



〔発行責任者〕
 センター長：丸岡秀彰
 釜石市上中島町2丁目6番36号
 〔電話番号〕
 窓口関係：23-5541
 相談・公民館関係：23-5543

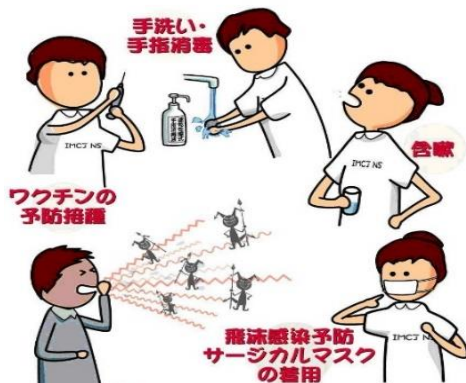
中妻地区地域会議だより/中妻公民館だより 1月号

新年あけましておめでとうございます。
 本年も保健活動や公民館事業など各種業務を通して、地域の発展と住みよいまちづくりに取り組んでまいります。皆さまのご支援とご協力をお願いします。
 【中妻地区生活応援センター／中妻公民館 職員一同】

インフルエンザ流行のシーズンになりました

インフルエンザは感染力が非常に強いので毎年10人に一人は感染しています。しっかり予防して元気に過ごしましょう。

インフルエンザ
対策は予防から



◇インフルエンザは主に、咳きやくしゃみで飛沫したウィルスが口や鼻から体内に入り込むことで感染します。

◇流行前のワクチン接種、外出後の手洗い・うがいを忘れずに行いましょう。

◇高齢者や子ども、妊婦さんのほか、慢性疾患、喘息、糖尿病などの持病のある方も特に注意が必要です。

地域サロン「よったんせ」

【日 時】1月10日(火)
13:30~15:00

【場 所】中妻公民館

「青い空の会」主催のサロンです。お茶を飲みながら、ゆったりとした時間を過ごしましょう

♪ 足もみ隊の方々も来てくださいます。

どなたでも参加できますので、お気軽にお越し下さい。



～冬休み映画上映会～
ミニオンズ スタッフ最新作!

「ペット」

【日 時】1月13日(金)
開場13:00開演13:30

【場 所】双葉小学校 体育館

【入場料】無 料

※上履きをお持ちください。

【問い合わせ先】

中妻公民館 TEL 23-5543



のぞみ体操教室



【日 時】

1月16日(月)、23日(月)

13:30~15:00

【場 所】中妻公民館

【持ち物】タオル・飲み物・バスタルやマット
(横になります) 動きやすい服装でお越しください。

【問い合わせ先】

釜石支援センター望 Tel55-6330

健康相談を実施します

○生活習慣病などの健康に関する相談を行います。

【日 時】1月18日(水)

9:00~12:00

【場 所】中妻公民館



※1人1時間程度、予約制です。

○相談を希望される方は、1月17日(火)までに中妻地区生活応援センターにお申込み下さい。

Tel23-5543

プロの指導によるスキンケアはいかが？

「いきいき美容教室」

【日 時】

① 1月22日(日) 10:00~11:30

② 1月29日(日) 10:00~11:30

【場 所】中妻公民館

【人 数】各回とも先着20人

【申込締切】1月19日(木)

【参加費】無 料

【内 容】美体操、スキンケア、フェイスストレッチ



講師の指導を受けながら参加者ご自身でスキンケアを進めていきます。
各回とも同じ内容ですので、どちらかにお申し込みください。

【申込先】

カリタス釜石 Tel27-9030

～ 個人番号通知カードを受け取られていない方は市民課窓口へ～

お客様によっては、郵送された通知カードを受け取れず、市役所でお預かりしている場合もあります。心当たりのある方は、市民課登録係までお問い合わせください。

【問い合わせ先】

Tel22-2111 内線202

後期地域会議を開催しました

12月20日(火)中妻地区生活応援センターで開催し、代議員等17名・一般参加者7名が出席しました。

始めに、①消防2署体制について ②釜石警察署庁舎の再建に伴う昭和園グラウンドの譲渡について ③釜石市地域公共交通網形成計画の策定について ④閉じこもり予防戦略について ⑤住民主体の地域づくりについて ⑥上中島こども園等整備事業について ⑦平成28年度地域課題への市の対応方針について、を市の各担当課から説明が行われました。

また、中妻地区の地域課題については、各地区から寄せられた24件を市に要望したところ、市からの回答は、実施する5件、実施について調整する6件、実施は困難であるが13件でした。