

# うのとり



## 公民館事業 わんぱく子ども教室



### 「アニマルハンティング」を体験しよう

夏休みに、子ども達に野外での遊びの楽しさを感じてもらおうと共に、違う学年の子ども同士ふれあいの場として行います。

バスに乗って出かけます！友達と一緒に参加して夏休みの楽しい思い出をつくりましょう😊



○日 時…8月8日(木) 9:00~13:30

○内 容…アニマルハンティング ○参加費…無料

○場 所…陸中海岸青少年の家(当市のバスで出発します！)

○対 象…鶴住居小学生3~6年生(先着20名)

○申込み方法…期日までに申込み用紙を鶴住居学童育成クラブ又は鶴住居公民館へ提出してください。

○持ち物…申し込みのチラシに記載しています。



～ともにあゆもう～



### ともすカフェへどうぞ！

○日 時…8月22日(木)

10:00~11:30

○場 所…鶴住居公民館 多目的室

○内 容…縁日

○お茶代…100円



○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！

【連絡先】

鶴住居公民館 ☎28-3001

三峰の杜(みつみねのもり) ☎27-8040



## ひまわり会 音楽療法エコロン



### 歌と体操のサロン



昨年度も開催し、大好評だった「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。音楽療法とは、音楽のさまざまな力を利用して、参加者が抱えている困りごとの改善を促したり、よりよい生活を送ることができるようアプローチする療法です。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、お気軽にお越しください。楽しいですよ！

○日 時…8月9日(金) 10:00~11:30

○場 所…鶴住居公民館 多目的室

○その他…12月にも開催を予定しています



## 公民館事業 あつまれ！鶴住居の杜



### くらしに役立つ睡眠と健康の講座

「眠りたくてもなかなか眠れない」「年齢とともに眠りが浅くなった」など、睡眠の悩みはありませんか？眠りと健康の意外な関係、よい睡眠をとるためのポイントを紹介します。人生100年時代、生き生きと暮らすためには睡眠と健康が大切です。

○日 時…8月29日(木) 10:00~11:30

○場 所…鶴住居公民館 多目的室

○講 師…明治安田生命釜石営業所職員

○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！



## 公民館事業 男の手料理教室



### 簡単でバカうま！ポークジンジャーカレー

今回は、小佐野地区の「小川メンズグルメ会」の皆さんと一緒に調理実習を行います。夏バテ予防にスパイスの効いたメニューを作りましょう。初めての方の参加もお待ちしております。

○日 時…8月7日(水) 9:30~13:00

○場 所…鶴住居公民館 調理室

○メニュー…ポークジンジャーカレー他

○持ち物…エプロン、三角巾 ○参加費…500円

○申込み…8月5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。



## お知らせ！！



### フードドライブにご協力ください

ご家庭で余っている食品を集めて、食品を必要としている方々へ届ける活動「フードドライブ」がはじまります。みなさまのご協力をお願いします。

◎受付期間 8月19日(月)~9月4日(水)

8時30分~17時15分 ※土日祝日は除く

◎受付場所 鶴住居地区生活応援センターに設置の専用ボックス

◎受付可能なもの…保存食品、レトルト・インスタント食品、調味料、お米、菓子類で、賞味期限が2024年10月1日以降の未開封のもの※これ以外は受付しません

○主 催 かまいしこども応援隊

○代表・問合せ フードパントリー釜石 平 080-5376-8660  
釜石地区法人会 釜石市こども家庭課



## うのすまい子育て広場



### テーマ ★歯のおはなし★

※歯ブラシの仕方等、個別の相談もあります。



○日 時…8月29日(木) 10:00~11:00

○場 所…鶴住居子育て支援センター

○対象者…就学前のお子さんとその保護者

○申込み…8月26日(月)まで



## <肺がん（結核）検診の追加申込み>

- 対 象…40歳以上の人  
 ○検診期間…7月31日（水）～8月21日（水）、  
 9月28日（土）～10月27日（日）  
 11月5日（火）、11月6日（水）、11月30日（土）



## <子宮頸がん検診の追加申込み>

- 対 象…20歳以上の女性  
 ○検診期間…8月8日（木）～9月13日（金）10月6日（日）  
 ※詳しい日程は、受診票封筒や市ホームページをご確認ください。  
 ★申込方法…市健康推進課（22-0179）へ電話で申し込み  
 ※氏名、生年月日、受診票が確実に届く住所、電話番号をお伝えください。



## 市民公開講座のお知らせ

- 日 時…9月3日（火）13:30～15:00  
 ○場 所…TETTO ホール B ○費 用…無料  
 ○対 象…一般の方、医療・介護関係従事者など  
 ○講師…岩手医科大学緩和医療学科  
 特任教授 木村祐輔 氏  
 ○内 容…**最期まで自分で決めたい私の人生**  
 ○申込方法…8月31日（水）までに参加申込書、  
 または、申込みフォームからお申込みください。  
 ※参加申込者は応援センター  
 にもあります！ <申込みフォーム>



## かまいし軽トラ市・トモス de マルシェ開催

旬の農水産物や加工品の販売を行う「かまいし軽トラ市」  
 キッチンカーでの販売を行う「トモス de マルシェ」  
 を同時開催しますのでぜひご来場ください。

- 日 時…8月18日（日）10:00～12:00  
 ○場 所…うのすまいトモス前広場  
 ○問い合わせ…釜石市水産農林課（☎27-8426）  
 うのすまい・トモス（☎27-5666）



HPV（ヒトパピローマウイルス）ワクチン（子宮頸がん  
 ワクチン）のキャッチアップ接種（救済接種）には  
 期限があります。8月中に接種を開始しましょう

- 対 象…平成9年4月2日～  
 平成20年4月1日生まれの女性  
 ○接種回数…計3回 ○接種費用…無料  
 ○実施期間…令和7年3月31日まで  
 ※詳しくは市健康推進課にお問い合わせください。



# 令和6年8月 保健事業・公民館事業の予定

日	月	火	水	木	金	土
地域とつながる 窓口 QR コード 				1 	2	3 休館日
4 休館日	5 	6	7 9:30～13:00 男の手料理教室	8 9:00～13:30 わんぱく子ども 教室	9 10:00～11:30 ひまわり会	10 休館日
11 休館日	12 休館日	13 	14 	15 	16 	17 休館日 
18 休館日 	19 	20	21 	22 10:00～11:30 ともすカフェ	23 	24 休館日
25 休館日	26 	27 	28	29 10:00～11:30 あつまれ！ 鞠住 居の杜	30 	31 休館日