

# な か づ ま

中妻地区生活応援センターだより/中妻公民館だより 令和4年4月号

【編集・発行】中妻地区生活応援センター 【発行責任者】所長（公民館長） 菊池 拓朗  
【住所】〒026-0041 釜石市上中島町2丁目6番36号 【電話】0193-23-5541 23-5543



## ニュースポーツ用品貸し出します！

皆さんの健康増進につながればとの考えから、令和2年度、3年度の地域会議予算で、ニュースポーツ用品を購入しました。町内会、各団体・グループ等で活動する際に、ご活用ください。

貸し出しに関しては、中妻公民館（23-5543）までご相談ください。

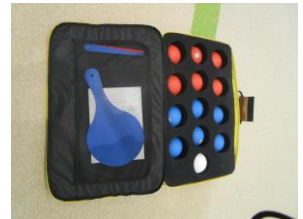
### ●貸出するニュースポーツ用品



グラウンドゴルフセット



公式ワナゲセット



ポッチャセット



## 健康づくりも兼ねてニュースポーツを楽しみませんか！

皆さんの健康増進、交流機会創出を目的に、毎月1回ニュースポーツを楽しむ場を設けます。運動不足気味の方、興味のある方、冬に行われる公民館対抗ニュースポーツ大会へ向けて練習をしたい方などなど、お気軽にご参加ください！

開催予定日 4/4(月)、5/2(月)、6/6(月)、7/4(月)、8/1(月)、10/3(月)、11/7(月)、12/5(月)、1/16(月)、2/6(月)、3/6(月) ※時間は10:00-12:00

会場 中妻公民館

その他 スカットボール、輪投げ、ポッチャを用意しております。



## 合同庁舎前バス停(上大畑方面行き)にバス待合所を整備しました！

市では、いわての森林づくり県民税を活用して、合同庁舎前バス停（上大畑方面行き）ほか市内2か所（坪内口、小佐野駅前）に県産材を利用したバス待合所の整備を行いました。バス待ち環境が快適になりましたので、おでかけの際はぜひ公共交通をご利用下さい。

問い合わせ：市生活環境課市民生活係（27-8451）



## 4月1日付け人事異動がありました！

市の人事異動により、次のとおりセンター職員の異動がありました。

中妻地区生活応援センターから	中妻地区生活応援センターへ
所長 正木浩二（震災検証室へ）	所長 菊池拓朗（商工観光課から）
主任保健師 松田法子（健康推進課へ）	保健師 敬礼宏子（新採用）
保健師 緑川可奈絵（健康推進課へ）	

お世話になりました。

よろしくお願ひします。



## 4月のサロン情報(会場:中妻公民館)

### ▲地域サロン「よったんせ」

日時：4月5日(火)13:30~15:00  
※サロンです。楽しくゆったりとした時間を一緒に過ごしましょう。

### ◆大正琴の演奏会(いきいき生活応援事業)

日時：4月8日(金)11:00~11:45  
※大正琴の懐かしい音色とともに癒しのひと時を。(はまゆり会との共催事業です。)  
※はまゆりカレー(持ち帰り)は300円です。

### ◆かるっと運動楽しも会

日時：4月14日(木)13:30~14:30  
日時：4月28日(木)10:00~11:00  
※スポーツレク(ポッチャ)を行います。

### ▲お茶っこの会「よったんせ」

日時：4月7日(木)13:30~15:00  
※昔のこと、現在のことや体・心のことなどお茶を飲みながら話をしませんか。

### ◆手芸教室

日時：4月11日(月)13:00~15:00  
※ちりめんの吊るし飾りを作ります。  
※材料費500円をご持参ください。

### ■スマイル健康サロン

日時：4月19日(火)13:30~15:00  
※血圧測定、健康相談、脳トレ、健康ミニ講話など行います。

### ▲ほっこり体操楽しも会

日時：4月20日(水)9:30~10:30  
※高齢者向けの健康ストレッチ体操です。

※「マスクの着用」と「自宅での検温」をお願いします。

## 出張公民館事業「かるっと運動楽しも会」のお知らせ!

軽スポーツの「ポッチャ」を行います。皆さまお誘いあわせの上、ご参加下さい。

中妻公民館：4月、7月、10月、1月      中妻地区：5月、11月、2月

源太沢地区：6月、9月、12月、3月

※時間・開催場所等の詳細は、次回以降の公民館だよりでお知らせします。



## 中妻スクラムメイト 新規参加者募集!

中妻スクラムメイトでは、「みんなで楽しく健康について学び、学んだことをお隣さんや地域の皆さんにもお伝えすること」を目的として活動しています。皆さんも一緒に活動しませんか?

どなたでも参加できます。申込みは、中妻地区生活応援センター(23-5543)まで。

《令和4年度の活動予定》 ※新型コロナウイルスの感染状況により内容が変更する場合があります。

	ひにち	じかん	会場	内容
1	4/27(水)	10:00	中妻北	軽運動(佐久間定樹先生)
2	6/1(水)	~	地区コ	調理実習※5/24申込み〆切 参加費400円
3	7/6(水)	12:00	ミュニ	ニュースポーツ・ゲーム
4	9/7(水)		ティ消	調理実習※8/30申込み〆切 参加費400円
5	10/5(水)		防セン	軽運動(佐藤千依先生)
6	11/2(水)		ター2	調理実習※10/25申込み〆切 参加費400円
7	2/1(水)		階ホー	調理実習※1/24申込み〆切 参加費400円
8	3/1(水)		ル	反省会・輪投げなどゲーム

※調理実習で調理したものは、持参した容器に詰めて、お持ち帰りいただきます。



## 双葉小学校体操着 リユースへのご協力をお願い!

ハロー薬局では、ご家庭にある不要になった双葉小学校体操着を次の方にバトンタッチする事業を行っております。活動へのご理解とご協力をお願いいたします。

**譲る**：サイズが小さくなった体操着、卒業や転校などで不要になった体操着

**収集**：ハロー薬局で随時回収しています

**渡す**：ハロー薬局で随時提供しております

問合せ：ハロー薬局(23-8455) ※月曜日~金曜日 9:30~17:00