

# 唐丹公民館だより

【編集・発行】釜石市立唐丹公民館(唐丹地区生活応援センター)

【発行責任者】唐丹公民館長 猪又 博史

【住所】〒026-0121釜石市唐丹町字小白浜50番地

【電話】0193-55-2111【FAX】0193-55-2112

平成31年  
5月1日号



## 田植え体験～お米を作ろう！～

みんなで田植えをしよう！

日程:5月26日(日) 9:00～12:00

内容:田植え ※荒天中止

場所:唐丹町川目の田んぼ

※公民館に8:40に集合で、現地まで送迎あり

※直接現地も可能です

持ち物:長靴・手袋など

参加ご希望の方は5/24までに

唐丹公民館までご連絡ください

協力:花巻農協釜石支店・農家組合・

営農組合・釜石・平田公民館

## 畑でお茶っこサロン

公民館農園で作業しながら、お茶っこ

しませんか!? ※雨天中止

日時:5月17日(金)

9:30～11:30

集合:唐丹公民館



持ち物:作業できるような格好

参加ご希望の方は5月15日までに

唐丹公民館までご連絡ください

## 唐丹スクラムメイト ～仏様のお話～

日時:5月15日(水) 10時～11時半

場所:唐丹公民館

内容:仏様の供養やお供え物に関する話

申込み:唐丹公民館又は唐丹スクラムメイト

(代表:上村さん)まで 5/10まで

## 健康相談会

①大石消防屯所

日時:5月9日(木) 10時～11時半

②唐丹公民館

日時:5月13日(月) 13時半～15時

## 5月は心や身体の 不調に要注意!

春は環境の変化や気温の高低差によって、心や身体が疲れやすい季節です。

心や身体を守るには・・・

①生活リズムを整える

起きる時間、寝る時間、食事の時間をなるべく同じになるようにしましょう。

②栄養バランスの良い食事をとる

ビタミン・ミネラルが豊富な野菜や果物が不足しないように心がけましょう。中でも旬のものを取り入れたメニューを食べる事で、栄養はもちろん、食べる楽しみも膨らみます。

③休養をとる

いつの間にか疲れが溜まる季節です。たまにはのんびりする時間をもうけ、プライベートも忙しくしすぎないよう気をつけましょう。

④体温調節をしっかりと

気候が不安定な春には、暑かったらすぐに脱ぎ、寒かったらさっと羽織れるものを備えておきましょう。

食欲がない、不安が頭から離れない、気分が落ち込む、最近何か変だなと、心や身体の不調を感じたら、唐丹公民館の保健師までご相談ください!

# 唐丹復興 第9回唐丹小・中学校運動会

唐丹小・中学校の運動会が開催されます。地域住民対象のプログラムもあります。皆さんの参加、応援をお願いします。

**日時: 5月18日(土)午前8時45分から**

雨天の場合は、翌日に順延

**場所: 唐丹小・中学校の校庭(小白浜)**

※学校の校庭が完成後、2回目の運動会です

※駐車場は小白浜漁港の購買部前付近です



## 唐丹地区のゴールデンウィーク期間中のごみ収集について

一般ごみ

①片川・山谷・荒川・大石地区

**4月29日(月)、5月6日(月)はお休み**

※**5月2日(木)、5月9日(木)**は、

**1世帯最大6袋収集します。**

②花露辺・本郷・小白浜

**5月3日(金)はお休み**

※**5月7日(火)**は、

**1世帯最大6袋収集します。**

資源物  
(ペットボトル以外)

①小白浜

※ 5月は第3、5水曜日の **5月15日(水)、29日(水)**になります。

②小白浜以外は変更ありません。

## 釜石市水道未普及地域対策事業補助金

水道未普及地域で飲用水確保困窮者が新規で飲用井戸の整備を行う場合に、整備に要する経費に対し補助金を交付します。

**【補助額】 補助対象経費の10分の10 上限100万円**

**【申請期限】 平成32年1月31日(金)**

※予算がなくなり次第終了します

※補助対象者の要件、交付対象経費、提出書類など詳しくはお問い合わせください

**【問い合わせ】市環境課(☎27-8453)**