

第188号
令和6年3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

3月

甲子地区生活応援センターだより
公民館だより



◇釜石市消防団からのお知らせ

消防団第5分団第6部(大橋地区)は、これまで地区内の火災予防及び地域の防災活動に努めてまいりましたが、団員の確保が困難となり、第5部(大松地区)と統合し、第6部は令和6年3月31日に閉部することとなりました。

4月からは大橋地区は、第5部の消防団が管轄することになり、火災予防活動や消防活動を行うこととなります。

全国的に消防団員は高齢化や減少傾向にあり、地域防災の要である消防団員の入団促進活動等を引き続き行ってまいりますので、地域の皆さまにはご理解とご協力の程よろしくお祈りいたします。

担当：釜石市危機管理監消防課消防団係 ☎22-2525

◇受けましょう！命を守る大切な検診！

既に令和6年度の「がん検診申込書」がお手元に届いていると思います。

申し込みは3月31日までとなっていますので、忘れずに申し込みましょう。

○申込書が届いていない場合は健康推進課までご連絡ください。

○釜石市のがんによる死亡率は県内でも高い状態が続いています。がんによる死亡を防ぐためには、定期的な検診を受けることで早期に発見し、治療することが大切です。

○市の精密検査受診率は、概ね80~90%と高い数値ですがまだ本年度の検診の精密検査を受けていない人は、必ず精密検査を受けてから来年度のがん検診を受けるようにしましょう。

問合せ：市健康推進課保健予防係 ☎22-0179

◇「予防接種」はお済みですか？

○高齢者肺炎球菌

対象：2月15日号の広報をご確認ください

費用：4,000円

助成期限：令和6年3月31日(日)まで

○子宮頸がんワクチン、救済接種

対象：平成9~18年度生まれの女性

費用：無料

助成期間：令和7年3月31日(月)まで



◇「こころのセミナー」のお知らせ

日時：令和6年3月7日(木)14時~15時

講師：臨床心理士、中谷先生

内容：ストレスとの上手な付き合い方など

場所：甲子公民館

◇甲子応援センター保健師メモ◇ ~自殺対策強化月間(厚生労働省)~

○3月は「こころに寄り添い いのちを守るいわて」月間です。

○「自殺対策強化月間」です。

- ・令和5年、岩手県の自殺者数は265人で前年より2人増加になっており、全国的にも高い水準です。
- ・皆さんの身近な人や大切な人が落ち込んでいたら、とても心配になります。
- ・そんな時は、勇気を出してまずは優しく声をかけてみることから始めてみてはどうでしょう。
- ・声を掛け合うことで、不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。

〈大切なこと〉

○変化に気づく：家族や仲間の変化に気づいて声をかける

○じっくりと耳を傾ける：本人の気持ちを尊重し耳を傾ける

○支援先につなげる：早めに専門家に相談するように促す

○温かく見守る：温かく寄り添いながらじっくりと見守る

1つができるだけでも、悩んでいる人にとっては大きな支えになると思います。



窓口からのお知らせ

▶ 3月末納期の市税等 【受付時間：8時30分~17時15分】

◎各使用料(水道等) 3月分

東日本大震災復興記念試合 日本製鉄釜石シーウェイブスVS九州電力キューデンヴォルテクス

震災から間もなく13年を迎えます。改めて復興を祈念し復興のシンボルでもある鶴住居スタジアムを満員にして地域を盛り上げましょう。

日時: 3月10日(日) 13時試合開始

場所: 釜石鶴住居復興スタジアム

入場料: 全席無料(観戦チケットはセンターで配布中)



3月の公民館事業



～地域のよりどころ～

☆「談話ルームかつし」☆

ちょっとした気になることや、話したいこと、聞いてもらいたいなど、話の内容はなんでもOKです。まずは足を運んでみませんか？

また、個別で話がしたいという方もお待ちしております。その際は事前に電話で予約をお願いします。

日時: 令和6年3月11日(月) 13時30分から16時30分

場所: 甲子公民館 1階図書室など 電話: 23-5524又は21-3151



◆西地区合同屋外運動教室 3月13日(水)9時30分～12時 暖かくなってきました。

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。

※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。

※10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(必ず申込してから参加ください。)

※天候の状況による中止の場合がありますので、前日か当日朝に開催をご確認ください。



☆ゆう遊講座☆

～ ニュースポーツ体験 ～

少しづつ暖かくなってきた今日この頃ですが、本格的な春に向けニュースポーツで体を動かしてみましょ！

日時: 3月12日(火)

10時～11時30分

場所: 甲子公民館

内容: モルックほか (予定)

講師: 釜石市スポーツ推進委員

申込先: 甲子公民館



☆洞関・大橋おたっしや相談会☆

保健師による健康相談・血圧測定や納税等に併せて、脳トレなどのレクリエーションも用意しております。

◆洞関おたっしや◆

日時: 3月13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

※洞関地区以外の方でも来場可能です。

◆大橋おたっしや◆

日時: 3月21日(木) 9時～11時

場所: 仙人インフォメーションセンター



☆3月の「かつし健康講座」(10:00～12:00)情報☆

- ◆いきいき健康教室 3月 5日(火) 講師: 佐久間定樹先生
3月 19日(火) 講師: 佐久間定樹先生
- ◆健康講話とレク 3月 14日(木) 講師: 伊藤慶展先生
- ◆ストレッチ教室 3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。
- ◆ゆったりまったり運動 3月 27日(水) 講師: 蓮見純子先生
- ◆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

☆デイサービス(ふれあい教室)☆

日時: 3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