

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 千菅 英理子

【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

令和5年度 第10号

令和6年1月1日発行

新年あけましておめでとうございます

昨年中は、唐丹地区生活応援センター及び唐丹公民館事業に対して、ご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございました。

今年も、より良い地域づくりを目指し、また、みなさまに必要とされる生活応援センター・公民館となるように、職員で力を合せて取り組んでまいります。明るい話題がたくさんある令和6年になるといいですね。

本年もどうぞよろしくお申し込み申し上げます。

職員一同



お食事交流会「みずき団子づくりの会」

小正月行事、みずき団子づくりにご参加ください！

【日時】1月12日(金)10:00~13:00

【会場】唐丹公民館 【参加費】300円

【内容】10:00~ みずき団子と食事づくり

12:00~ お食事会

【申込み】10日(水)お昼までに公民館へ

☎ 55-2111



※ インフルエンザ等、感染拡大の場合は、内容の変更、中止する場合がございます。ご了承ください。

【唐丹小・中 保護者の皆様へ】

三世代交流の場として土曜日の開催を検討するため、アンケートを実施しました。

〈結果〉18人から回答がありました。

①親子で参加できる - 2人

③親子とも参加が難しい 16人

土曜日は、多くの方が参加が難しいことがわかり、例年どおりに開催する事といたします。

短期間にご回答、ご協力ありがとうございました。今後も、三世代交流事業について検討してまいります！

第37回 釜石市民劇場「栗林村 夕工の物語」前売り券申込ご案内

今回は、天明飢餓事変「栗林村 夕工の物語」を上演します。お得な前売り券をご用意いたしました。事前申込書を公民館へ提出の上、当日会場に引き換え券と代金をお持ちいただければ、前売り券の料金で入場できます。

公演日時 2月23日(金・祝) 10:30開演 / 14:30開演

前売り券：高校生以上 1,000円(当日は1,300円)、小・中学生 500円、幼児 無料

主催：釜石市民劇場実行委員会 後援(予定)：釜石市教育委員会・釜石芸術文化協会

お問合せ：釜石市民劇場実行委員会 090-7798-2307(久保さん)



~ツキノワグマにご注意ください~

市内では、田畑や民家の庭先などにある柿の木に、ツキノワグマが登って実を食べ、枝を折り、周辺にフンをしていくなど目撃情報が非常に多くありました。冬となった現在も、目撃情報があります。油断は禁物です！

○クマを寄せ付けなために

・早期の摘み取りや電気柵の設置

など対策を取りましょう。

・実を利用していない場合

は、伐採を検討しましょう。

○クマを目撃、クマが来ている痕跡を見たら

水産農林課林業振興係へご連絡下さい。

〈連絡先〉平日8:30~17:15

☎ 27-8426

上記以外の時間帯の平日、土日祝日

☎ 22-2111

注意



年末年始 生活情報

◆ 南部コミュニティバス 運休 **12月30日(土)~1月3日(水)**

◆ 一般ごみの収集 … 月・木地区(大石・荒川・片川・山谷) ⇒ **休み 1月1日(月)**

火・金地区(小白浜・本郷・大管根・花露辺) ⇒ 休み 1月2日(火)

◆ 唐丹公民館(唐丹地区生活応援センター) 休館 **12月29日(金)~1月3日(水)**



※公民館休館中に、公民館へ緊急の用事がある場合は、市役所22-2111へご連絡下さい

唐丹は市内4位！更に3gの減塩を目指そう

今年の特典健診の結果、唐丹地区の平均塩分摂取量が**9.02g**と分かりました。
《**減塩** 昨年の市内ワースト2位、**9.55g**から改善！》

目標量	男性	7.5g
	女性	6.5g
	高血圧治療の方	6g

塩分の取り過ぎは、
高血圧→動脈硬化→
脳卒中へつながります

ラーメン かけそば



塩分7.1g

塩分5g

スープや汁を残すと
半分以上減塩できます

できることからコツコツと😊

もうすぐ終了！健康チャレンジポイント

特典交換期限《**令和6年1月31日(水)**》

30ポイントの満点特典として、アンケートにお答え
いただくことで、1,000円分商品券を贈呈します！



※ポイント付与は**12月31日**で終了しています

**12月から3月は、
釜石市
減塩取り組み
強化月間です。**



**水道管の凍結に
ご注意ください**

日中の最高気温がマイナス
になると水道管が凍結
するおそれがあります。
水抜きを行い、凍結を
防止しましょう。

融雪剤の配布について

凍結した道路等に散布する融雪剤を配布します。
唐丹公民館(55-2111)へ連絡の上、受け取りに
来て下さい。

※在庫に限りがありますので、配布数
は当方で決めさせていただきます。
個人的な利用はご遠慮下さい。



ニュースポーツ体験会 in 唐丹

卓球バレー・ポッチャ・スカットボールなどで、身体
を動かしませんか？初めてのの方も、いつもやってい
る方も、ご参加ください！

申込は不要です。当日お越しください。

【日時】**1月30日(火)13:30~15:00**

【会場】唐丹公民館 すぼこん佐久間先生が指導します



認知症サポーター・ステップアップ講座

唐丹町では、認知症サポーター養成講座を平成18
年から9回開催し、223人のみなさまが受講しまし
た。助け合い、見守り合いが出来ている唐丹地区が
更に安心安全なまちを目指して、今回は、認知症サ
ポーター・ステップアップ講座を開催いたします！
ご参加ください。

【開催日】**第1回 1月23日(火)14:00~16:00**

【会場】唐丹公民館

【内容】講演「チームオレンジ」への道のり(仮題)

講師 矢巾町地域包括支援センター 罇沢陽香さん

◇ 第2回目は2月6日(火)を予定しております。

◇ 養成講座を受けていない方も受講できます

(後から受講機会を設けます) 問合せ：公民館へ

公民館日記



12/4(月)
地域会議と山谷町内会
枯葉清掃



12/15(金) クリスマス会
& 忘年会 お食事交流会
39人が参加しました
「とうじのカルタ」楽しみました。



12/14 児童館《学童育成クラブ》からプレゼントいただきました



1月16日(火)午後 落語会開催予定

近くなりましたら、

公民館前のポスターをご確認下さい。