

10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 10 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。

釜石公民館 いきいき広場

青葉シアター

《上映作品》 ★★★★★★

タイマグラばあちゃん

「極楽だあ・・・」 (長編記録映画)

早池峰の山ふところに抱かれた
ばあちゃんとじいちゃんの日々
15年間のいのちの記録

入場無料

❁ 日 時：10月29日(金)
13:30～15:30

❁ 場 所：青葉ビル 研修室

第20回 フライブルグ国際映画祭(スイス)
最優秀ドキュメンタリー賞受賞

第13回 サルデーニャ国際民族誌映画祭(イタリア)
最優秀映画賞受賞

申込不要です！
お気軽にご参加ください！

Presented by みやこ映画生活協同組合

釜石公民館 いきいき広場

紅葉ウォーキング

動きやすい服装でお越しください！

【持ち物】飲み物・タオル・帽子・手袋・雨具など

申込不要

荒天時は11月9日(火)に延期 [同時間]

小雨決行

❁ 日 時：11月2日(火)
9:30～12:00
(準備運動後 10:00頃に出発)

❁ コース：青葉ビル ⇄ 烏ヶ澤トンネル
(県道水海大渡線 / 予定)

❁ 講 師：健康運動実践指導者
蓮見 純子さん

釜石公民館 いきいき広場

うたとピアノによる

青葉コンサート

入場無料

❁ 日 時：11月13日(土) **申込不要**
10:30～11:20

❁ 場 所：青葉ビル(オープンスペース)

❁ 曲 目：浜辺の歌、翼をください
ショパン／ノクターン… ほか



盛岡と二戸の音楽家が
楽しい時間をお届けします♪

阿部 夕季恵さん (ピアノ)
谷地 晶子さん (声楽/アルト)

共催：(公財)音楽の力による復興センター・東北 / 協力：(一社)榎音
令和3年度岩手県被災者の参画による心の復興事業補助金を受けて実施します。

青葉ビルは、“全館” ★お知らせ★
通常どりの時間“開館”しております。

《使用条件は、これまでどおり変更はありません》
★ 使用は2時間以内 ★ マスク着用 ★ 食事は不可
★ 入館前に手指消毒・検温 ★ 健康チェック表の記入
★ 3密(密閉・密集・密接)回避などを お願いします。
出入口は、引き続き「正面玄関(青葉通り側)」のみです。

告知 **おらほの民話** 
漁火の会 による
おらほ弁で語る ふるさとの **昔話**
11月17日(水) 14:00～(予定)
 (詳細は、次号の「青葉タイムズ」
[11月15日発行]に掲載します。)

“インフルエンザ予防接種”を忘れずに♪
～接種費用及び費用の一部助成のお知らせ～

《助成期間 10月11日(月)～12月17日(金)》

- ★ 高齢者の接種費用(自己負担額)は **2,000円**
→ 対象者には **10月上旬に案内書類を郵送済み**
- ★ 小児は、接種1回当たり **2,000円**を助成
詳細は、広報かまいし(9月15日号)をご覧ください。



乳がん自己触診教室

- ★ 日時: **11月26日(金)**
10:30～11:30
- ★ 場所: 青葉ビル(研修室)
- ★ 講師: 岩手県対がん協会 保健師
- ★ 内容: 自己触診法・しこり体験 など
- ★ 定員: **20名**(託児あり)



申込みはお電話で♪

問い合わせ先(共通)/自己触診教室申込み先 市健康推進課 ☎ **22-0179** (申込期限 11月19日)

釜石の“美味しいモノ”が大集結!



かまいし
軽トラ市

「軽トラ市」は、6月から11月までの期間、
月1回 **日曜日**に開催しております♪

10月
24日

11月
14日



場所: **市民ホール TETTO 前広場**
時間: **9:00～11:00**

問い合わせ先 市水産農林課 ☎ **27-8426**



あなたの「健幸」応援します♪

健幸サポート相談会 

一緒に健康づくりの1歩を踏み出しませんか?



《会場は、全て“青葉ビル”です》



《完全予約制(事前申込)/一人45分程度の面談》

10月

18日(月) 13:00～17:00
19日(火) 9:00～17:00
20日(水) 9:00～12:00

面談日時に空きがあります。お気軽に申込みください♪



当日は、**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)

問い合わせ・申込み先

釜石地区生活応援センター ☎ **22-0180**



♪ 相談会・教室・地区サロン 10月15日～11月19日の予定 ♪



AOBA 🌸 体操教室	釜石公民館 (青葉ビル)	10月15日(金)10:00～11:30 11月5日(金)・19日(金) 同時間	[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)	10月19日(火)13:30～15:00 11月16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	11月 9日(火)10:00～11:30	佐久間先生 の体操 
のぞみサロン	望洋ヶ丘集会所	10月15日(金)13:30～15:00 11月19日(金)13:30～15:00	レクリエーション 高橋さんとの雑談会
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	10月29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	11月12日(金)13:30～15:00	脳トレ体操 (社会福祉協議会) 