

国民健康保険税

税率改正住民説明会

～令和2年度から税率が変わります～



国民健康保険の税率改正に向けた、改正内容の説明会を開催します。



＜日 時＞ 2月27日(木) 14:00～
(1時間程度を予定)

＜場 所＞ 平田集会所

説明会では、簡易早見表による概算見込税額の計算、質疑応答も予定しております。



説明会は、各地区でも開催されます。開催日時・場所・改正内容などの詳細は、2月1日号「広報かまいし」をご覧ください。

【問い合わせ】市市民課 国保年金係 ☎ 27-8450 まで

令和2年度（令和元年中の収入） 市・県民税申告受付（平田地区会場）

＜日 時＞ 3月2日(月)
【午前の部】 9:00～11:30
【午後の部】 13:00～16:00

注意

＜場 所＞ **平田集会所**

（開催場所に、ご注意ください！）



《市内全域対象受付》

～会場：シープラザ釜石 2階～

《日 時》 3月4日(水)～16日(月)
9:30～11:30 / 13:00～16:00

※ 7日(土)・14日(土)はお休みします。

シープラザ釜石会場は、大変込み合います。

出来るだけ最寄りの会場で申告をお願いします。



釜石市プレミアム付商品券 利用期限のお知らせ

注目!

プレミアム付商品券の利用期限は、
“3月15日(日)”です

期限までに商品券を利用できなかった場合、払戻や換金はできませんので、使い残しのないようご注意ください。

商品券を利用できる店舗には、のぼり旗やポスター、ステッカーを掲示しております。

商品券



2/4
(火)

《あったかサロン in 上平田》

～カーリンコンで楽しもう！～

★ 10:30～12:00 ★ 場所 **上平田集会所**
★ 動きやすい服装でお越しください♪
＜100歳体操終了後に開催します＞

2/7
(金)

《雑巾縫い女子会“感謝の会”》

☆☆ お食事を用意しております ☆☆

★ 10:00～12:00 **申込必要!**
これまで沢山の雑巾を作成していただき有難うございます。是非、ご参加ください♡

2/10
(月)

《Let's ハンドベル》

★ 10:00～12:00 **初心者大歓迎!**
★ 一緒に楽しみましょう ☺☺☺

2/14
(金)

《ソバ打ち》

★ 10:00～13:00 定員12名【先着順】
★ **申込必要!** 参加費 500円(材料代)
★ 持ち物 三角巾、エプロン、マスク

2/18
(火)

《あったかサロン》

★ 10:00～12:00 **参加賞をご用意!**
★ “カーリンコン大会”を開催!
★ **申込必要!**【2月14日(金)締切】
★ 動きやすい服装でお越しください♪



コミュニティ支援員 サロン事業

場所の記載がない事業は、

全て「平田集会所」が会場です。

【送迎が必要な方は、ご相談ください】



2/19
(水)

《かんたん 英会話》

★ 10:00～12:00
★ 講師 RWC2019推進本部 アシュリンさん

2/21
(金)

《HEITAシアター》

★ 13:30～15:30 “山下清物語 裸の大將放浪記”
日本中が笑った感動した(芦屋雁之助 主演映画)
裸の大將気ままな放浪ひとり旅

2/25
(火)

《“パンづくり”教室》

★ 13:30～16:30 定員 8名【先着順】
★ **申込必要!** 参加費 500円(材料代)
★ 持ち物 三角巾、エプロン、マスク

2/27
(木)

《フラワーアレンジメント》

★ 10:00～12:00
★ **申込必要!**【2月14日(金)締切】
★ 参加費 1,000円(材料代)

お花は、持ち帰りのみでもOK (カゴ代は+300円)



いきいき100歳体操



問い合わせや申し込みは、
当センター(☎ 26-7655)まで



団 体 名	日 時	会 場	備 考
<div><div><div>Fight!</div><div></div></div><div>四季の会</div></div>	毎週 木 曜日 10:00 ～ 12:00	県営平田アパート集会所	<div>どなたでも 参加できます！</div> <div></div> <div>「100歳体操」は 市全域で普及中！</div> <div></div>
<div><div>平田いきいき サークル</div></div>	毎週 金 曜日 10:30 ～ 12:00	ニュータウン集会所	
<div>「お楽しみサロン」は、2月12日(水) 10:00～13:00です♪</div>			
<div>平田なかよしクラブ</div>	毎週 木 曜日 10:00 ～ 11:00	平田集会所	
<div><div><div>NEW</div><div>→</div></div><div>青 空 ク ラ ブ</div></div>	毎週 火 曜日 10:00 ～ 12:00	上平田集会所	
<div><div><div>NEW</div><div>→</div></div><div>かもめの会</div></div>	毎週 水 曜日 13:30 ～ 15:30	尾崎白浜集会所	



自主活動グループ



名称	日時	会場
元気クラブ (卓球) 	毎週月曜日 13:00~15:00	平田集会所
 すみれ会 (卓球)	毎週水曜日 10:00~12:00	上平田集会所
チームA (卓球) 	毎週水曜日 18:00~20:00	平田集会所
平田どうもの会 (健康マージャン) 	毎週木曜日 10:30~15:00	平田公園クラブハウス
麻雀や3う 	2月16日(日) 9:00~16:00	平田集会所
 和っかの会 (体操・茶話会)	2月 5日(水) 2月19日(水) 10:00~12:00	県営平田アパート集会所
にこにこサロン (折り紙講座) 	2月13日(木) 10:00~12:00	平田集会所
 GoGoスマイル (体操教室)	2月14日(金) 2月28日(金) 10:00~11:30	平田集会所
 和みの書 (書道教室)	2月17日(月) 10:00~12:00	平田集会所
ヨガサークル 結 (ヨガ教室) 	2月21日(金) 10:00~11:30	平田集会所
 フレンド (男の料理教室)	2月26日(水) 10:00~13:00	平田集会所
 たんぽぽの会 (お茶っこサロン)	2月 休み→3月へ変更 4日(水) 13:30~	尾崎白浜集会所

“自主活動グループ会員”募集中！

自主活動グループでは、随時、会員を募集しております。問い合わせは、当センターまで♪

初心者
歓迎

～みんなで「減塩」に取り組もう！～

減塩取り組み強化期間！ 減塩

釜石市では、12月から3月までを
「減塩取り組み強化期間」としております。



岩手県は、脳卒中の死亡率が
全国でワースト1位です！

岩手県の中でも釜石市は、脳血管疾患の
年齢調整死亡率が高く、特にも男性は、
ダントツで高い状況にあります。



毎日の食生活を見直し、脳血管疾患
の予防に努めましょう！

まずは、「調味料」に気を付けて、「減塩」に取り組もう！

浜のかあちゃんバザー



昨年度に引き続き、第2回目として
「釜石湾漁協平田女性部」による
浜のかあちゃんバザーを開催します。

日 時 3月 8日(日) 10:00 ~ 14:00

場 所 平田集会所

バザーの収益金は
「海難遺児募金」等
に活用します。

漬け物、まな板、食器類、椅子、
衣類など、多数出品します。



バザーへ出品してもよい品物があれば、
当センターへご連絡をお願いします。



2月の運動教室



会場	日時	内容
ニュータウン集会所	2月 6日(木) 2月20日(木) 13:30~15:00	軽運動、脳トレ
上平田集会所	「料理教室」のため“お休み”です♪	
平田集会所	2月25日(火) 10:00~11:30	軽運動、脳トレ