

第210号
令和8年2月発行
(毎月1回発行)

発行責任者：和賀利典
☎ 23-5524
☎ 21-3151

かっつまつ

2月

甲子地区生活応援センターだより
公民館だより

☆冬休み期間中に甲子地区内で行われた4行事を紹介します☆

- ①1月10日(土)に松倉町内会と甲子小学校PTA北・南松倉子供会主催による「松倉みずき団子祭り」が松倉コミュニティ消防センターで行われ子ども16人を含む45人が参加し伝統的な遊びで交流しました。
- ②1月12日(月)に大松町内会主催による「大松町内会みずきだんごまつり」が大松地区コミュニティ消防センターで行われ、子ども1人を含む18人が参加し、飾りつけの後小豆団子を食べて交流しました。
- ③1月18日(日)に大畑町内会主催による「大畑町内会みずきだんごまつり」が甲子林業センターで行われ、子ども2人を含む15人が参加し、ゲーム会ではポッチャを行い、お汁粉を食べ世代間交流しました。
- ④1月19日(月)にボランティア団体「さくらんぼの会」(岩鼻奈美子代表・会員10人)による「手作り紙芝居を読み聞かせする会」が甲子学童育成クラブで行われ、甲子小学校児童54人が紙芝居を楽しみました。



松倉参加者



大松参加者



大畑参加者



手作り紙芝居

◇「ペットを連れて避難してみましよう(実証テスト)」実施のお知らせ

市では、ペットを連れて避難した場合の対応を実証するため、臨時で避難所を開設し、飼い主さんと一緒に考える場を設けることになりました。ペット(犬・猫)を連れて、ぜひご参加ください。

日時：2月21日(土)10時～ ※サイレンや防災無線での案内はありません。

場所：甲子小学校 (ペットの居住スペースを設けます)

内容：ペットの受付、案内、ペットの様子確認、意見交換など

持ち物：ケージ、狂犬病予防接種済が確認できるもの、ペットシート、
うんち袋など、普段外出の際に準備するもの

問い合わせ：市生活環境課 ☎27-8453



◇甲子応援センター保健師メモ◇

～12月から3月は釜石市減塩取り組み強化期間です～

どうして減塩が必要かというと・・・

食塩(塩化ナトリウム)を大量にとる。⇒食塩濃度が高くなった血液を調整するため水分を補給する。⇒血液量が多くなる。⇒血管に対する圧力が高まる。

血管の圧力が高いままになると「**高血圧**」になります。

高血圧になると、心臓や脳など命にかかわる病気を引き起こしやすくなります。味を確認してからソースや醤油をつける、味付けにだし・酢・レモン・香辛料を活用するなど、減塩を意識してみましよう！



令和8年2月4日(水)シープラザ釜石での健康診査・肺がん検診・大腸がん検診を申し込んだ方は、今年度最後の健診になりますので、忘れずに受けましよう！

窓口からのお知らせ

▶ 2月末納期の市税等 【受付時間：8時30分～17時15分】

◎固定資産税4期

◎国民健康保険税8期

◎各使用料(水道等) 2月分



1～3月の公民館事業



☆1月のゆう遊講座の結果

健康であるためには、安全に美味しく食べるお口の健康が大切です。どんなことに気をつけて生活するか、歯の専門家からお話を聞きました。その後、創作漢字の読み方手遊び、人間知恵の輪などを16人が楽しみました。

日 時:1月8日(木)10時～11時30分
場 所:甲子公民館2階ホール

内 容:①小笠原裕子市歯科衛生士による歯のオーラルフレイル予防講座、②伊藤慶展先生の健康講話とレクリエーション



2月のゆう遊講座をお知らせします☆

寒い時期は屋外での運動が天候により左右されます。初心者でも気軽に楽しめるニュースポーツを体験してみませんか?地域のスポーツ推進委員が講師です。

○ニュースポーツ体験交流会

日 時:2月25日(水)10時～11時30分
場 所:甲子公民館2階ホール

申込先:甲子公民館 ☎23-5524

種目:①ポッチャ、②スカットボール、③輪投げ



☆洞関おたっしや相談会☆

健康相談や脳トレやレクリエーションを行います。

日時:2月18日(水)10時～11時30分
場所:洞関地区コミュニティ消防センター



☆大橋おたっしや相談会☆

市税等収納業務や健康相談・血圧測定を行います。

日時:2月26日(木)9時～10時30分
場所:仙人インフォメーションセンター

～地域のよりどころ～

☆「談話ルームかし」☆

ちょっとした気になることや、話したいこと、聞いてもらいたいことがある方は足を運んでみてはいかがでしょうか。甲子センター保健師が対応します。お気軽に利用下さい。

日時:2月9日(月)
13時30分から16時30分
場所:甲子公民館 1階図書室



☆3月のゆう遊講座☆ 火災のない町へ「防火ひろば」～

3/1～3/7は全国火災予防週間です。春先は風が強く火災が発生しますと大きな災害となる恐れがあります。

消火器の正しい使い方等を学び、いざという時に対応するための講座と体験会を開催します。今回の講座に併せて甲子公民館の消防訓練も行います。

日 時:3月4日(水)13時30分～14時30分(予定)
最初の30分は講座、後の30分は体験会・消防訓練
場 所:甲子公民館2階及び駐車場

講 師:釜石大槌地区行政事務組合・釜石消防署職員
申込・問合せ先:甲子公民館 ☎23-5524



☆2月の「かし健康講座」(10:00～12:00)情報☆

寒い時期だからこそ、運動を心がけ健康維持に努めましょう。新規の参加者も大歓迎です。

- ◆いきいき健康教室 2月 3日(火)講師:佐久間定樹先生
2月17日(火)講師: //
- ◆ストレッチ教室 2月27日(金)講師:阿部直美先生
※ストレッチ教室:バスタオルとタオルをご持参ください。
- ◆高齢者卓球教室 毎週水曜日 講師:安久津吉延先生
(旧大松小体育館) 申込先:甲子公民館 ☎23-5524

◆2月の釜石球技場での屋外運動教室はお休みします。3月から再開予定です。

☆令和7年中の収入等の申告をお願いします☆

◆2月9日から3月16日までの期間で市内各所で申告受付を行います。令和7年中の収入を申告していただき、市民税・県民税(住民税)の課税や国民健康保険税など、多くの公的な基礎資料となります。忘れずに申告しましょう。

◆甲子公民館で次の日時に申告受付します。
1日目2/13(金)、2日目2/16(月)、3日目2/17(火)
3日間とも9:00～11:30、13:00～15:00

◆詳細は、「広報かまいし」1月15日号に掲載
問合せ先:市税務課 ☎27-8481



☆水道管の凍結にご注意!☆

◆2月は寒さが厳しくなります。気温が「氷点下2度以下」になると、水道管の凍結や破損の可能性が高くなります。凍結を防ぐには、就寝前やお出かけ前の「水抜き」が大切です。

問合せ先:市水道事業所
☎23-5881

