



# 小佐野公民館だより

(小佐野公民館及び小佐野地区生活応援センターは、千鳥町、五の橋から野田・定内町までが対象地区です)

かまリン

第27号 平成21年7月1日

元気で・楽しく・すこやかに  
やります!

小佐野地区生活応援センター

【編集・発行】小佐野公民館 (小佐野地区生活  
応援センター/小佐野コミュニティ会館)  
発行責任者 小池幸一 (所長兼公民館長)

◎小佐野地区生活応援センターの電話番号です (FAXは共通 23-1529)  
各種窓口業務は Tel.23-5544 へ 保健・医療・福祉・公民館業務は Tel.23-5037 へ

## 放課後子ども教室を開設します

釜石市教育委員会では、放課後に子どもたちが安心して過ごせる居場所をつくり、地域ぐるみで子どもたちを育てていくことを目的とした「小佐野小学校放課後子ども教室」を小佐野公民館(小佐野コミュニティ会館)に開設することになりました。

開設日・活動内容等は次のとおりです。

【日時】 7月2日から毎週月・木曜日(長期休暇除く)  
15:00~16:30

【内容】 自由な遊び、宿題スペース、各種イベント

【対象】 小佐野小学校に通う児童

【その他】 安全管理員(学習アドバイザー)として、小佐野小PTAの方々が見守りを行います

※詳細は学校を通じて保護者にお知らせします。

問合せ/生涯学習スポーツ課(Tel.22-8835)

または小佐野公民館(Tel.23-5037)

## 平成21年度公民館事業が決まりました

6月1日(月)、小佐野公民館運営審議会を開催し、21年度の運営方針、事業計画などを審議していただき、議案は原案のとおり承認されました。

### 《主な質問・意見》

- ・運営審議会委員だけでなく利用団体からも意見を聞く必要あり。
- ・世代間交流のかけはしとして公民館への期待が高い。
- ・学校としては、地域との連携がとるのが難しい。地域会議が活用できれば良い。

### 《乳幼児対象事業》

- ・おおきくなあれ!ちびっこクラブ
- ・すこやか子ども相談、巡回相談など

### 《青少年事業》

- ・挑戦!体験!!ワンダーランド(自然体験等)、サマースクール、ウィンタースクール(居場所、体験活動)、放課後子ども教室など

### 《成人対象事業》

- ・いきいき市民カレッジ、働き盛りの栄養講座、各種スポーツ教室、パソコン講座、中妻スクラムメイト、男の料理教室、ウォーキング健康介護相談会、公民館まつり、ニュースポーツ運動会など



## 小佐野公民館サマースクール参加者募集

### ①『目指せ竜王!将棋道場』(指導/小佐野正棋会)



日時/7/28・31・8/4・7・11・18

10:00~13:00

場所/小佐野公民館

定員/8名(申込み制)

対象/双葉・小佐野小学校児童

内容/対戦形式。動かし方をおぼえた初心者から強い大人と真剣に対戦してみたい子どもまで参加できます。

### ②『朝から!チャレンジクッキング』



子どもの食育の一環として、健康推進課と共催により実施します。

日時/7月25日(土)9:00~13:00 場所/小佐野公民館

対象/双葉・小佐野小児童・保護者(先着15組)

※子どものみ可

内容/栄養士講話、調理実習

参加料・持ち物/300円、エプロン・三角きん・マスク

※上記2つの事業はいずれも7月6日(月)8:30から受付  
ます。定員になり次第締め切りとします。

申込み/小佐野公民館(Tel.23-5037)

## 窓口からのお知らせ

7月の各種納期等	※納期 7月31日(金)
固定資産税第2期	国民健康保険税第1期
各種使用料等	

問合せ/小佐野地区生活応援センター (Tel.23-5544)

## 中妻地区市民と話す日(概要報告)

6月23日(火)午後2時から中妻北地区コミュニティ消防センターを会場に開催されました。参加者は地元の方々を中心に29人。主な意見・質問項目は次のとおり。※回答を含めた詳細は後日、市のホームページ「市民と話す日」の項目で公開します。

- ・観光を通過型から観光ラインを作って宿泊型へ。泉のケーソンヤードの活用方法(鮭一本釣り)
- ・フェリーを週1便寄航させることができないか。
- ・遠野ではバスで釜石の客を連れて行っている。逆に遠野から連れてこれないか。
- ・中妻1丁目北側のJRと山に挟まれた地区の道路の市道認定。水害防止として砂防ダムを整備して欲しい。
- ・釜石中学校への通学路の歩道上に電柱があり歩きにくい。
- ・旧釜石第二中学校にトラックが出入りしている。何の整備のためか。裏面につづく

裏面《事業風景・各種保健事業・一言アドバイス》もごらんください。

- ・JR前の水路、甲子川の土砂を何とかして欲しい。
- ・環境問題も大事だが、まずは住民の生活を守るべき。
- ・釜石中学校前交差点の中に車を止めている。危険なので指導して欲しい。
- ・中妻1丁目北町内会(山側)に公共下水道計画はあるか。
- ・イクライトにレポート又は風車をつくり観光に活用しては。
- ・千鳥町の旧若草寮の活用方法。

