



小佐野公民館だより



発行責任者 三浦慎輔 (所長/公民館長) 電話 23-5037 FAX 23-1529

【編集・発行】小佐野公民館 (小佐野地区生活応援センター/小佐野コミュニティ会館)

第2回 子ども食堂開催

昨年末の12月23日、小佐野小学校及び小佐野公民館において、「第2回 子ども食堂」が開催されました。小佐野小の児童が40名ほど参加し、小学校の体育館では釜高生ボランティアとニュースポーツ等で盛り上がり、公民館では折り紙作りを楽しんだり、昔話の読み聞かせには熱心に聞き入っていました。その後、明治安田生命様によるお金にまつわるやさしい内容の講話がありました。最後に全員でシチューを昼食にいただくと、食べ終える頃にはサンタクロースも登場し、一人一人にクリスマスプレゼントが贈られました。子供達からは笑顔があふれ、大成功だったといえます。これは、主催した小佐野地区民生児童委員協議会の皆さんはもとより、ボランティアスタッフとしてご協力をいただいた皆さん、そして食材や資金の面でご協力をしていただいた地域の皆さんのおかげです。御礼と感謝を申し上げます。



西地区3公民館合同事業 屋外運動教室

第4回



日時 2月14日(水) 9:30~12:00

※基本的に毎月第2水曜

会場 釜石球技場サッカーピッチ(半面を使用)

協力 甲子GGクラブ

申込先 小佐野公民館 (随時受付中)

※小佐野地区分の定員は毎月10名程度
その他 当日は、会場での集合・解散となります。グラウンドゴルフが中心ですが、参加者の集まり具合によってはニュースポーツに変更する場合があります。

チームオレンジこさの 新メンバー加入

認知症の人やそのご家族を地域のみinnで支え、安心して暮らせるまちをつくるため、昨年度結成された「チームオレンジこさの」。今年度、新たに9名加入し、総勢48名になりました。今後は認知症支援のあり方について学びながら、よき理解者・応援者として一歩ずつ取り組んでいきます。



令和6年度の市民税・県民税の申告受付

小佐野コミュニティ会館では、以下の日程で申告受付を行います。(地区名は受付地域)

2月13日(火) 野田町、桜木町、新町、住吉町、礼ヶ口町

2月14日(水) 小佐野町、定内町

2月15日(木) 午前:甲子町第11~16地割 午後:小川町

※詳細は、市広報1/15日号等をご確認ください

関政子先生のパッチワーク講習会

第2期 日程決定&参加者募集!

日程 第2期 (作品:ランチバック)

①火曜コース(3回) 10:00~12:00

2/6、2/20、2/27

②土曜コース(3回) 14:00~16:00

3/30、4/13、4/27

会場 小佐野公民館 1階談話室 ☎23-5544

(申込先も同じ)

受付期間 随時 (各コース10名程度)

材料代 1作品1,000円

持ち物 裁縫道具 (マチ針を多めに)



2階で いきいき小佐野コンサート

ご好評をいただいた昨年9月の開催に続き、今年度2回目のコンサートを下記のとおりで開催します。本格的で素晴らしい音楽に触れ、心が豊かになるようなひと時を過ごしましょう。なお、歩きやすさを考慮して、会場をこれまでの3階から2階に変更しました。多くの皆様のご来場をお待ちしております。

日時 2月24日(土) 14:00~15:00 [13:30開場]

会場 小佐野公民館 2階小ホール

出演 谷地畝晶子(声楽/アルト) 写真右

阿部夕季恵(ピアノ) 写真左

予定曲目 ペチカ、南部蝉しぐれ 他

入場料 無料 ※事前申込が必要

共催 (公財)音楽の力による

復興センター・東北

申込先 小佐野地区生活応援

センター ☎23-5037



保健師 あかね のお知らせ

釜石市減塩強化期間



食塩の摂り過ぎは高血圧、脳卒中の最大の原因になるとされています。一日当りの食塩摂取量の目標は、成人男性で7.5g未満、成人女性で6.5g未満、高血圧の方は6.0g未満です。しかし、令和5年の市の健康診断では、小佐野地域の皆さんの推定塩分摂取量は、一日当たり約9.1gという結果になりました。

