交流センター（アイーナ）8階会議室
入寮資格　岩手県出身者で大学、大学院（修士課程）、短期大学、専修学校の専門課程に入学する学生
募集人数　男子15人、女子20人程度
問い合わせ先　公益財団法人岩手県学生援護会（岩手県学生会館内　☎03-3972-4783、URL：http://www.k4.dion.ne.jp/~iwate-sp/index.html）

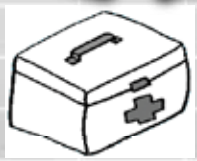
林業退職金共済制度

林退共制度に加入していたが、退職金をまだ受け取っていない、当時林退共へ加入していたか分からない…という人は、最寄りの支部または本部へ問い合わせください。罹災された共済契約者および被共済者の各種手続きが必要なときも問い合わせください。
問い合わせ、申込先　独立行政法人勤労者退職金共済機構林業退職金共済事業本部（〒170-8055東京都豊島区東池袋1-24-1ニッセイ池袋ビル☎03-6731-2887　FAX：03-6731-2890、URL：http://www.rintaikyo.taisyokukin.go.jp/）

情報公開・個人情報保護総合案内

総務省東北管区行政評価局では情報公開や個人情報保護に関する制度に関する総合案内を行っています。
受付時間　月～金曜日　午前8時30分～午後5時15分
問い合わせ先　総務省東北管区行政評価局情報公開・個人情報総合案内所（〒980-0014　仙台市青葉区本本町3-2-23　仙台第2合同庁舎10階　☎022-716-1234　E-Mail：https://www.soumu.go.jp/hyouka/i-chihou-form.html）、岩手行政評価事務所（☎019-604-8570）

健康ひろば



総合福祉センター
☎23－1313

2月の健康カレンダー

日	曜	予防接種など	受付時間	場所
3	火	水痘予防接種	13：00～13：30	総合福祉センター
4	水	10カ月健診	12：15～12：45	
5	木	ＢＣＧ予防接種	13：00～13：30	
10	火	２歳歯科健診	13：00～13：30	
12	木	３歳健診	12：45～13：15	
13	金	水痘予防接種	13：00～13：30	
17	火	４カ月健診	12：30～13：00	
18	水	水痘予防接種	13：00～13：30	
24	火	５歳児発達相談	12：30～12：45	二戸地区合同庁舎
25	水	１歳６カ月健診	12：15～12：45	総合福祉センター
26	木	水痘予防接種	13：00～13：30	

下記の休日当番医院で、ＭＲ予防接種ができます。平日に予防接種を受けられない人は利用ください。接種を希望する場合は、希望日の10日前までに総合福祉センターへ連絡ください。

月　日	医療機関名	受付時間
2月1日（日）	金田一診療所	9:00～16:00
2月22日（日）	おりそ内科循環器クリニック	9:00～16:00

問い合わせ先　健康推進課（内線332）

献血にご協力ください

血圧などの薬を服用していても献血可能になる場合があります。お薬手帳をお持ちください。

月日	受付時間	会場
2月10日(火)	10:00～12:00 13:30～16:00	シビックセンター 【バレンタイン献血】

※献血手帳・カードがある人は、お持ちください。
問い合わせ先　健康推進課（内線233）

各種料理教室など

※各教室とも、定員になり次第締め切ります。

○女性の健康を考える教室

脳卒中や骨粗しょう症予防など女性が健康で過ごせるように最新情報を学んでみませんか！
日時　1月29日（木）午前9時30分～午後2時30分
場所　総合福祉センター
講演　「女性の健康づくりについて」
大塚製薬㈱仙台支店　西野栄作さん
実習　乳製品を使った減塩料理（市栄養士指導）
募集人員　20人
持ち物　三角巾、エプロン、米1合、筆記用具
申込期限　1月27日（火）
問い合わせ、申込先　健康推進課（内線222）

○スポーツ栄養教室

スポーツに必要な食について学んでみませんか？
日時　2月7日（土）午前10時～正午
場所　総合福祉センター
内容　一日に必要な食事量、補食の内容とタイミングについて
対象　保護者、指導者、中学生、高校生
募集人員　20人
申込期限　2月4日（水）
問い合わせ、申込先　健康推進課（内線264）

○減塩料理教室

生活習慣病予防や改善のためにレモンを使ったおいしい減塩料理を学んでみませんか？
日時　2月24日（火）午前9時30分～午後2時30分
場所　総合福祉センター
講演　「レモンと健康」
ポッカサッポロフード＆ビバレッジ㈱
東北支社北東北支店　吉澤英夫さん
実習　レモンを使った減塩料理（市栄養士指導）
募集人員　20人
持ち物　三角巾、エプロン、米1合、筆記用具
申込期限　2月10日（火）
問い合わせ、申込先　健康推進課（内線222）

ほっとひといき けんこう広場

心や身体の病気で悩んでいることなど、お話ししませんか？身体を動かして「気分転換」しませんか？
日時　2月6日（金）、13日（金）午後1時～2時　　**場所**　総合福祉センター
内容　健康相談、簡単な体操　　**スタッフ**　保健師、二戸市傾聴ボランティアほか
問い合わせ、申込先　健康推進課（内線263）

〒028-6192　岩手県二戸市福岡字川又47
発行　二戸市　電話　0195（23）3111　FAX　0195（25）5160
市のホームページアドレス　http://www.city.ninohe.lg.jp/