- ・人と自転車だけでも渡れる橋があれば良い。
- ・平田のゴミ処理施設の温浴施設について。
- ・河川整備、物価にしても他の地区と比べ弱いのはなぜか。
- ・ゴミ箱の補助は追加整備した場合も該当になるか。
- ・県立病院の新患での診察待ち時間が何とかならないか。
- ・本施設の非常用設備に関し質問し回答を受けたが納得がいかない。

6  
月  
の  
事  
業  
風  
景  
か  
ら



わらびとりを終えた中妻地区の皆さん

じゃんけん列車で交流



**中妻スクラムメイト(5地区交流会)**

6/2(火)和山高原でスクラムメイト5地区交流会を行いました。「わらびとり」のあと昼食・ゲームで他地区との親睦を深めました。青空の下、袋一杯のわらびを手にし、山の傾斜や普段の足腰の痛みも忘れ皆ご満悦でした。なお、本年度のスクラムメイト会員を募集中です。次回は、7/10(金)ラジオ体操・スカッポールを予定(年間登録制)。中妻地区の皆さんの参加をお待ちしています。 **小佐野センター(Tel.23-5037)**



34名が一斉にアサリとり



世界にたった一つのしおりづくり

**体験!挑戦!!ワンダーランド(潮干狩り、施設見学)**

6/13(土)山田町織笠川河口で潮干狩りと、鯨と海の科学館で施設見学にでかけました。あいにくの小雨でしたがシーズン最後の機会のため予定通り決行しました。雨に濡れ収穫も少なく残念な結果となりましたが、次の機会のためのコツは伝授しました。鯨と海の科学館では「海草しおり」づくりに挑戦。個性が良く表れていました。



元気いっぱいスタート風景

**小佐野ウォーキング教室**

6/15(月)小佐野ウォーキング教室を開催。今回はコースを変更し礼ケロ・源太沢経由のコースを選択。途中、上中島の多目的グラウンドで個人ごとに1kmを自分で歩けるか計測し、個々の目安を知ることができました。 **歩き方と継続が大切です。**

**おおきなあれ!ちびっこクラブ(親子体操)**

6/23(火)黒澤真理先生の指導で親子体操を体験しました。親子のスキンシップ、運動不足解消の良い機会となりました。最後は特別にお母さん方のストレッチも実施。次の日の身体の痛みは・・・



子どもお母さんの膝の間でバランスをとっています。

**出張健康相談会 ※13時～16時(無料)**

- 7月 13日(月) 小川集会所
- 7月 15日(水) 向定内公民館分館
- 7月 28日(火) 野田集会所

相談・検診(血圧・尿)、体組成検査(体脂肪・内臓脂肪・骨量など)を行います。(予約不要)

小佐野地区生活応援センター Tel.23-5037

**地区保健事業 ※すべて登録制または予約制**

- 健康介護相談会 Tel.23-5037 (小佐野応援センター)  
日時: 7/27(月)10:00~16:00  
場所: 小佐野コミュニティ会館  
内容: 健康・歯科・栄養相談(血圧・体組成検査)
- すこやか子ども相談 Tel.23-5037 (小佐野応援センター)  
日時: 7/7(火)、8/4(火) ※いずれも13:30~15:00  
場所: 甲子地区子育て支援センター  
内容: 育児不安解消等への助言、身体計測、健診フォロー
- 三種混合予防接種 Tel.22-0179 (健康推進課)  
いずれも受付13:15~13:45 開始13:30~  
実施日/場所: 7/14(火) 釜石医師会館  
7/16(木) 小佐野コミュニティ会館  
※持ち物: 予診票、母子手帳 ※医師会館/はき物
- 二種混合予防接種  
いずれも受付13:15~13:45 開始13:30~  
実施日/場所: 7/28(火) 釜石医師会館  
7/29(水) 小佐野コミュニティ会館  
対象/小学校6年生 ※予診票、母子手帳、保護者同伴
- もぐもぐごっくん教室 Tel.22-0179(健康推進課)  
日時: 7/15(水) 10:15~11:30 ※予約7/13(月)まで  
場所: 青葉ビル  
内容: 離乳食指導、歯科講話など 対象: 5ヶ月児  
持ち物: 母子手帳、かまリンカード、バスタオル



**保健一言アドバイス**

**不定愁訴(イライラ)に要注意!!**

季節の変化に伴い、明確な病気が見られないのに「頭痛」や「疲れ」などの不定愁訴を訴える人が少なくありません。最近の子どもたちの中にも「イライラする」「楽しくない」などの心の健康度が低い子どもも何らかの自覚症状を訴えています。

そのような子どもほど「朝食をとらない」「寝る時間が決まっていない」と回答する割合が高いそうです。

睡眠不足・運動不足・朝食欠食といった生活習慣の乱れは、体調不良につながり結果としてイライラ(不定愁訴)につながります。忙しい現代社会を健康的に生きるためには①よく寝る②よく体を動かす③よく食べるということが基本になることを再確認しましょう。子どもは「早寝・早起き・朝ごはん」を徹底しましょう! **保健師/藤原みゆき**