

# 3月

# 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3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】0193-23-5543  
 【発行責任者】所長（公民館長） 松岡 公浩



### 地域サロン「よったんせ」

【日時】3月6日（火）13:30~15:00  
 【場所】中妻公民館  
 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れます。  
 どなたでも参加できます。皆さんのご参加をお待ちしております。



### のぞみ体操教室

3月の開催日【中妻公民館】  
5日（月）、19日（月）  
 第1部 13:00~14:30  
 第2部 15:00~16:00（ゆったりコース）  
 持ち物：タオル・飲み物・バスタオルやヨガマット等（横になるので）  
 ＊動きやすい服装でお越しください。



### 健康相談

○生活習慣病など健康に関する相談を行います。  
 【日時】3月14日（水）9:00~12:00  
 【場所】中妻公民館（☎23-5543）  
 ※1人1時間程度、予約制です。  
 ○相談を希望される方は、3月13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。



### 平成30年度春季全国火災予防運動行事の開催

【期間】平成30年3月1日（木）から3月7日（水）  
 【実施行事】  
 (1) 防災行政無線による防火広報（3/1~3/7）  
 (2) 防火パレード（3/4日）  
 （8:45 釜石消防署庁舎前出発式）  
**市民の皆様、火の取り扱いには十分ご注意ください。**

### 「がん検診の申し込みを受け付けています」

【申込み期間】平成30年3月30日（金）まで ※申込書は2月中旬に発送しました。  
 ※申し込みを希望される方で、申込書が届かない方は健康推進課までご連絡ください。  
 【がん検診の種類と実施時期】

- ・肺がん（結核）／6月中旬から7月上旬予定
- ・大腸がん／容器配布：7月上旬から8月上旬、容器回収：8月中旬から9月中旬予定
- ・乳がん／8月下旬から9月中旬予定
- ・子宮頸がん／8月下旬から9月中旬予定
- ・胃がん／10月上旬から11月上旬

○問合せ先：釜石市保健福祉部 健康推進課 保健予防係 ☎ 22-0179 fax 22-6375



# 各種イベント情報

## ★第1回 「中妻地区・健康づくりの集い」を開催します。

再掲

今回のテーマ：～薬についていろいろ学びましょう(薬剤師の活用法・薬の飲み方等)～

これから人生100歳時代を迎え、超高齢化社会の到来が現実的となってまいります。そのため、地域住民が共に支え合う地域づくりの構築が不可欠となります。そこで、一人一人が健康に関する理解を深め、健康維持に努める一助とするため中妻地区健康づくりの集いを開催致します。地域のたくさんの皆様にお集まりいただき、顔の見える関係をつくることも狙いの一つとなっておりますことから、是非皆様のご参加をお待ちしております。

【日時】平成30年3月4日(日)13:30～15:30

【場所】中妻公民館(集会室1・2)

【主催】中妻公民館(中妻地区生活応援センター)

【協力】ケアカフェかまいし実行委員会、社会福祉法人釜石市社会福祉協議会

【問合せ先】中妻地区生活応援センター ☎23-5543

社会福祉法人釜石市社会福祉協議会 ☎22-2310



## かまいし地域づくりフォーラムを開催します。

～人生100歳時代をどう生きるか?～

【日時】平成30年3月4日(日)10:00～12:00

【場所】釜石市民ホール TETTO ホールB

【講演】東京大学高齢社会総合研究機構 特任講師 後藤 純 先生  
演題

「これからの時代の新たなコミュニティの形  
～次世代につなぐ助けあいの仕組み～」

【事例発表】平田、小佐野、甲子、唐丹地区生活応援センター

※「地域づくりワークショップの実施報告」

【問合せ】釜石市 市民生活部 地域づくり推進課 ☎27-8454

中妻地区生活応援センター ☎23-5543

～人生100歳時代を  
どう生きるか?～

参加無料 かまいし地域づくり  
フォーラム

少子高齢化が進む中、住み慣れた地域で暮らし続けるために、必要な知識や取組みについて学習するとともに、安全で安心な地域を目指し、地域活動を推進していくためのフォーラムを開催します。

日時  
平成30年3月4日(日) 10:00～12:00  
(開場9:30～)

会場  
釜石市民ホール TETTO ホールB

内容

○基調講演  
「これからの時代の新たなコミュニティの形  
～次世代につなぐ助けあいの仕組み～」  
後藤 純(ごとうじゆん)氏  
特任講師  
東京大学高齢社会総合研究機構  
特任講師、2015年より  
「人生100歳時代をどう生きるか?」  
・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  
・甲子地区生活応援センター 唐丹地区生活応援センター

○ワークショップ事例発表  
「人生100歳時代をどう生きるか?」  
・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  
・甲子地区生活応援センター 唐丹地区生活応援センター

主催：釜石市/みなとがし地区会館/平田地区会館/中妻地区地域会館/小佐野地区  
会館/甲子地区会館/唐丹地区会館/釜石地区まちづくり会館/唐丹地区会館  
お問い合わせ先：釜石市役所地域づくり推進課 ☎0193-27-8454

## 平成29年度「もの忘れに関する相談会」開催

再掲

～あなた自身や、家族にももの忘れなど気になることはありませんか?～

もの忘れなどの症状があり気になっている方、あるいはご家族に症状があり心配されている方は、下記の日程・会場をご確認の上、お気軽にご相談下さい。

保健師や介護福祉士等が個別に相談に応じます。不安な気持ちを話してみませんか?

【相談日】3月9日(金) 10:00～12:30

【場所】中妻地区生活応援センター-集会室1・2

○問合せ：釜石市 保健福祉部 高齢介護福祉課 地域包括支援センター ☎0193-22-2620

