

《編集・発行》

栗橋地区生活応援センター／栗橋公民館  
釜石市橋野町34-16-2  
TEL 57-2111／FAX 57-2108

《発行責任者》

栗澤 厚博（所長兼公民館長）

# みどり通信

令和2年9月15日号

第203号



## 公民館事業の お知らせです



### 鶉住居公民館・栗橋公民館合同開催



鶉住居地区の皆さんと  
交流しながら、あなただけの  
オリジナル陶器「スープカップ」  
を作ってみませんか。

日時:10月8日(木) 10時30分～12時

場所:鶉住居地区生活応援センター  
多目的室

参加費:2,000円

定員:3名

※講座後、焼き上がり次第お渡しします。

申し込み:9月28日(月)までに  
栗橋公民館へ(☎ 57-2111)



### 「みんなの輪交流会」 卓球バレー参加者募集



みんなで卓球台を囲み、交流を深めながら  
健康維持を図りましょう。

日時:10月9日(金) 13時30分～15時30分

場所:橋野ふれあいセンター 多目的ホール

定員:15人(先着順)

講師:佐藤 千依さん

申し込み:10月2日(金)までに  
栗橋公民館へ(☎ 57-2111)



### 「防災について学ぼう」 防災講座参加者募集



洪水、土砂崩れなどの災害に  
備えて防災対策、避難行動の注意点を学び、  
防災への理解を深めましょう。

日時:10月16日(金) 10時～11時30分

場所:栗橋地区基幹集落センター

講師:釜石市防災危機管理課職員

申し込み:10月9日(金)までに  
栗橋公民館へ(☎ 57-2111)



※新型コロナウイルス感染拡大防止  
のため、マスクの着用と自宅で事前に  
検温、手指消毒の感染予防対策に  
ご協力願います。

なお、感染状況により、急遽開催を中止することが  
ありますので、ご了承ください。



## 全国一斉国勢調査にご協力ください

5年ごとに実施される国勢調査が始まります。

9月中旬から9月30日までの間、調査員が  
各世帯を訪問し調査票などの関係書類を  
配布します。



調査基準日…令和2年10月1日(木)

※調査員は検温やマスク着用などの感染症対策を行って  
います。また、身分証となる「国勢調査員証」を身に付けて  
いますのでご確認ください。

問い合わせ…国勢調査釜石市実施本部(☎22-0123)

## 市税等納期 のお知らせ



9月は、  
国民健康保険税第3期、  
使用料等9月分の納期です。

【納付期限:9月30日(水)】

忘れずに納付しましょう。



## 胃がん検診追加申し込みを受け付けます



10月5日(月)～10月16日(金)まで 8時30分～17時15分(土・日を除く)  
市健康推進課(☎ 22-0179)へ電話で申し込み  
※氏名、生年月日、受検票が確実に届く住所、電話番号をお伝えください。



対 象:40歳以上の人(令和3年3月31日時点)  
検査内容:胃部レントゲン撮影(バリウム検査)  
検診料:2,000円

## 台風シーズン到来 早めの避難行動を



近年は、短時間に狭い範囲で非常に激しく降る雨が頻発しています。山間部に位置する当地域では、崖崩れや土石流、川の氾濫などが発生しやすいため注意が必要です。

- ①避難準備・高齢者等避難開始の放送があったときは、いつでも避難できるよう準備しましょう。高齢者など避難に時間を要する家庭では自主的に避難を開始しましょう。
- ②避難勧告・避難指示があったときは、安全なルートで避難所にすぐに避難しましょう。川の氾濫や土砂災害は一気に起こるため、避難が遅れると命にかかわります。
- ③避難が遅れ、避難所までの移動が危険なときは自宅の2階に移動するなど **少しでも命の助かる可能性が高い行動をとりましょう。**



## 食生活改善推進員・ 食育アドバイザー養成講座



市は、食を通じた健康づくりを推進する「食生活改善推進員・食育アドバイザー」の養成講座を開催します。

講座修了者は食生活改善推進員協議会の一員となり「食」を通じた健康づくり活動のサポートを行います。



期 日…【全6回】10月7日(水)、20日(火)  
11月4日(水)、17日(火)、26日(木)  
12月1日(火)

時間…10時～12時

場所…保健福祉センター(大渡町)

内容…減塩などの講義、調理実習

定員…10人(参加費無料)

申込期限…9月30日(水)

申し込み…市健康推進課(☎ 22-0179)



10月 栗林地区

健康相談

10月14日(水)10時

☆栗林地区コミュニティ  
消防センター

橋野地区健康相談は  
10月16日(金)10時～  
もの忘れ相談会と  
同時開催します!



## 認知症予防講話ともの忘れに関する相談会

身近な人の中に、こんな気になることはありませんか?

- 同じ話を何度もする
- もの忘れやしまい忘れが増えた…



【日 時】10月16日(金) 10時～11時

【場 所】橋野ふれあいセンター

【内 容】①認知症予防についての講話

②パソコンを使った簡単なもの忘れチェック

③もの忘れに関する個別相談

【申込み・問い合わせ先】

釜石市地域包括支援センター(☎ 22-2620)

栗橋地区生活応援センター(☎ 57-2111)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、体温測定・マスクの着用・手指消毒の感染予防対策にご協力願います。



※感染状況により、急遽開催を中止することがありますので、ご了承ください。

各健康教室、健康相談等の申込み・お問い合わせは

栗橋地区生活応援センター／栗橋公民館 TEL:57-2111/54-5004へ