

7月



釜石地区生活応援センターだより

青葉タイムズ

令和3年7月15日号

【発行責任者】

釜石地区生活応援センター所長 小原圭子

釜石市大町3-8-3(青葉ビル1階)

TEL: 22-0180 FAX: 22-6002

『釜石地区生活応援センター・釜石公民館事業 参加者募集中です!』

お問い合わせ・お申し込みは ☎ 22-0180 ※受付時間は、午前9時～午後5時です。



～新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ご協力をよろしくお願いします～



「新しい生活様式」を習慣に!

やめよう“差別”! 取り組もう“新しい生活様式”! 冷静な対応と、思いやりのある行動を!

[注意] 各種事業等は、いずれも、新型コロナウイルス感染状況により、**中止**又は**延期**する場合があります。



近隣住民の皆さん
一緒に体を動かしてみませんか?

GO!
GO!

ラジオ体操

日 時: 毎月第1・3木曜日 朝9:00から!

場 所: はまぎく公園 ★★★★★★★★
(県営松原アパート1号棟の裏 [北側すぐの公園])

お気軽にご参加ください

健康チャレンジポイント対象事業です♪

(健康チャレンジカードをお持ちの方は、ご持参ください。)

雨天・荒天は“中止”



釜石公民館 みなとかまいし歴史講座

三陸ジオパーク Sanriku Geopark

ジオサイトめぐり in 釜石鉱山 (大橋)



雨天決行

「荒天」中止



● 日 時: 7月30日(金)《集合時間 8:50》

[青葉ビル前] 9:00出発 / 12:00到着(予定)

● コース: 釜石鉱山と周辺(旧釜石鉱山事務所を含む)

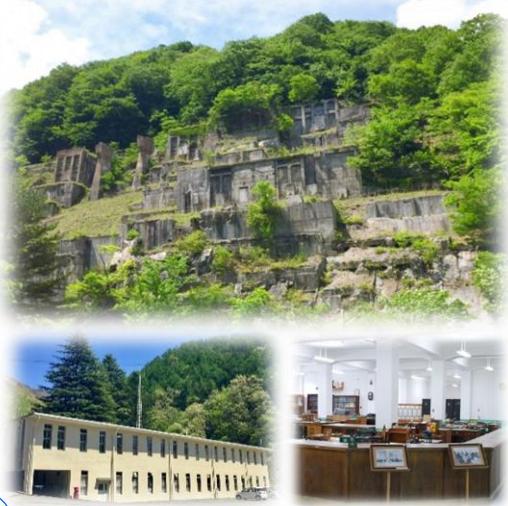
※ 詳細なコースは、当日の天候により決定します。

※ 帰路に「道の駅 釜石仙人峠」へ立ち寄ります。

● 講 師: 釜石観光ガイド会(三陸ジオパーク認定ガイド)

● 定 員: 20名【先着順】申込みが必要です。

● 参加費: 250円(旧釜石鉱山事務所入館料/一般)



ジオパークとは?

「地球・大地(Geo)」と「公園(Park)」とを組み合わせた言葉で、「大地の公園」を意味し、地球(Geo)を学び、丸ごと楽しめる場所です。

★ ジオサイトは、ジオパークの見どころとして指定された場所です ★

現地までは、バスで移動します。
当日は、動きやすい服装で!
(天候により、雨具の持参も♪)

共催: 釜石観光物産協会



熱中症に注意しましよう!!



熱中症は、気温などの環境条件だけでなく、体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。

気温がそれほど高くない日でも、湿度が高く、風が弱い日や、体が暑さに慣れていない時は注意が必要です。



《熱中症の予防法》

- * 水分をこまめにとる。
- * 日傘、帽子、涼しい服装をする。
- * 暑いときは無理をしない。
- * こまめに休憩をとる。

汗をかいたときは、
「塩分補給」も忘れずに♪



大腸がん検診のお知らせ ～追加申込みを受け付けます～

【申込期間】7月19日(月)～8月13日(金)
8:30～17:15(土・日・祝日を除く)



【申込方法(問い合わせを含む)]
市健康推進課へ、
お電話で申込みください。
(☎ 22-0179)



がん検診

鈴子広場 リニューアル工事実施中!!

市は鈴子広場を広域性に特化し、子どもから大人まで多くの皆さんのが集まる「まちなかの遊び場」として整備をしています。

整備期間中は、広場の使用と立ち入りは出来ません。[令和4年3月末まで(予定)]



問い合わせ先 市都市計画課 ☎ 27-8435

《プレミアム付き食事券・共通商品券》

“かまいしエール券”販売中！

7,000円分を

5,000円で販売中！

プレミアム率
40%



1冊500円券×14枚
(食事券4枚+共通商品券10枚)

● 購入上限 1人2冊まで
(代理購入可/上限5人分/重複購入不可)

● 使用期限 12月31日まで 売り切れ次第終了

注意 購入時は、購入者の身分証が必要です！

問い合わせ先 市商工観光課 ☎ 27-8421
または 釜石観光物産協会 ☎ 27-8172

ばしょまえ農園 (青葉ビル前の畑)

6月17日
子ども達が
さつま芋の苗
を植えました！



♪相談会・教室・地区サロン 7月15日～8月25日の予定♪



健幸 サポート相談会 あなたの健幸応援します♪	釜石公民館 (青葉ビル)	体組成測定が出来ます♪(内臓脂肪、筋肉量、推定骨量などの測定) 8月23日(月)13:00～17:00 8月24日(火) 9:00～17:00 8月25日(水) 9:00～12:00	事前申込みが必要です [相談は、一人1時間程度] お気軽に申込みください♪
AOBA 花 体操教室	釜石公民館 (青葉ビル)	7月16日(金)10:00～11:30 8月 6日(金)10:00～11:30	[持ち物] 飲み物、上靴、タオル
よったんせ	釜石公民館 (青葉ビル)	7月20日(火)13:30～15:00 8月17日(火)13:30～15:00	青い空の会 (地域サロン)
大平運動教室	大平集会所	8月は お休みします。	🐸
のぞみサロン	望洋ヶ丘集会所	7月16日(金)13:30～15:00 8月は お休みします。	高橋さんの歌の会 ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥
東前・尾崎健康教室	東前集会所	毎週木曜日 13:30～15:00	100歳体操
はまさろん	浜町集会所	7月30日(金)13:30～15:00	佐久間先生 の体操
お茶っこうれいし	嬉石集会所	7月16日(金)13:30～15:00 8月は お休みします。	脳トレ 🧠