

第187号
令和6年2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 2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(早春編) 皆様のご参加を楽しみにしています。

日時：2月25日(日)14時～15時

場所：甲子公民館2F

出演：谷地畝晶子(声楽/アルト)阿部夕季恵(ピアノ)

予定曲目：「ペチカ」「南部蝉しぐれ」「ショパン・幻想即興曲」他

入場無料 申込不要 ※当日直接会場にお越しください

共催：(公財)音楽の力による復興センター・東北

※ この公演は令和5年度岩手県「被災者の参画による心の復興事業」補助金を受けて開催します



◇「釜石市地震・津波避難訓練」のお知らせ

災害はいつ・どこで発生するかわかりません。
市民の皆さんの積極的な参加をお願いします

日時：3月3日(日)8時30分から

避難訓練：8時30分に防災行政無線で緊急地震
速報の警報を鳴らします。

机の下に隠れる等、落下物から身を守る
行動をとってください

※携帯電話の位置情報を用いた実証実験を実施し
ます。詳しくは市広報、HP等をご確認ください。

問い合わせ：市防災危機管理課 ☎27-8441

◇「釜石市立小・中学校における学校規模の適正化・適正配置基本方針(案)」地域説明会を開催します。

小・中学校における学校規模の適正化・適正配置基本方針の策定にあたり、広く市民に説明し、意見を伺うため開催するものです。

日時：2月19日(月)18時30分～20時

場所：松倉地区コミュニティ消防センター

対象：一般市民

その他：申し込み不要

問い合わせ：市教育委員会事務局

学校規模適正化推進室 ☎27-8496

◇甲子応援センター保健師×モ◇ ～「こころのセミナー」を開催します～

度重なる自然災害や新型コロナウイルス感染症などの影響から、心の不調を抱える人が多数いることが予想されています。これらのことから、不安や恐れ、ストレスとは何かを理解し、ストレスにしなやかに対処し、こころの健康を回復する方法について勉強してみましょう。

開催日と場所：

3月7日(木)10時40分から 大松地区コミュニティ消防センター

3月7日(木)14時～15時 甲子地区生活応援センター

内容：講話

【講師】岩手県立大学社会福祉学部 教授

臨床心理士 中谷敬明先生

①ストレスとの上手な付き合い方

②メンタルヘルスセルフケア

※講話終了後、個別相談を行います。希望される方は申込願います

申し込み：市健康推進課 ☎22-0179



窓口からのお知らせ

▶ 2月末納期の市税等 【受付時間：8時30分～17時15分】

◎固定資産税4期

◎国民健康保険税8期

◎各使用料(水道等) 2月分

◇「ワールドキッチン～フィリピン料理～」の開催について

釜石在住のフィリピン人エルマーさんが「シニガン」という豚肉と野菜が具材の酸味のあるスープ料理を紹介します。この機会にフィリピン料理を食べてみませんか？

日時：2月12日（月・祝日）11時30分～13時30分

場所：甲子林業センター調理室

参加費：200円（当日会場で承ります）

持ち物：必要な方は自分のご飯をご持参ください。

申し込み：甲子地区生活応援センターに電話等で申込必要 定員7人 申込期限：2月8日（木）

主催：地域おこし協力隊 谷隊員 申込先：☎ 23-5524又は21-3151



～こころの相談会のお知らせ～

眠れない、不安や悲しみに心が押しつぶされそう、イライラがとまらない。
心が休まらないなど、心の不調で悩んでいませんか？

そんな悩みを専門家に相談してみませんか？

日時：2月22日（木）①13時～ ②14時～ ③15時～

場所：市保健福祉センター8階

内容：臨床心理士による個別相談

※申し込みが必要となります。申込期限：2月14日（水）

問い合わせ、申し込み先：市健康推進課 ☎22-0179



2月の公民館事業

☆おたっしや相談会☆

市税等の収納業務や保健師による健康相談・血圧測定などを行います。

洞関地区

日時：2月21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

大橋地区

日時：2月22日（木）9時～11時

場所：仙人インフォメーションセンター

☆ゆう遊講座☆

～豊かな老後の生活設計と遺言～

この機会に、一度勉強してみたいかがでしょうか。申し込み：甲子公民館

日時：2月8日（木）

10時～11時30分（予定）

場所：甲子公民館

講師：宮古公証人役場

公証人 芳見孝行氏

☆デイサービス（ふれあい教室）☆

日時：2月9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

◆西地区合同屋外運動教室

2月14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）

※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。

※10名先着で申込を受付けします。

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

※天候の状況によっては中止する場合がありますので、必ず前日か当日、開催状況をご確認ください。



☆2月の「かっし健康講座」(10:00～12:00)情報☆

寒い時期だからこそ、運動を心がけ健康維持に努めましょう。新規の参加者も大歓迎です。



◆ゆったりゆったり運動 2月 2日（金）講師：蓮見純子先生

◆いきいき健康教室 2月 6日（火）講師：佐久間定樹先生

2月20日（火）講師：〃

◆ストレッチ教室 2月21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 毎週水曜日 講師：安久津吉延先生
（旧大松小体育館）

申込先：甲子公民館