ほんのちょっとした工夫で食塩摂取量を減らせます。

※グラム数は一般的な食塩含有量

○カップラーメン1個(4~6g)

⇒回数を減らす、汁は飲まない、添付のスープ・調味料は半分だけ入れる

○スナック菓子1袋(1~2g)

⇒一度に食べきらず、小分けして

○塩漬けたくあん4切(2g)

⇒一食の量を減らす、酢漬けに変えてみる

○牛丼1杯(3g)、カレーライス1皿(2g)

⇒腹八分目にする

○調味料 醤油/味噌 小さじ1杯(1g)、ソース 小さじ3杯(1g) ⇒分量を加減する、だし・レモン等の風味を活かす

毎月19日は食育の日



釜石市食育マスコットキャラクター ぼたてちゃん

★あなたの食習慣の見直しポイント、決めましょう！

年末大清掃の御礼

12月22日、年末恒例の館内大清掃が行われました。小佐野町内会の皆さんをはじめ、多くの公民館利用者の方々からご協力をいただき、見違えるように綺麗になって、無事に新年を迎えることができました。心より御礼申し上げます。

2月の公民館行事

◇はまゆり健康づくり教室

2/26(月) 14:00~15:00

音楽に合わせて軽い体操をしたり、新しいお友達ができたり、とても楽しい教室です。当日参加も可能です。

恒例



◇青い空の会 地域サロン『よったんせ』

2/22(木) 13:30~15:00

事前登録は必要ありません。お気軽にどうぞ。歌、折り紙、ミニゲーム等、みなさんで楽しめる集まりです。



◇健康相談(土日以外で随時対応)

事前に申込みをすると、お待たせすることなく、対応もよりスムーズになります。

会場：小佐野公民館 連絡先：☎23-5544

(このコーナーは全て)

～地域説明会開催～

「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)」

教育委員会では、児童生徒数が減少し学校の小規模校化が進む中、望ましい教育環境を確保するための基本方針の策定に取り組んでいます。この基本方針(案)について、中学校区ごとに地域説明会を開催します。

日時 2月15日(木) 18:30~20:00

場所 中妻地区生活応援センター
(釜石中学校区)

内容 釜石市立小中学校の現状や基本方針(案)の概要説明

対象 一般市民 ※申込み不要。

問合せ先 市教育委員会学校規模適正化推進室 ☎27-8426



直接、会場にどうぞ！

大谷選手のグローブ展示

MLBロサンゼルス・ドジャースの大谷選手が全国の小学校にグローブを3個ずつ寄贈する件は、ニュースで紹介されてご存じの方も多いと思います。これが小佐野小学校にも届きました。このグローブを、子供達だけでなく、広く地域の皆さんにも見せたいという小学校からの申し出を受け、公民館でも2/5~2/9の間展示します。ぜひご覧ください。



令和6年能登半島地震災害義援金募金箱の設置

標題の募金箱を、当応援センターの窓口にも設置しています。ご協力いただいた義援金は、日本赤十字社を通して、全額が被災地の義援金配分委員会に送られます。東日本大震災では、全国の自治体から、そして世界各国からも多大なご支援を受けました。今度は私達がお返しをする番です。少しずつでも、できることから支援の輪を広げていきましょう。皆さまのご協力をお願いします。

釜石市地震津波避難訓練

携帯電話の位置情報を利用した実証実験も行う予定

3月3日(日)実施

詳細は市広報2/1号に掲載

誰もが支え合う地域共生社会を目指して

地域とつながる窓口 右のQRコードからどうぞ

問合せ先 市高齢介護福祉課 ☎22-0178



旧小佐野中学校解体工事の工期延長

解体に伴い、公民館周辺は駐車スペースが少なくなっています。また、工程調整の都合により、工期が予定より1ヶ月延長されて、**令和6年3月28日まで**となります。皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

施工業者 ㈱小澤組

問合せ先 都市計画課都市整備係 ☎27-8435

教育委員会事務局総務課施設係 ☎22-8832