

第182号
令和5年9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

9月

甲子地区生活応援センターだより 公民館だより

◇「甲子におでかけコンサート」の開催について

岩手出身のお二人による歌とピアノのコンサートを開催します。
ピアノ 阿部夕季恵さん(二戸) アルト 谷地畝晶子さん(滝沢)
甲子公民館では初お目見えです。

日時：令和5年9月20日(水) 14時～15時 [13:30開場]
場所：甲子公民館2F
入場料：無料
問い合わせ：甲子公民館 ☎23-5524



◇「胃がん検診追加申込」のお知らせ

○申し込みをしている方には、9月上旬に受検票が届きます。忘れずに受診しましょう。
・申し込み方法 市健康推進課に電話申し込み ☎22-0179
8時30分から17時15分(土日を除く)
氏名、生年月日、**受検票が確実に届く住所**、電話番号をお伝えください



<甲子地区の実施会場>

- ・9月22日(金)、10月26日(木)洞関地区コミュニティ消防センター
- ・10月24日(火)甲子地区生活応援センター、大松地区コミュニティ消防センター

◇マイナンバーカード出張申請

日時 9月13日(水)13時半から15時半 申請時間はお一人10分から15分
場所 甲子公民館1F 必要なものはHPを確認するかお問い合わせください
問合先 市民課市民登録係 ☎27-8450

◇甲子応援センター保健師メモ◇

～健康診断の結果を活用していますか～

- ・市の健康診断の結果はいかがでしたか？
- 「総合判定」だけを見て、詳しい内容を見ずにそのままにいませんか？
- 「結果票を見てもよくわからない」という方は、ぜひ保健師や栄養士に聞いてみましょう
- 自分の身体がどうなっているか知ることはとても大事なことです

【結果票の見方のポイント】

- 体重は適正か→前回と比べて増減は？心当たりは？
- 血圧は適正か→家庭血圧を記録していますか？
- 血液中の脂質は適正か→コレステロールや中性脂肪の増減は？
- 血糖値は適正か→血糖値やHbA1cの増減は？
- 貧血の所見は→増減は？食事のバランスは？
- 腎臓の機能がわかる所見は適正か。 ○心電図や眼底検査に何か所見があるか



窓口からのお知らせ

▶9月末納期の市税等

【受付時間：8時30分～17時15分】

◎国民健康保険税3期

◎各使用料(水道等) 9月分



9月の公民館事業

☆公民館対抗ソフトボール大会の開催について☆

〔甲子・小佐野・中妻公民館合同事業〕

3地区の交流と健康増進を目的として、公民館対抗によるソフトボール大会を開催します。

参加者を募集しますので、希望する方は甲子公民館までご連絡願います。



開催日: 9月13日(水) 8時00分～

場 所: 大天場運動広場(八雲町)

申込先: 甲子公民館(年齢、性別は問いません)

受付期間: 9月11日(月)まで ※土日除く

その他: 雨天等による中止の判断は当日朝に連絡します。

☆ゆったりウォーキング☆

〈橋野史跡めぐり編〉



日時: 9月15日(金) 集合8時45分

講師: 蓮見純子先生

【コース】 甲子公民館 → どんぐり広場 →

栗橋分工場山神社 → 瀧澤神社奥の院

→ ヨドマワリの滝ほか → 甲子公民館

申込先: 甲子公民館(先着20名)

※1 公民館と現地の往復はバス移動です。

※2 杖又はポールなどのご持参をお勧めします。

※3 小雨決行のため雨具をご持参願います。

※4 雨天中止の場合は室内レクダンスとします。

(新規講座のお知らせ・月1回継続開催)

◆西地区合同屋外運動教室 9月6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



☆ゆう遊講座☆

～余暇を使ったゲーム教室～

参加者の方から好評をいただいている、盛岡医療福祉スポーツ専門学校講師による講座です。

日時: 9月12日(火)10時～11時30分

場所: 甲子公民館

講師: 盛岡医療福祉スポーツ専門学校

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レ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: 9月20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: 9月28日(木)9時～11時

場所: 仙人インフォメーションセンター



☆談話ルームかつし☆

誰でも日常の悩み事・課題を相談できる場所です。

お気軽にご利用ください。

日時: 9月11日(月)

13時30分～16時30分

場所: 甲子公民館1F

☆9月の「かつし健康講座」(10:00～12:00)情報☆

◆ゆったりまったり運動 9月 1日(金)講師: 蓮見純子先生

◆いきいき健康教室 9月 5日(火)講師: 佐久間定樹先生

9月19日(火) ”

◆健康講話とレク 9月14日(木)講師: 伊藤慶展先生

◆ストレッチ教室 9月22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)

問合せ先: 甲子公民館

☆デイサービス(ふれあい教室)☆

◇日時: 9月8日(金)

10時～11時45分

※洞関、砂子渡、大松、唄貝、鍋倉、大洞、大畑、大畑団地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

甲子公民館前の駐車スペースと市道取付部の工事を実施します。

公民館正面の駐車スペース等の修繕工事を実施します。

9月中、1週間程度を予定します。

利用者の皆様には、ご不便をおかけします。

日程などは、後日、公民館に掲示しますのでよろしくお願い致します。

