

うのとり



鶴住居公民館共催事業



「なつかしい昭和 昔を語る会」ふりかえり上映会



今回はこれまでに開催した3回の総集編となります！前回までに上映した映像のほか、新たな未公開映像も放出します！今回が最後の開催となります。申込みの必要はありませんので、これまでの上映を見逃した方もこの機会にぜひお越しください！

○日時…12月18日(水) 10:00~11:30

○場所…鶴住居公民館 多目的室

○参加料…無料

○持ち物…各自必要とするもの

○主催…NPO 法人 20世紀アーカイブ仙台

※この事業は、復興庁令和6年度被災者支援総合交付金「心の復興」事業の交付を受けて実施しております。



しばらくはお休みします

朝のラジオ体操



朝の健康ラジオ体操は12月から3月までお休みになります。



……みなさまへ……

寒い期間は家の中で、自分の体調に合わせて、無理のない範囲で体を動かして、元気に過ごしましょう😊

公民館事業 男の手料理教室

「出汁香る和風カレーうどん」

和風出汁の香りとカレーのスパイスが合わさり、とろみのあるスープがとてもおいしいカレーうどん。コツをつかめば家でも簡単に作れるようになります。ぜひご参加下さい。

○日時…12月11日(水) 9:30~13:00

○場所…鶴住居公民館 調理室

○参加費…500円

○持ち物…エプロン、三角巾

○申込み…12月9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。



ひまわり会

「歌と体操のサロン」



みなさまに大好評の「音楽療法エコロン」による「歌と体操のサロン」を開催します！懐かしい昭和歌謡をみんなで歌ったり、体操で体を動かしたり、クイズで昔を思い出すなど、とても楽しいサロンとなっています。どなたでも参加できますので、お気軽にお越しください！

○日時…12月13日(金) 10:00~11:30

○場所…鶴住居公民館 多目的室

○申込み…申込みの必要はありませんので、当日時間までにお越しください。

○持ち物…飲み物、タオル等



公民館事業 あつまれ！鶴住居の杜

ふるさと探訪「かまいしの歴史を学ぼう」

地域の自然、歴史や文化を知り、その中で昔の釜石を思い出し、参加者みんなで語り合しましょう。釜石の歴史について興味・関心のある方はもちろん、たくさんみなさまの参加をお待ちしています。みんなで楽しみましょう！

○日時…12月26日(木)

10:00~11:30

○場所…鶴住居公民館 多目的室

○講師…市文化スポーツ部文化振興課課長補佐

○申込み…12月23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 うのすまい女子会(調理実習)

ワンコインでクリスマスランチ



昨年度、男の手料理教室への女性からの問い合わせが多いことから企画した、女性向けの調理実習を今年も実施します！！クリスマスにちなんだメニューです。楽しみにしててくださいね。参加をお待ちしております😊

○日時…12月17日(火) 9:30~13:00

○場所…鶴住居公民館 調理室

○参加費…500円

○持ち物…エプロン、三角巾

○参加者…先着10名(女性限定)

○メニュー…ナポリタン、ポトフ、ケーキ他

○申込み…12月12日(木)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。



★ともすカフェにどうぞ！★

○日時…12月19日(木) 10:00~11:30 ○場所…多目的室 ○内容…お正月向けちぎり絵

○お茶代…100円 ※どなたでも参加できます。申し込みの必要はありません。お気軽にご参加ください！

【連絡先】鶴住居公民館 ☎28-3001 三峰の杜(みつみねのもり) ☎27-8040



健診結果相談会



- 日 時……12月23日(月)
 ① 9:15～ ④13:15～
 ②10:15～ ⑤14:15～
 ③11:15～ ⑥15:15～
 ○場 所…鶴住居地区生活応援センター

市の健診を受けた方には、その結果が12月上旬頃お手元に届く予定です。結果を見て、『どうということかな?』『どう気をつけたいのかな?』等、?が浮かんだ方は、ぜひお越しください。

※相談は、事前の予約が必要です。ご希望の方は下記へご連絡ください。「1月17日(金)にも実施予定ですが、都合のつかない方は別日でも対応可能です。」

連絡先…鶴住居地区生活応援センター ☎22-2470

フードドライブにご協力ください!!

※ご家庭で眠っていたり、買いすぎた食品をご提供ください。頂いた食品は、必要な方に届けます。

※食品:未開封の保存食品、レトルト・インスタント食品、調味料、お米、菓子類など

※賞味期限 2025年2月1日以降のもの

※開封済み・包装が破れているもの、生鮮食品、要冷蔵・冷凍食品、アルコール類は受け取れません。

○期間:12月2日(月)～18日(水)

○受付場所:生活応援センター内のボックス

○主催:釜石子ども応援隊

代表フードパントリー釜石(平 080-5376-8660)



健康診査・肺がん検診の追加実施<要予約>

○日 時…令和6年12月19日(木)

○場 所…市民体育館(鶴住居町)

○受付時間…【午後の部】13:30～15:00

【夜間の部】17:30～19:00

○対象…7～11月に健康診査・肺がん検診を受けていない人

○申し込み…・国民健康保険の人

※市市民課国保年金係(☎27-8479)

・後期高齢者医療保険制度の人

※市市民課医療給付係(☎27-8491)

・社会保険の人・生活保護の人・肺がん検診を希望する人

※健康推進課(☎22-0179)

事前予約制になります。「12月1日号の広報かまいし」で必要事項をご確認のうえ上記連絡先へお電話で申込みください。

重要!



♡トモス de クリスマスマルシェ♡

○日 時…12月8日(日) 12:00～16:00

○場 所…うのすまい・トモス広場、鶴の郷交流館
いのちをつなぐ未来館

○問合せ…(株)かまいしDMC ☎27-5666



○内 容

・屋台やキッチンカーによる飲食物の販売、クラフト

・雑貨の販売など30店舗以上が出店

・クリスマスリース作り体験(先着30人)

・わたあめ、ポップコーン、ホットミルク

・焼きリンゴのお振舞(すべて数量限定)



令和6年12月 保健事業・公民館事業などの予定

日	月	火	水	木	金	土
1 休館日 	2	3 	4 食育 	5	6 	7 休館日 公民館対抗ニュースポーツ交流大会
8 休館日 12:00～16:00 トモス de クリスマスマルシェ	9 	10 	11 9:30～13:00 男の手料理教室	12 	13 10:00～11:30 ひまわり会	14 休館日
15 休館日 	16	17 9:30～13:00 うのすまい女子会(調理実習)	18 10:00～11:30 なつかしい昭和昔を語る会	19 10:00～11:30 ともすカフェ 健康診査・肺がん検診(追加)	20 	21 休館日
22 休館日	23 健診結果相談会	24 	25 	26 10:00～11:30 あつまれ!鶴住居の杜	27 御用納め 	28 休館日
29 休館日 	30	31 大晦日 	/		地域とつながる 窓口QRコード 	