



釜石地区生活応援センターだより

# 青葉タイムズ

令和 4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 奥村 謙治

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・平田・唐丹公民館  
三館合同事業

## 五葉山登山

＊ 日 時：7月30日(土)

7:30 [市役所車庫前出発] ～ 16:00 (市役所車庫前到着予定)

赤坂峠コース 《登山開始 8:30 / 登山終了 15:00》

＊ 定 員：15名程度 [申込制 / 先着順 / 定員は釜石公民館枠]

(現地までは、中型バスで移動します。 申込締切日：7月26日(火))

バスには、平田公民館の参加者も乗車します♪

＊ 持ち物：昼食・飲み物・雨具・行動食 など

＊ 協 力：釜石山岳協会

参加無料

現地集合も可能です!!

みんなで真夏の五葉山を登ろう!!



申込みは、釜石地区生活応援センターまで  
電話(☎ 22-0180)で申込みください♡



釜石公民館 わんぱく広場・いきいき広場

## 釜石港見学会

ギネス世界記録認定

“釜石港湾口防波堤”  
を見に行こう!

注意 見学は、「乗船」して行います♪

参加  
無料

＊ 日 時：8月4日(木)

★ 子ども向け 10:00～11:00

★ 一般向け 11:00～12:00

《いずれも10分前に集合をお願いします。》

＊ 定 員：各回10名 [申込制 / 先着順]

⚠ 小学5年生未満の子どもの参加は 保護者同伴必須!!

＊ 集合場所 受付開始日：7月15日(金)

陸中海岸グランドホテル前の船着場付近

船の乗降時・航海中の船内は、非常に不安定のため、  
足腰に不安がある方(杖歩行など)は、ご遠慮願います。

★★ 荒天時・荒海時は「中止」します★★



協力：国土交通省東北地方整備局釜石港湾事務所

申込みは、釜石地区生活応援センターまで  
電話(☎ 22-0180)で申込みください♡



# 熱中症に注意

# しましょう



## 《 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♪

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。

## 女子ラグビー日本代表国内開催テストマッチ JAPAN RUGBY CHALLENGE SERIES 2022

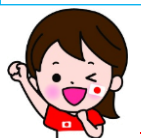
女子日本代表 vs 女子南アフリカ代表  
会場：釜石鶴住居復興スタジアム

日時 7月24日(日曜日)

14:45 キックオフ!



チケット販売 前売チケットは「インターネット」のみ



★ JAPAN RUGBY SAKURA CLUB

★ TICKET RUGBY ★ チケットぴあ

☆ 当日券は「会場」で販売(予定) ☆

**注意** 当日券の販売は、新型コロナの感染状況や社会情勢の変化により、運用が変更になることがあります。前売販売で予定数に達した場合、当日券は販売しません。JAPAN



詳細は、広報かまいし(7月15日号)に掲載中!

問合せ先 市スポーツ推進課 ☎ 27-5712

同日 9時~12時 [うのすまい・トモス広場]

「うのすまい・トモス朝市withひとつの街」開催!

《《《 釜石軽トラ市(11時終了)も同時開催 《《《》》》》

## みなとかまいし地区会議 活動報告



〈 主要地方道釜石港線沿い 〉  
花壇などへ花植えを実施



6月3日(金)・4日(土)・5日(日)の三日間、「まちの元気を発進する活動」の一環として、鈴子町内会・大渡町内会・大町町内会・只越町内会の区間にある花壇への花植えや、花植えをしたプランターを青葉通り緑地帯(南側)へ設置しました。

ご協力をいただきました  
皆さま ありがとうございます。



## 教室・地区サロン 7月15日~8月19日の予定

AOBA 🌸 体操教室	釜石公民館 (青葉ビル)	7月15日(金) 10:00~11:30 8月は 5日(金)と19日(金)です ♪	[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19日(火) 13:30~15:00 8月12日(金) 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 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	7月15日(金) 13:30~15:00 8月は お休みします。	★ スカットボール ★ ♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡
東前健康教室	東前集会所	毎週 木曜日 13:30~15:00	100歳体操 Fight!!
お茶っこうれいし	嬉石地区集会所	8月12日(金)は お休みします。	🐱💤💤💤
松原くらぶ	松原コミュニティ 消防センター	毎週 土曜日 10:00~11:00	100歳体操 🍀