

【編集·発行】

平田地区生活応援センター/平田公民館 平田町3丁目1000番地(平田集会所内) TEL 26-7655 / FAX 26-7665

【発行責任者】

所長/館長 小笠原 達也



令和3年度

かきいし健康チャレンジポイント~みんなの願い健康長寿社会をめざして~

●実施期間

令和3年4月1日~令和4年3月31日

※令和2年度のチャレンジカードは継続して利用しポイントが満点になり特典交換した方は、新たに ご登録をお願いします。

●対象者

18歳以上(高校生は除く)で、市内に住所 または居所を有する方

●ポイントをためると特典が! 60ポイント(満点)で1000円の商品券を

年間1人につき1回贈呈します。

●カードは再チャレンジが可能! 2枚目以降もチャレンジ可能です。

●2枚目以降の満点カードでW(ダブル)チャンス! 2枚目以降は、満点になったカードを一口として ダブルチャンスにエントリー!抽選で新型コロナ ウイルス感染症予防対策商品や、健康関連 グッズが当たります。

●令和2年度からの主な変更点

1. 「おうちで毎日ポイント」は令和2年度で終了となります。

2. ウォーキングのポイント付与の基準が変わります。 目標歩数※達成で1日につき1ポイント

※ 65歳未満 男性:9,000歩、女性:8,500歩 男性:7.000歩、女性:6,000歩 65歳以上

3. 60ポイントで特典(1000円商品券)と交換できるのは 年度で1回のみとなります。 2回目以降は、満点となったカードを一口として、ダブル チャンスにエントリーすることが可能です。 抽選で健康関連グッズ及び感染症予防対策商品が 当たります。



ポイント対象のイベントや事業は

"けんこうかまりん"が目印です! 詳細は、4月15日号の「広報かまいし」をご覧ください。 【問い合わせ】 市健康推進課 222-0179



コミュニティ支援員 サロン事業

e the series to the series to the series

【送迎が必要な方は、ご相談ください】

4/20 (火)

《 あったかサロン

☆ 10:00~12:00

☆ カーリンコン(参加賞あります)

☆ 動きやすい服装でお越しください 持ち物:上靴、飲み物、タオル

☆ 申込み 4月19日(月)まで

《 フラワーアレンジメント 》

により"中止"する場合があります!

新型コロナウイルス感染症対策 『エエミ

4/26 (月)

☆ 10:00~12:00

✿ 参加費 1,000円(材料代)

☆ 申込み 4月21日(水)まで お花は、持ち帰りのみでも大丈夫です

カゴ代は+300円



《交通安全のお話 &健康講話

(7K)**☆** 10:00~12:00

釜石警察署交通課田村さんによる 交通安全のお話

佐々木保健師による健康講話 シュミレーション ☆ 申込み 4月20日(火)まで

あり(20名)



AA

4/27 (火)

《平田花いっぱい運動 &クリーンアップin平田

✿ 10:00~ 小雨決行為

✿ 場所 平田集会所集合

→三陸鉄道 平田駅

持ち物:飲み物、タオル、(スコップ)

☆ 申込み 4月26日(月)まで



車の運転

《 あったかサロン

♠ 10:30~12:00 平田いきいきサークルの皆さんと交流会

☆ サザエさん体操、きよしのズンドコ節 認知症予防体操

✿ 動きやすい服装でお越しください 持ち物:飲み物、タオル

☆ 申込み 4月21日(水)まで





4/28

《 平田桜を見る会 》

皆で一緒にウォーキング♪~

✿ 10:00~12:00 小雨決行為

☆ 動きやすい服装でお越しください 持ち物:飲み物、タオル

カメラがある方はご持参ください

✿ 申込み 4月27日(火)まで





(水)





かけはし講座

☆ 開催日程 4月8日(木)10:30 ~ 12:00

☆ 場 所 平田集会所

(マスクの着用をお願いします。)

☆ 開催内容 ▶認知症サポーター養成講座

講師 あいぜんの里在宅介護支援センター

所長 久保 修一 氏

@**\@\@\@\@\@\@\@**

認知症サポーターとは

認知症について正しく理解し、認知症や家族の人をあたたかく見守る人です。

約90分間の養成講座を受け、「オレンジリング」 と呼ばれるオレンジ色のリスト<mark>バンドをもらい</mark>ます。

各自ができる範囲で認知症の人を支援します。

☆ 申込み 4月7日(水)まで

衣類等の拠点回収の一時休止について

新型コロナウイルス感染症対策により、資源化業者へ引渡し資源化することが困難な状況となっております。そのため、衣類等の拠点回収を一時休止します。やむを得ず衣類を処分する場合は、「市指定ごみ袋」に入れ、「一般ごみ」として集積所に出してください。大変ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。

【問い合わせ】 市生活環境課 ☎27-8453

廃食用油の回収を終了します

協力事業者が回収を3月で終了するため 家庭から出る廃食用油の拠点回収を終了いたします。 4月からは廃食用油を固形化するか、布に染み込ませて 「市指定ごみ袋」に入れ、「一般ごみ」として 一般ごみ収集日にごみ集積所へ出してください。 長年のご協力、ありがとうございました。

【問い合わせ】 市生活環境課 ☎27-8453

いきいき100歳体操



自主活動グループ



団体名	日 時	会 場	名 称	日 時	会場
四季の会	毎週木曜日 10:00~12:00	県営平田 アパート集会所	元気クラブ(卓球)	毎週月曜日 13:00~15:00	平田 集会所
平田いきいき サークル	毎週金曜日 10:30~12:00	ニュータウン 集会所	すみれ会 (卓球)	毎週水曜日 10:00~12:00	上平田 集会所
平田なかよしクラフ	ガ 毎週木曜日 10:00~11:00	平田集会所	チームA (卓球)	毎週水曜日 18:00~20:00	平田 集会所
青空クラブ	毎週火曜日 10:00~12:00	上平田集会所	平田どうもの会 (健康マージャン)	毎週火、木曜日 9:00~16:00	平田公園 クラブ ハウス
かもめの会	毎週水曜日 13:30~15:30	尾崎白浜 集会所	麻雀的 中	4月18日(日) 9:00~16:00	平田 集会所
4月の運動教室			平田はまなす (催し/食事)	4月15日(木) 10:00~13:00	平田 集会所
ニュータウン 集会所	4月 1日(木) 4月15日(木) 13:30~14:30	経運動、脳トレ	和っかの会 (体操・茶話会)	4月 7日(水) 4月21日(水) 10:00~12:00	県営平田 アパート 集会所
上平田集会所	4月15日(木) 10:00~11:00 軽	経運動、脳トレ	GoGoスマイル	4月 9日(金)	平田
平田集会所	4月27日(火) 10:00~11:00	経運動、脳トレ	(体操教室)	4月23日(金) 10:00~11:30	集会所
令和3年4月1日付人事異動のお知らせ			和みの書 (書道教室)	4月19日(月) 10:00~12:00	平田 集会所
大変お世話になりました 所 長 平 野 敏 也 (まちづくり課へ) 主 任 小笠原 あゆみ (税務課へ)			ヨガサークル 結 (ヨガ教室)	4月7日(水) 10:00~12:00	平田 集会所

よろしくお願いします 所 長 小笠原 達也 (市民課より) 主 査 日野 寛 (上中島こども園より) かいては、各団体にご確認ください。

