

第181号
令和5年8月発行
(毎月1回発行)

発行責任者：立石 孝
☎ 23-5524
☎ 21-3151

かっつまづ 8月

甲子地区生活応援センターだより
公民館だより

暑中お見舞い
申し上げます

◇移動期日前投票所を設置します。◇

9月3日(日)に岩手県知事選挙、岩手県議会議員選挙及び釜石市議会議員選挙が執行されますが、以下の日程で移動期日前投票所を設置します。



○移動期日前投票所設置日 8月30日(水)

10時～12時

仙人インフォメーションセンター

14時～16時

唄貝集会所

移動期日前投票所や選挙の詳細につきましては8月15日号の広報かまいしをご確認ください。
釜石市選挙管理委員会事務局 ☎27-8462



◇「子宮頸がん検診」追加申し込みを行います

○検診の申込を忘れた方の為に追加申込を行います。
※詳しい日程は、7月15日号広報かまいしやホームページ、受検票添付のお知らせをご確認ください

【検診期間】8月10日(木)～9月20日(水)

※令和4年度に子宮頸がん検診を受検された方は対象外となります。

【申込方法】市健康推進課(22-0179)へ電話で申し込み

※氏名、生年月日、受検票が確実に届く住所、電話番号を伝えてください。

◇第30回 釜石市ふれあい福祉まつり開催

誰もが安心して暮らせるまち「釜石」を目指して...
年齢や性別を問わず、全ての人がふれあえる
イベントを下記の通り開催します。
皆様のご来場を心よりお待ちしております。



日時：9月2日(土)10時～14時

場所：釜石市民ホールTETTO

内容：物販会(パン、手工芸品他)、
ステージ発表、こどもの遊び場等

問合先：釜石社会福祉協議会

☎22-2310

◇甲子応援センター保健師メモ◇

～「熱中症」に要注意です！～



○気温が高い日が続いています。熱中症対策は大丈夫ですか？

昨年まで熱中症にならなかったから今年も大丈夫とは限りません！

子供と高齢者は「脱水状態」になりやすいと言われており特に注意が必要です。

日頃から健康的な生活習慣をこころがけ、のどが渴く前に「水分補給」を忘れずに行いましょう。

〈子供が脱水状態になりやすい理由〉

- 1 成長期は水分の出入りが激しい
- 2 皮膚や呼吸から失われる水分が大人に比べて多い
- 3 汗をかく機能や腎臓の機能が未熟である

〈高齢者が脱水状態になりやすい理由〉

- 1 体液をためるタンク(筋肉)が少ない
- 2 食べたり飲んだりする量が減っている
- 3 のどが渴いているのに気が付きにくくなる

窓口からのお知らせ

▶8月末納期の市税等

◎市県民税2期

◎各使用料(水道等) 8月分

【受付時間：8時30分～17時15分】

◎国民健康保険税2期

～マイナンバーカード・マイナポイント出張申請受付～

日時：8月23日(水)13時30分～15時30分 申請時間はお一人10～15分程度
場所：甲子公民館1F 必要なものはHPを確認するか問合せ
問合せ先：市民課市民登録係 ☎27-8450 してください。

地域おこし協力隊 谷隊員からのお知らせ

きゅうりとトマトの収穫&草刈りをします。
てっだってくれる方大歓迎です！

8月8、22、29日(火)15時～16時

8月26日(土)9時～10時

場所：甲子わくわく農園48～50区画



甲子川のアユを味わう会の中止について

昨年度実施していた同イベントについて本年度も実施することで計画を進めておりましたが、少雨等の影響により本年度のイベント開催を中止します。次年度にご期待ください！



8月の公民館事業



☆西地区合同日向ダム見学会☆

〔甲子・小佐野・中妻公民館合同事業〕

普段入ることがない貴重なダム内部の見学が出来ます。見学希望の方は、お早めに申し込み願います。

開催日：8月4日(金) 9時30分～12時00分 (参加者は9時までに甲子公民館に集合願います。)

【コース】甲子公民館→資料館見学→ダム内見学→見学終了後、ダム周辺をバスで見学→甲子公民館

申込先：甲子公民館 (先着10名)

受付期間：8月3日(木)まで ※土日除く

その他：荒天の場合は中止。小雨決行とします。



☆ゆう遊講座☆

～ニュースポーツ体験会～

ニュースポーツを体験してみましょう

日時：8月10日(木)

10時～11時30分

場所：甲子公民館

内容：モルック・ディスクゲッター9ほか

講師：市スポーツ推進課

申込先：甲子公民館



☆洞関・大橋おたっしや相談会☆

健康相談や納税等に併せて脳トレや軽い運動などのレクエーションも実施します！皆様のお越しをお待ちしております。

★洞関おたっしや相談会

日時：8月9日(水)10時～11時30分

場所：洞関地区コミュニティ消防センター

★大橋おたっしや相談会

日時：8月24日(木)9時～11時

場所：仙人インフォメーションセンター

☆談話ルームかっし☆ 気軽に話ができる場所です

日時：8月7日(月)13時30分～16時30分 場所：甲子公民館1F



☆デイサービス(ふれあい教室)☆

◇日時：8月31日(木)

10時～11時45分

※洞関、砂子渡、大松、唄貝、鍋倉、大洞地区、大畑地区でも開催しております。

※詳細は、老人福祉センター内

ふれあい教室事務所 ☎25-0876

☆8月の「かっし健康講座」(10:00～12:00)情報☆

◆いきいき健康教室 8月 1日(火)講師：佐久間定樹先生

◆ゆったりまったり運動 8月 4日(金)講師：蓮見純子先生

◆ストレッチ教室 8月25日(金)講師：阿部直美先生

※ストレッチ教室：バスタオルとタオルをご持参ください。

◆高齢者卓球教室 毎週金曜日 講師：安久津吉延先生
(旧大松小体育館)

申込先：甲子公民館

(新規講座のお知らせ・今後月1回実施していきます)

◆西地区合同屋外運動教室 8月9日(水)9時30分～12時

指導協力：甲子GGクラブ (開催場所：釜石球技場サッカーピッチ半面)

※新規に釜石球技場を活用した運動教室を中妻・小佐野公民館と連携して実施します。

※グランドゴルフを主体に、ニュースポーツ体験などの機会も設けていきます。

※5名先着申込受付 申込者は当日、直接釜石球技場にご参集願います。 申込先：甲子公民館

