

公民館だより 4 年 7 月号

うのとり



〒026-0301 釜石市鶴住居町 2 丁目 901 番地
 電話 28-2470 / FAX 28-2127
 鶴住居公民館・鶴住居地区生活応援センター
 発行責任者(館長・所長) 松下隆一

あつもり×ふるさと探訪 鉄の街釜石再発見!

今回は『あつまれ! 鶴住居の杜』(通称: あつもり) と同時開催です。今回はバスに乗って勉強します。

- ◎日 時: 7 月 28 日(木) 9:30~14:35
- ◎集合場所: 鶴住居公民館
- ◎定 員: 20 名 ※先着順
- ◎参加費: 1,500 円(昼食代と各入館料)
- ◎持ち物: 各自必要な物(飲み物、酔い止め薬等) 参加費 1,500 円
- ◎申込期間: 7 月 19 日(火)~22 日(金)
- ◎申 込: 鶴住居公民館(☎28-2470)
- ◎その他: 公平性を保つため、申込は本人からのみの受付とします。



- 9:30 鶴住居公民館集合
- 9:50 釜石市郷土資料館見学
- 11:30 昼食(魚河岸テラス『ヒカリ食堂』)
- 13:00 釜石市立鉄の歴史館見学
- 14:35 鶴住居公民館着・解散

市内公民館交流事業 すまいるウォーキング

6 月 30 日に試験的にウォーキング事業を開催しましたが、参加した皆様の声により継続して行うこととなり、正式な事業として 7 月 7 日に 1 回目のウォーキング行いました。今回は栗橋公民館と合同で行いますので皆様の参加をお待ちしております。



- ◎開催日: 8 月 4 日(木)(雨天中止)
- ◎集合時間: 9:30 鶴住居公民館→9:45 出発
- ◎定 員: 10 人(先着順)
- ◎持ち物: 飲み物、タオル。歩きやすい服装で参加ください。
- ◎コース: 橋野横内方面
- ◎申 込: 鶴住居公民館(☎28-2470)

釜石東中学校夏休み学習支援サポート

- ◎日 時: 7 月 25 日(月)、8 月 2 日(火)、8 月 3 日(水) 13:00~15:00
 ※人数により時間調整し、最大 17 時まで延長
- ◎場 所: 鶴住居公民館
- ◎講 師: (一社) 子どものエンパワメント いわてのみなさん
- ◎問合せ: 鶴住居公民館 (☎28-2470)



わんぱく子ども教室 ~アロマワックスバー作り~

夏休みの工作にお悩みの方への朗報です! 灯をともしないキャンドル『アロマワックスバー』を作りませんか?



- ◎日 時: 8 月 9 日(火) 10:00~12:00
- ◎場 所: 鶴住居公民館
- ◎講 師: 公民館職員 (参考※試作です)
- ◎定 員: 10 人(未就学児は保護者同伴)
- ◎参加費: 300 円(材料費として)
- ◎持ち物: 筆記用具、飲み物、袋、参加費
- ◎問合せ: 鶴住居公民館(☎28-2470)

チームオレンジ・はまぼうふう結成



7 月 6 日「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」を目指し、認知症サポーター養成講座等を受講した 31 人で結成し、チームとしての認知症支援活動を開始しました。



保健事業・公民館事業 : 7/15 ~ 8/14 の予定

あつまれ！鶴住居の杜 (通称：あつもり) ※詳細は表面、事前申込制	多目的室	7月28日(木) 9:30~14:35	内容：ふるさと探訪 参加費：1,500円 申込：7月19日(火)~22日(金)
男の手料理教室 ※事前申込制 ~プロが教えるDIY教室~		8月3日(水) 10:00~12:00	持ち物：飲み物、参加費 参加費：300円 申込締切：7月27日(水)
おさんぽの会(長内集会所)	ひまわり会(鶴住居1号棟)	すまいるウォーキング	
毎週火曜日9:30~10:30	7月29日(金) 10:00~12:00	8月4日(木) 9:30 公民館集合	

ともすカフェ

- ◎日時：7月21日(木)10:00~11:30
- ◎場所：鶴住居公民館
- ◎参加費：100円(お茶代)

「かまいし軽トラ市」・ 「うのすまイトモス朝市」

- 釜石東中学校による『東中ソーラン』、かまいしシーウェイブスによるラグビー体験もあります。
- ◎日時：7月24日(日)9:00~12:00
 - ◎場所：うのすまイトモス前

社交ダンスパーティー

当館登録サークル『社交ダンスを楽しむ会』が主催する社交ダンスパーティーを開催します。



- ◎日時：8月7日(日)14:00~
- ◎場所：鶴住居公民館
- ◎問合せ：社交ダンスを楽しむ会
佐藤様 (☎080-1846-8953)

(LINE版)健康チャレンジポイントを 参加されている方へ ウォーキングスポット追加

新たに各地区生活応援センターをウォーキングスポットとし、ポイント対象とします。ウォーキングをして、各地区生活応援センターを訪れ、スマートフォンでQRコードを読み取ると、「市公式LINE」のショップカードに健康チャレンジポイントがたまります。

乳がん検診の追加申込

- ◎対象：40歳以上の女性(令和5年3月31日時点)
- ◎検査料：50歳以上2,500円 49歳以下3,000円
- ◎申込期間：7月19日(火)~8月19日(金)
- ◎申込方法：市健康推進課(☎22-0179)へ電話申込※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。
- ◎その他：昨年度乳がん検診を受診された方は、対象外です。

【鶴住居地区の日程】

8月8日(月) 鶴住居公民館(午後のみ)
※受付時間 13:00~14:30

大陽がん検診の追加申込

- ◎対象：40歳以上の人(令和5年3月31日時点)
- ◎検査料：1,000円
- ◎申込締切：8月19日(金)
- ◎申込方法：市健康推進課(☎22-0179)へ電話申込※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。

【鶴住居地区の日程】

- ・8月4日(木) 鶴住居公民館(午前・午後)
- ・8月22日(月) 鶴住居公民館(午後のみ)
- ・8月23日(火) 長内集会所(午後のみ)
- ※受付時間 9:00~11:00/13:00~14:30

- ◎基準：概ね6,000歩以上(当日もしくは前日のいずれか1日分)
- ◎ポイント数：1ポイント
- ◎獲得方法：各地区生活応援センター窓口で、歩数を申告できるものを職員に提示し獲得できます。(平日のみ対応)