



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6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



令和4年度かまいし健康チャレンジポイントがスタートします！

- 対象者** 18歳以上（高校生を除く）で、市内に住所または勤務地を有する方
- ポイント付与期間** 令和4年6月1日（水）～12月28日（水）
- 満点特典** 1,000円分の商品券または電子マネー「PayPayギフトカード」
- 特典交換期限** 満点30ポイントになった「実施日」から1か月後

※参加申込みは不要。気軽に取り組をスタートできます。
※事業の詳細は、広報かまいし6月1日号をご覧ください。



さあ、あなたも楽しくポイントをためて、お得に健康づくりに取り組みませんか？

問い合わせ 市健康推進課 成人保健係 22-0179



西地区合同ウォーキング交流会を実施しました！

西地区（甲子、小佐野、中妻）合同事業の釜石横断駅伝ウォーキング交流会を実施しました。5月12日（木）に陸中大橋駅前を出発。この日を皮切りに、合計4日間をかけて、ゴールの釜石駅を目指しました。参加者の皆さんは、周りの景色を楽しみながら、元気に楽しくウォーキングしておりました。



かまいしエール券を販売します！

市内取扱店舗で利用できる7,000円分のプレミアム付き商品券「かまいしエール券」を5,000円で販売します。

- ★購入上限 1人2冊まで
- ★販売対象 市内に居住している人、市内に通勤・通学している人
- ★販売・利用期間 5/25（水）～9/30（金） ※売り切れた時点で販売終了
- ★購入方法 販売場所に身分証明書を持参し、購入してください。

中妻地区生活応援センターでも販売します！ぜひご購入ください！

問い合わせ 市商工観光課 商工業支援係 27-8421



6月のサロン情報(会場:中妻公民館)

◆公民館対抗ニュースポーツ大会練習

日時：6月6日(月)10:00~12:00
※スカットボール、輪投げ、ポッチャを用意しております。

◆地域サロン「よったんせ」

日時：6月7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。

◆いきいき生活応援事業「国際交流」

日時：6月10日(金)
11:00~11:45(講座)
※市の国際交流員のナターシャさんに、外国のお話をさせていただきます。
※はまゆりカレー(持ち帰り)は300円です。
※はまゆり会との共催事業です。

◆手芸教室

日時：6月13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。

※「マスクの着用」と「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：6月15日(水)10:15~11:15
※高齢者向けの健康ストレッチ体操です。

◆かるっと運動楽しも会(出張公民館事業)

日時：6月16日(木)10:00~11:00
場所：源太沢集会所2階
※スポーツレク(ポッチャ)を行います。
※ポッチャ未経験の方、公民館事業初参加の方も大歓迎です！
※場所は、中妻公民館ではありませんのでご注意ください。

◆スマイル健康サロン

日時：6月21日(火)13:30~15:00
※血圧測定、健康相談、脳トレなどを行います。

◆かるっと運動楽しも会

日時：6月23日(木)10:00~11:00
※健康ストレッチ体操やスポーツレク(ポッチャ)を行います。



健康診断・肺がん検診のご案内

- ・オレンジ色封筒が届いたら健診へ行きましょう。(6月下旬頃郵送予定です)
期間：7/4(月)~8/30(火) ※詳細は案内をご確認ください。
- ・今年から健康診断と肺がん検診が同時に受けられます。
- ・その他のがん検診についても、検診時期等は、そのつど「広報かまいし」でお知らせしますのでお見逃しなく！



問い合わせ 市健康推進課 成人保健係 22-0179



ペットを飼育されている方へのお願い

公民館周辺に限らず、一部の心ない飼い主によるペットのふん尿放置が見受けられます。マナーを守り、きちんとふん尿を処理している飼い主が誤解される原因にもなりかねません。ペットのふん尿の処理は、飼い主が責任をもって行いましょう。



ラジオ体操をしています！

外が気持ちいい季節です。一緒に気持ちよく体を動かしませんか？

上中島復興住宅第1期 中庭	毎週 月・水曜 10:00~(雨天中止)
上中島復興住宅第2期 中庭	

6月30日(木)は、市県民税 第1期の納期限です。