

第160号
令和3年11月発行
(毎月1回発行)

発行責任者：佐々木利光
☎ 23-5524
☎ 21-3151

かつまづ 11月

甲子地区生活応援センターだより
公民館だより



◇「インフルエンザの予防接種」を受けましょう！

□小児インフルエンザ予防接種の接種費用の一部を助成しています

助成期間 12月28日(火)まで
対象 生後6か月～18歳(令和3年度以内)
助成回数 13歳未満は2回、13歳以上は1回
助成方法 本来の接種料金から接種1回当たり2000円(市助成分)を差し引きます

※接種料金や予約方法は医療機関によって異なります。事前に確認をお願いします。

□高齢者インフルエンザ予防接種

助成期間 12月28日(火)まで
接種費用 自己負担額2000円

<新型コロナワクチン接種との注意点>

- ・コロナワクチンとその他のワクチンは同時接種できません
- ・コロナワクチンの1回目と2回目の間で他のワクチン接種はできません
- ・2回目のコロナワクチン接種から、2週間以上空けて他のワクチンを接種しましょう

【問い合わせ：健康推進課 ☎22-0179】

◇乳がん自己触診教室を実施します【再掲】

日時：令和3年11月26日(金)
午前10時30分から11時30分まで

場所：青葉ビル
対象：市内在住の女性
講師：岩手県対がん協会 保健師
内容：①乳がんについて、乳房自己触診法
②触診モデルを活用し、「しこり」を体感

定員：20名
申し込み期限：11月19日(金)
申込先：健康推進課 電話22-0179
※ 託児を設けます。希望する人は、申込みの際にお伝え下さい。

◇こども救急相談電話(岩手県医師会)のご案内

こどもの病気や事故への対処を看護師がアドバイスします。
日時 年中無休
相談電話 #8000(局番なし)
電話 019-605-9000

◇甲子応援センター保健師メモ◇ ～妊産婦の皆さんを応援します～

○県立釜石病院の分娩取り扱いが休止なったことから、妊産婦の皆さんへの支援策として次の通り助成することとしています。

<妊婦応援給付金>

対象：釜石市に住居登録のある妊婦で出産する方
給付額：1人当たり3万円
申請方法：母子健康手帳の交付に併せて給付申請を案内します

<妊産婦健康診査等アクセス支援助成金>

- ハイリスク妊産婦：上限10万円
 - ハイリスク以外の妊産婦：上限5万円
 - 釜石への里帰り妊産婦：上限5万円
- ※対象経費は「妊婦健診、産婦健診、分娩にかかる通院費、出産時期の宿泊費」
※出産後6か月以内に市健康推進課で手続きしてください
※申請には通院にかかるタクシー代、宿泊費の領収書が必要です(自家用車の場合は不要)



【問い合わせ：健康推進課妊産婦支援チーム ☎22-0179】

窓口からのお知らせ

▶11月末納期の市税等

◎国民健康保険税5期

【受付時間：8時30分～17時15分】

◎各使用料(水道等) 11月分



11月の公民館事業

☆西地区合同干し柿づくり体験交流会の開催について

季節の風物詩である干し柿づくりを体験しながら、他の地域の方々との交流を目的として、西地区(甲子、小佐野、中妻)の公民館合同で開催します。

参加を希望する方は甲子公民館まで申し込みをお願いします。

日時: 令和3年11月17日(水)9:30~11:30 予定
 会場: 甲子林業センター
 定員: 10名
 ※ 果物ナイフ又はピーラーをご持参願います。
 ※ 会場近隣の方はなるべく徒歩でご来場願います。

☆大橋おたっしや相談会☆

市税等の収納業務や保健師による健康相談・血圧測定などを行います。

日時: 11月25日(木) 9時~11時
 場所: 仙人インフォメーションセンター

☆デイサービス(ふれあい教室)☆

◇日時: 11月12日(金)10時~11時45分
 ※洞関、砂子渡、大松、唄貝、鍋倉、大洞地区でも開催しております。
 ※詳細は、釜石市ふれあい交流センター 清風園 (☎27-3555)

☆ゆう遊講座☆

心と身体を動かしましょう! 第2回身体を使ったゲーム教室

コロナ禍で外出する機会もめっきり減っていると思いますが、脳トレゲームで心と身体を動かしてみませんか!

日時: 11月9日(火) 10時~11時30分
 場所: 甲子公民館
 内容: 身体を使ったゲーム
 定員: 先着16名
 講師: 盛岡医療福祉スポーツ専門学校
 申込先: 甲子公民館

☆ゆったりウォーキング☆ <特別編>

三陸ジオパークウォーキング

三陸ジオパークのジオサイトである橋野鉄鉱山を、認定ガイドの説明を聞きながらゆっくり歩いてみませんか。今回は特別編として企画させていただきました。

日時: 11月19日(金)9時00分~12時00分
 ガイド: 三陸ジオパーク認定ガイド 藤原信孝さん
 定員: 15名
 <コース内容> 公民館→橋野鉄鉱山インフォメーションセンター→橋野鉄鉱山→公民館
 ※1 小雨決行となりますので、雨具をご用意願います。
 ※2 悪天候が予想される場合は、前日に判断し参加者の方々にご連絡いたします。

『お知らせ』

☆第28回「釜石市ふれあい福祉まつり」の開催について

日時: 令和3年11月27日(土)
 10:00~14:00
 会場: 釜石市民ホール(TETTO)
 ホールB・共通ロビー
 内容: ○まごころ物販ブース
 ○作品展示会
 ○ボランティア・福祉活動PR
 パネル
 問い合わせ: 第28回釜石市ふれあい福祉まつり 実行委員会
 ☎0193-22-2310

☆11月の「かっし健康講座」(10:00~12:00)情報☆

〇コロナ感染対策のため、全ての講座で申し込みが必要となります。お手数ですがご協力をお願いいたします。

〇ご来館前に、自宅での検温をお願いいたします。
 〇体調のすぐれない時は無理せず自宅で休みましょう。

- ◆いきいき健康教室 11月 2日(火)講師: 佐久間定樹先生
 11月16日(火)講師: //
- ◆ゆったりまったり運動 11月 5日(金)講師: 蓮見純子先生
- ◆健康講話とレク 11月11日(木)講師: 伊藤慶展先生
- ◆ストレッチ教室 11月26日(金)講師: 阿部直美先生
- ◆高齢者卓球教室 毎週金曜日 講師: 安久津吉延先生
 (旧大松小体育館)

申込先: 甲子公民館

第1回 西地区(甲子・小佐野・中妻)合同スポーツ交流大会が行われました!

10月7日(木)釜石市民球技場で西地区合同スポーツ交流大会が開催され、甲子公民館からは14名の方々が参加し、グラウンドゴルフ、スカットボール、輪投げの三種目で公民館対抗で競い合い、惜しくも2位となりましたが、全員怪我もなく楽しんでいただけたようです。

来年度の開催も予定されていることから、次は優勝を勝ち取りたいと思います!

