



な

か

づ

ま

中妻地区生活応援センターだより/中妻公民館だより平成 30 年 6 月号

【編集・発行】中妻地区生活応援センター

【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

【発行責任者】所長（公民館長） 村上 徳子



肺がん（結核）検診を受けましょう

主な検診日程

6月から肺がん検診が始まります。がん検診は、がんの早期発見に非常に有効です。忘れずに受診しましょう。

市では、肺がん検診の追加申込みを下記のとおり受付けます。

申込期間 6月11日(月)～6月22日(金)  
8時30分～17時15分

申込方法 市健康推進課に電話で申し込み  
☎22-0179

月 日	会 場
6月23日(土)	釜石市民ホール(TETTO)
6月26日(火)	小佐野地区生活応援センター
6月28日(木)	小川集会所
7月1日(日)	昭和園クラブハウス
7月3日(火)	小佐野地区生活応援センター
7月5日(木)	昭和園クラブハウス
7月6日(金)	昭和園クラブハウス

受付時間 午前 9:00～11:00  
午後 13:30～15:30



6月のサロン・教室情報

ご参加お待ちしております

団体名	開催日	時間	お知らせ
地域サロン 「よったんせ」 	6月5日(火)	13:30～15:00	お茶を飲みながら、ゆったりした時間を過ごしましょう。 足もみ隊の皆さんが来てくださいます。
のぞみ体操教室	6月4日(月)	1部13:00～14:30 2部15:00～16:00	体力維持のため軽運動、ストレッチ体操をします。タオル・飲物・バスタオルかヨガマットを持参し、動きやすい服装でご参加ください。
	6月18日(月)	(ゆったりコース)	
かるっと運動楽しも会 	6月14日(木)	10:00～12:30	五の橋付近の河川敷までゆっくりお散歩します。(雨天時は公民館でスポレク) 飲み物、おにぎり、タオル、帽子などを持参してください。
健康相談 	6月20日(水)	9:00～12:00	保健師による健康相談です。 相談を希望される方は、6月19日(火)までセンターあてに電話で申し込みをお願いします。

# こども園の園児のみなさんがラジオ体操に参加します♪



6月6日から毎月第1水曜日復興公営住宅中庭でのラジオ体操に、こども園の園児のみなさんが参加します。楽しみですね！

## 洪水・土砂災害から身を守るために、緊急避難場所を確認しましょう

- ◎近年は、梅雨や台風、秋雨に加え、異常気象による集中豪雨などにより、洪水や土砂災害発生の危険性が高まっています。中妻地区でも、甲子川の氾濫による洪水被害や、急傾斜地や崖に隣接している住宅への土石流被害発生の恐れがあります。
- ◎自宅周辺の状況や家の立地環境を確認し、洪水や土砂災害の危険性があるか、あらかじめ知っておきましょう。
- ◎洪水や土砂災害など雨に関係する災害は、避難のタイミングが難しく、迷っていると避難することがかえって危険になってしまうことがあります。  
市では、避難が必要な場合に安全に避難ができるように、早めに避難準備・高齢者等避難開始や避難勧告などを発表します。
- ◎洪水・土砂災害から身を守るために、災害に備え、自宅周辺の情報を確認し、早めに避難する習慣を身につけておきましょう。

## 中妻地区の洪水・土砂災害の緊急避難場所

対象地域	緊急避難場所
上中島町、住吉町、新町、礼ヶ口町、源太沢町	双葉小学校地域連携施設、双葉小学校体育館
中妻町、千鳥町、八雲町	中妻北地区コミュニティ消防センター、中妻南地区コミュニティ消防センター、釜石中学校体育館



昨年9月18日 台風第18号で被災した千鳥町と住吉町の状況

## 中妻地区生活応援センター駐車場のご案内

中妻地区生活応援センターの駐車場は、玄関前に7台と復興公営住宅裏に24台（No.157～No.180）あります。  
会議や公民館活動等で長時間駐車場を利用される方は、復興公営住宅裏の駐車場をご利用くださいますようお願いいたします。

