

# うのとり



〒026-0301 釜石市鶴住居町2丁目901番地

電話 28-2470 / FAX 28-2127

鶴住居公民館・鶴住居地区生活応援センター

発行責任者(館長・所長) 松下 隆一

**30<sup>th</sup>**  
anniversary

釜石市 ∞ ディーニュ・レ・バン市  
姉妹都市30周年



公民館事業

鶴住居交流講座



## ラベンダーを使った手芸(香り袋)教室

健康ラジオ体操  
お休みします



釜石市とフランスのディーニュ・レ・バン市は、姉妹都市提携をして今年で30周年を迎えます。この節目を迎えるにあたり、鶴住居公民館でもフランスの文化等を楽しみながら体験できる手芸教室を開催します。

○日 時…7月16日(火) 10:00~12:00 ○参加費…無料



○場 所…鶴住居公民館 多目的室 ○講 師…里館恭子さん(ニコー商会)

○持ち物…裁縫セット ○対 象…市内在住もしくは市内で勤務している方10名程度

○内 容…乾燥させた「ラベンダー」を詰めた香袋を作ります。



初心者でも簡単に作ることができます。

○申込み…7月3日(水)~10日(水)までに鶴住居公民館へ連絡をお願いします。

7月~8月は、猛暑が予想されます。

2か月間はお休みします。9月から再開しますのでよろしくお願い致します。



公民館事業 男の手料理教室



## 「変わりそうめん」に挑戦

夏の定番の「そうめん」をテーマに行きます!ただの「そうめん」ではありませんよ😊みんなでおいしく食べて、この夏を元気に乗り切りましょう!もしかして「そうめん」が流れて来るかもしれませんよ。

○日 時…7月10日(水) 9:30~13:00

○場 所…鶴住居公民館 調理室

○メニュー…変わりそうめん

○持ち物…エプロン、三角巾 ○参加費…500円

○申込み…7月8日(月)までに電話又は窓口で申し込みをし、当日は時間までにお越しください。



公民館事業 あつまれ!鶴住居の杜

## 出張図書館サービス



この頃、図書館まで足を運ぶ機会が少なくなっていますか?今回は、読み聞かせボランティアさんが公民館まで出張で、歌、絵本の読み聞かせをします。懐かしいDVDの上映もあります。皆さんで参加して、ゆったりと楽しい時間を過ごしましょう。

○日 時…7月25日(木) 10:00~11:30

○場 所…鶴住居公民館 多目的室

○講 師…読書サポーター颯 2000

○その他…どなたでも参加できます。申し込みの必要はありませんので、お気軽にご参加ください!



閉じこもり等予防事業

## 「ふれあい教室」体験会



高齢者の閉じこもり防止、及び要支援・要介護状態になることの予防を目的とした「ふれあい教室」の体験会を開催します。9月より、定期開催に向けてのお試し会です。皆様気軽にお越しください。

○日時…7月23日(火) 9:45~

○場所…白浜集会所

○対象者…白浜・仮宿地区住民

○内容…社会福祉協議会の職員によるレク活動



ひまわり会 ニュースポーツ体験会

## モルックを楽しもう



今回は、皆さんの要望によりニュースポーツ「モルック」の体験会を実施します。「モルック」は、簡単なルールで老若男女問わず楽しめるスポーツです。初めての方の参加もお待ちしております。

○日 時…7月12日(金) 10:00~11:30

○場 所…鶴住居公民館 多目的室

○その他…事前の申し込みは必要ありません。

※当日は時間までにお越しください。



## 大腸がん検診の追加申込み

大腸がん検診は、岩手県内においても男性も女性も罹患率・死亡率の高いがんです。休日や夜間検診もありますので、ぜひ、検診を受けて頂くようお願いいたします。

○申込方法…6月15日号の広報かまいし、HPで検診日程をご確認のうえ余裕をもってお申込みください。

○検査異様…便潜血検査 ○対象…40歳以上の男女

○料金…1000円 ※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、電話番号をお伝えください。

**TETTO おでかけコンサート ハナミズキ室内合奏団**  
**ヴァイオリン・ミニコンサート 開催のお知らせ**

仙台フィル第二ヴァイオリン副首席奏者小川有紀子さんのヴァイオリンコンサート。演奏と楽しいトーク。お申込み不要です。お気軽にご参加ください！演奏予定は、パッヘルベルのカノン 海に見える街（魔女の宅急便より）ほか

- 日 時…7月12日(金) 14:30~15:15
- 場 所…鶴住居公民館 多目的室
- 出 演…小川有紀子(ヴァイオリン) 中居瑞葉(ピアノ)
- 問合せ…釜石市民ホール TETTO (電話: 22-2266)



**健康教室のお知らせ**



<室浜地区>  
 ○日時…7月3日(水) 13:30~15:00

○場所…室浜集会所



<桑ノ浜地区>

○日時…7月9日(火) 13:30~15:00

○場所…桑ノ浜集会所



※テーマ「血管を若返らせよう」

**【令和6年度鶴住居地域会議を開催します】**

- 日 時…7月1日(月) 18:30~地域会議  
20:00~地域会議総会
- 会 場…鶴住居公民館 多目的室
- ※地域会議は今年度から1回の開催となります。
- ※参加者は、地域会議構成員と地域住民となり、それ以外の方は傍聴者となります。
- ※地域会議の発言権は、議題については、地域会議構成員のみ、議題外の「その他」において地域住民からの質問等を受け付けます。傍聴者には発言権はありません。
- ※総会への参加者は、地域会議構成員のみとなります。

**★お世話になりました★**

○コミュニティ支援員  
 柴又 伸樹 さん



※6月30日で退職となりました。  
 ※これまで、鶴住居地区のため、住民一人一人のため、そして公民館事業に対して全力で頑張っていたいただきました。本当にありがとうございました。



**令和6年7月 保健事業・公民館事業の予定**

日	月	火	水	木	金	土
	1 	2 	3 13:30~15:00 健康教室(室浜集会所)	4	5 	6 休館日
7 休館日 	8	9 13:30~15:00 健康教室(桑ノ浜集会所)	10 9:30~13:00 男の手料理教室	11 	12 10:00~11:30 ひまわり会	13 休館日
14 休館日	15 休館日 	16 10:00~12:00 鶴住居交流講座 	17 毎月17日は減塩の日 	18 10:00~11:30 ともしカフェ	19 	20 休館日
21 休館日 	22	23 9:45~ ふれあい教室	24 	25 10:00~11:30 あつまれ! 鶴住居の杜	26 	27 休館日
28 休館日	29 	30	31 		地域とつながる 窓口QRコード 	