



# 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5年10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



## 西地区合同スポーツ交流会 参加者募集！

甲子地区、小佐野地区、中妻地区の3地区合同で『西地区合同スポーツ交流会』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、ポッチャの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15人（3チーム）でめ切とさせていただきますので、予めご了承ください。

### 《スポーツ交流会の概要》

- 日 時：令和5年10月13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種目のニュースポーツに挑戦！チームごと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ポッチャ



### 《申込みについて》

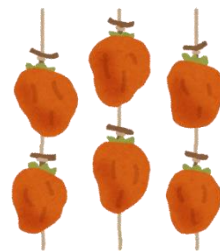
中妻地区生活応援センター（23-5541又は23-5543）へ、10/11（火）までにお申込みください。  
※雨天等により中止する場合は、当日の朝に判断してご連絡します。



## 西地区合同干し柿づくり体験交流会 参加者募集！

甲子地区、小佐野地区、中妻地区の3地区合同で『西地区合同干し柿づくり体験交流会』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。参加費用は無料です。

- 日 時：令和5年10月27日（金）9：30～11：30
- 場 所：甲子林業センター（甲子町9-9-27）
- 持ち物：小さめのピーラー又は使い慣れた果物ナイフ
- 申込先：中妻地区生活応援センター 23-5541 又は 23-5543  
10/23（月）までにお申込みください
- その他：先着10人としします。現地集合・現地解散になります



## 西地区合同屋外運動教室を実施します

グラウンドゴルフを中心に、甲子公民館、小佐野公民館と連携して実施する運動教室です。是非ご参加ください。

- 日 時：10月11日（水）9：30～12：00
- 場 所：釜石市球技場（甲子町10-159-4）
- 定 員：中妻公民館分 先着10名
- 申 込：中妻地区生活応援センターの窓口  
またはお電話にて随時受付
- 指導協力：甲子GGクラブ
- その他：当日は、会場での集合・解散となります。不明な点は中妻地区生活応援センターにお問い合わせください。



## 中妻公民館作品展を開催します！ 皆さんの作品をお寄せ下さい！

11月1日から10日まで「中妻公民館作品展」を開催します。

この1年間、皆さんが丹精込めて作った作品の出展をお願いします。おひとり3点までとなりますが、中妻公民館まで持参くださるようお願いいたします。

- 開催期間：11月1日（水）から10日（金）まで
- 場 所：中妻公民館 小会議室
- 出展作品：中妻公民館まで持参願います  
※（10/25（水）まで）





# 10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：10月3日(火)13:30~15:00  
※サロンです。歌やゲームなどで、楽しい時間を一緒に過ごしましょう。



## ◆かるっと運動楽しも会

日時：10月12日(木)10:00~11:00  
日時：10月26日(木)10:00~11:00  
※スポーツレク(ポッチャ)を行います。

## ◆いきいき生活応援事業(はまゆり会との共催事業)

日時：10月13日(金)11:00~11:45  
※人生100年時代!未来のための健康プロジェクト講座③  
※はまゆりカレー(持ち帰り)は300円です。

## ◆手芸教室

日時：10月16日(月)13:00~15:00  
※ちりめんの吊るし飾りを作ります。  
※材料費600円をご持参ください。



## ◆スマイル健康サロン

日時：10月17日(火)13:30~15:00  
※血圧測定、健康相談、脳トレなどを行います。



## ◆ほっこり体操楽しも会

日時：10月18日(水)10:15~11:15  
※高齢者向けの健康ストレッチ体操です。

## ◆中妻スクラムメイトのお知らせ

(活動場所は、中妻北地区コミュニティ消防センターですのでご注意ください。)

日時：10月4日(水)10:00~11:00  
内容：軽運動(無理なく体を動かさず)  
講師：体育協会 佐藤千依先生

日時：11月1日(水)10:00~11:00

内容：認知症予防教室&物忘れ相談会

講師：地域包括支援センター職員

※どちらも申込不要です。直接会場へどうぞ。



## つながり支え合う地域の構築を目指して

市では、様々な場で、心配な高齢者等への「気づき・関わり・心がけ・つなぎ先」を普及啓発し、誰もがつながり支え合う地域の構築を目指します。

これに関連して、市内各地区の自主活動団体による活動状況等をホームページで公開しています。QRコードからもアクセスできますので、ぜひご覧ください。



問い合わせ先：市高齢介護福祉課 22-0178



## 令和5年度住宅・土地統計調査票の提出をお願いします

住宅・土地統計調査は「統計法」に基づき実施する国の重要調査です。調査をお願いする世帯は地域の中から無作為に選ばれ、9月下旬から調査員が各世帯を訪問し、調査票など関係書類を配布しています。

10月9日(月)までにインターネットや郵送での調査票の提出が確認できない場合は、調査員が各世帯に調査票の回収に伺います。調査の趣旨・必要性をご理解いただき、ご回答をよろしくをお願いします。

問い合わせ先：市総合政策課統計係 27-8495



## セツがん検診について

10月9日(月・祝)に胃(早朝)・乳・子宮・大腸がん検診のセット検診を行います。9月15日号の広報かまいし、市ホームページでご確認のうえ余裕をもってお申込みください。

### ●申込方法

市健康推進課(22-0179)へ電話で申し込み。  
(平日の8時30分~17時15分)

※①氏名、②生年月日、③受検票が確実に届く住所、④電話番号をお知らせください。

### ●注意事項

検査の性質上、胃がん検診と子宮頸がん検診は同日に受検できません。



## かまいし地域づくりフォーラムを開催します

●日時：令和5年10月28日(土)  
10:00~12:00 ※開場9:30

●場所：釜石市民ホール TETTO

### ●内容：

- ①基調講演 東海大学建築都市学部建築学科 准教授 後藤 純 氏
- ②事例発表 平田地区生活応援センター 小佐野地区生活応援センター 各地区で活躍している団体やサークルなどの紹介 ※展示や物販など

●問い合わせ先：市まちづくり課 27-8454

10月31日(火)は、市県民税第3期、国民健康保険税第4期の納期限です。