



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3年9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） 正木 浩二

【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



地域課題(要望)を提出しました！

中妻地区地域会議の構成団体（町内会等）から寄せられた地域課題（要望）は、次のとおりです。これら地域課題（要望）への対応方針等は、後期の地域会議の場で市から説明、報告する予定です。

なお、地域課題（道路維持補修案件）は、「水路の土砂撤去」（上中島弥生会）の1件で、今後対応予定となっております。

No.	課題名	団体名
1	市道「平田上中島線」の整備について（継続）	中妻地区地域会議
2	丸石踏切の安全対策（継続）	住吉町町内会
3	豪雨時の土石流防止設備の設置（継続）	住吉町町内会
4	道路（市道）の舗装について	源太沢親交會
5	側溝の詰まりについて	上中島商店會
6	河川法面の改修	上中島弥生會
7	山側法面の安全対策	源太沢新生會
8	国道283号線歩道への雑草はみだし対策	住吉町町内會
9	市道住吉1号線排水溝設置と舗装工事の早期実施	住吉町町内會
10	洪水・土砂災害対策	千鳥町町内會
11	ポンプの能力増強と管の変更による排水対策	千鳥町町内會
12	排水路の整備	千鳥町町内會
13	道路の冠水対策	中妻地区地域會議事務局



参加者募集します！西地区合同スポーツ交流大会！

甲子地区、小佐野地区、中妻地区の公民館、各地区地域会議共催で『西地区合同スポーツ大会』を開催します。中妻地区からの参加者を募集しますので、奮って応募ください！

●募集の対象者

グラウンドゴルフ、スカットボール、輪投げの3種目全てに参加できる方（5人1チームでの応募もできます。）

なお、先着20人（4チーム）で〆切とさせていただきますので、予めご了承ください。

《西地区合同スポーツ交流大会の概要》

- 日時 令和3年10月1日（金）8：30～12：00（雨天の場合は中止します）
- 場所 釜石市球技場（甲子町10-159-4）
- 内容 次の3種類のニュースポーツに挑戦！チーム毎の得点により、表彰を行います！
(1)グラウンドゴルフ (2)スカットボール (3)輪投げ

《申込先（9/24（金）までお申し込みください）》

中妻公民館（中妻地区生活応援センター）：23-5541 又は 23-5543



9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：9月7日(火)13:30~15:00
※お茶っこサロンです。最初に岩手医大の
学生さんが「骨粗鬆症」のお話をします。

◆かるっと運動楽しも会

日時：9月9日(木)13:00~14:00
日時：9月30日(木)10:00~11:00
※スポーツレク(ポッチャ)を行います

■スマイル健康サロン

日時：9月21日(火)13:00~15:00
※血圧測定、健康相談、脳トレ、健康ミニ講
話など行います。 ※「マスクの着用」、「手指消毒」、「自宅での検温」をお願いします。

●ほっこり体操楽しも会

日時：9月8日(水) 13:00~14:00
※高齢者向けの健康ストレッチ体操です

●手芸教室

日時：9月13日(月)10:00~12:00
※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

◆かるっとウォーキング楽しも会

日時：9月29日(水)10:15~12:00
場所：甲子川沿いを通して大天場運動広場
まで歩きましょう!

公民館事業は、新型コロナウイルス感染症の感染状況により中止になる場合があります。



認知症について!

認知症は誰にでも起こりうる病気です。認知症になっても、その人の意志が尊重され、できる限り住み慣れた環境で、自分らしく暮らしていくことができる、優しい地域にしていきたいと思います。



●認知症かな?と思った方への接し方のポイント

- **落ち着いた声のトーンで話す**：早口や甲高い声は不安をあおります。少し低めの声で、落ち着いてはっきり話しましょう。
- **間違いを訂正しない**：間違いや思い込みに気づいても、相手の言い分を受け入れ、話を合わせます。否定したり理屈で説明したりすると、不安が高まる場合があります。
- **思い出させようとしな**い：覚えていないことは、さらりと受け流します。思い出させようと質問することは、本人に負担をかけます。
- **叱ったり、命令したりしない**：きつい言い方をしたり、命令口調で言ったりするのは避けます。不快な思いをさせるだけでなく、叱られた理由がわからず混乱することがあります。
- **時間や場所、人の情報を具体的に伝える**：「台所に行って、朝ご飯を食べましょう」「夜になったので布団に入りましょう。」とか、時間や場所に注意を向けさせる話し方を工夫しましょう。
- **本人のプライドを傷つけない**：出来ないことを馬鹿にするような言葉で話したり、子供扱いするのは、本人の気持ちを傷つけることになりますので言葉を選んで話すようにしましょう。



子宮頸がん検診日程(中妻地域抜粋)です!

検診月日	検診会場	受付時間など
9月15日(水)	中妻地区生活応援センター	・9時00分から11時00分 ・13時00分から14時00分 問合わせ： 市健康推進課(22-0179)
9月17日(金)	中妻地区生活応援センター	
9月21日(火)	昭和園クラブハウス	
9月29日(水)	中妻地区生活応援センター	



9月30日(木)は、国民健康保険税第3期の納期限です。