

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6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) 小山田 富美子
【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



男性も気軽に参加しやすい木工 DIY 教室を開催します。地元木材への知識を深めるとともに参加者同士の交流を深めませんか。男女問わず参加者を募集します。

○日時 令和6年11月12日(火) 午前9時～午後1時

○場所 釜石地方森林組合(片岸町)

※中妻公民館から市の車両で会場へ移動します。

○内容 折り畳みイス、マガジンラック、プランターのうち一点を製作します。

○講師 釜石地方森林組合職員

○持ち物 筆記用具、飲み物 ※工具類は釜石地方森林組合からお借りします。

○参加費 1500円～2000円(作品によって異なります)

○申込み期間 11/1(金)～11/7(木) ○申込み先 中妻公民館(☎23-5543)



小佐野・中妻公民館まつり展示作品の募集について

11月9日(土)と10日に、小佐野公民館を会場に小佐野と中妻公民館合同公民館まつりを開催予定としており、皆様からの展示作品を募集します。

- 募集作品…ご自身で作成した作品(木工品や絵画、手芸作品等々)1人3点以内)
- 受付…10月15日(火)～10月25日(金) 中妻公民館までご持参願います。
- その他…作品の展示は、11/1(金)～8(金)は中妻公民館、11/9(土)、10(日)は小佐野公民館への展示を予定しています。

※公民館まつりの詳しい内容は、11月号のおたよりに掲載します。【問い合わせ先】中妻公民館(☎23-5543)

● 双葉小学校から ●

学校人材バンク・ボランティア登録者募集!!

双葉小学校では地域や保護者の皆さま方に教育活動に積極的な参加をしていただきたく、郷土芸能や地域の歴史に詳しい方のほか、体育の補助や畑のお世話、校外学習の付き添い等学習支援のサポートをしてくださる方を募集しています。ご協力いただける方や活動内容の詳細についてご興味ある方はお気軽にご連絡ください。※登録用紙は中妻地区生活応援センターにも備え付けています。

【問い合わせ先】 双葉小学校(☎23-5119)

西地区合同スポーツ交流会参加者募集!!

グラウンドゴルフ、スカットボール、ボッチャに参加する方を募集しています。個人でもグループでも申込みできます。健診で生活習慣病の疑いのある方々の運動の機会として参加しませんか。

希望者は中妻公民館☎23-5543へ申込みください。

- ・日時: 令和6年10月9日(水) 8:30～12:00
- ・場所: 釜石市球技場(甲子町10-159-4)
- ・競技内容及び募集人数:
グラウンドゴルフ 5人
スカットボール 5人
ボッチャ 5人



☆次号は…西地区合同干し柿づくり体験交流会やなかよし食堂の日程掲載を予定しています♪



10月のサロン情報(会場:中妻公民館) ★ラジオ体操は9時からに変更になります。

◆地域サロン「よったんせ」
 日時：10月1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3日(木)10:00~11:00
 日時：10月24日(木)10:00~11:00
 ※スポーツレク(ポッチャ)を行います。



◆お茶っこの会「よったんせ」
 日時：10月10日(木)13:30~15:00
 ※ゆっくりリラックスして、お話しませんか。

◆スマイル健康サロン
 日時：10月15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16日(水)10:15~11:15
 ※高齢者向けの健康ストレッチ体操です。

◆手芸教室
 日時：10月21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。



◆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11日(金) 11:00~11:45
 内容：わたしと家族の「そうぞく」講座
 ※“相続”と“争族”のはなし。よりよい未来のための「そうぞく」、「ライフ&エンディング」について考える講座です。
 申込み不要でどなたでも参加できます。

当日は、はまゆり会特製カレーで昼食会
 ※昼食会へ参加を希望の方は、カレー代 **300円**と**白いご飯**をお持ちくださいね。はまゆり会以外の方は申し込みが必要です。中妻公民館(☎23-5543)

◆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16日(水)10:00~11:00
 内容 軽運動(無理なく体を動かさせます)
 講師 体育協会 佐藤千依先生

次回は、11月20日(水)、調理実習(簡単スイーツづくり)を予定しております。

がん検診のお知らせ

～ 胃がん検診(中妻地区実施分)～

申し込みをいただいた胃がん検診を実施します。

- ・10月18日(金) 昭和園クラブハウス
- ・10月31日(木) 中妻地区生活応援センター

受付時間：午前6時30分~9時

対象：40歳以上 検診料：2000円

※受検票に必要事項を記入のうえ忘れずにお持ちください。受検票がない場合は検査できません。◎問い合わせ・申込み先 市健康推進課保健予防係 22-0179

～ セットがん検診 ～

○日程 10月6日(日)

○会場 鶴住居地区生活応援センター(胃がん)
 釜石市民体育館(乳がん、子宮頸がん、大腸がん)

その他 対象、受付時間、料金等は受検票添付のお知らせや市ホームページをご覧ください。

マイナンバー出張申請受付

マイナンバーカードを作っていない方はこの機会をお見逃しなく(持ち物…本人確認書類)

日時：10月23日(水)13:30~16:30

会場：中妻地区生活応援センター 和室



地域とつながる窓口

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、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コードからのアクセスも可能です。



問い合わせ先 市高齢介護福祉課 22-0178

再生可能エネルギー導入適地マップ(案)地域説明会の開催について

市内での再生可能エネルギー導入適地のマップを作成するにあたり、広く市民の皆さまの意見を聞くため地域説明会を開催します。

- ・日時 10月29日(火)18:00~20:00
- ・場所 釜石情報交流センター 釜石PIT(大町)
- ・内容 釜石市再生可能エネルギー導入適地マップ(案)の概要説明
- ・対象 一般市民
 ※申込不要でどなたでも参加できます。

問い合わせ先 市国際港湾産業課(☎27-8423)

10月31日(木)は、市県民税第3期、国民健康保険税第4期の納期限です。