

### 公民館まつりを開催します！

今年の公民館まつりは『作品展示』併せて『リラクゼーションサロン』を開催します。作品展示を鑑賞し、身体の疲れをほぐしませんか？お気軽にお立ち寄りください！

《作品展示》

【期間】 10月31日(火)～11月2日(木)  
9時～17時(31日は13時から)

【場所】 平田集会所

【作品出品締切】 25日(水)まで

♪皆さまの出品、お待ちしております！ご連絡ください！

📍こども園、平田小、大平中等の作品も展示予定です！

《リラクゼーションサロン》※男女問わず体験できます

【日時】 10月31日(火)・11月1日(水)  
13時30分～15時30分

【場所】 平田集会所 1階 小会議室【参加費】 300円～

【持ち物】 タオル2枚、参加費

【講師】 フットケアサークルパナケイア 末永さん、高澤さん



### 釜石祥雲支援学校 ～学習発表会～

平田に移転してきて約1年。これまでの学習の成果を発表します。

本校児童生徒保護者に加え、今年度は平田地区の皆さんだけに御案内いたします。

参加については申込制となります。ご希望の方は下記に申込みください。

【日時】 11月3日(金・祝)

8時45分～12時30分

【場所】 釜石祥雲支援学校

(県営平田災害公営住宅の隣です)

【内容】 9時～11時25分 ステージ発表  
11時35分～12時30分

作業製品販売  
PTAバザー

8時45分～12時30分 作品展示

【申込】 0193-26-6020(佐藤副校長)

10月25日(水)まで



### 第6回『平田メンズクラブ』

#### ～そば打ち体験

【日時】 10月20日(金)10時～13時

【場所】 平田集会所

【参加費】 500円

【持ち物】 エプロン、三角巾、参加費

【講師】 唐丹地区生活応援センター 菊地 秀明さん

【申込】 13日(金)まで

※アレルギーの有無を必ずお話ください



### コミュニティ支援員 サロン事業

#### 《親子で遊ぼう!!》

10/3  
(火)

🌸10時30分～11時30分  
🌸申込 2日(月)まで  
🌸講師 釜石市体育協会 佐藤 千依さん

#### 《あったかサロン ～卓球バレー&ポッチャ》

10/13  
(金)

🌸13時30分～15時  
🌸申込 12日(木)まで  
🌸講師 釜石市体育協会 佐藤 千依さん

10/26  
(木)

#### 《ハロウィンパーティー》

🌸15時30分～17時  
♪アメリカのハロウィンについて教わり、手形アート体験等、ハロウィンを楽しみましょう！  
(申込不要です) 《手形アートみほん》  
🌸講師 市国際交流課 ナターシャさん  
平田公民館職員



### 平田集会所以外のあったかサロン(講師 釜石市体育協会 佐久間 定樹さん)

🌸10/4(水)13時30分～ポッチャ  
🌸場所 尾崎白浜集会所

🌸10/24(火)13時30分～軽体操  
🌸場所 県営平田アパート集会所

・会場は平田集会所です  
・体を動かす事業は飲み物、タオル、上靴をお持ち下さい。

## まだ がん検診を受けていない方へ

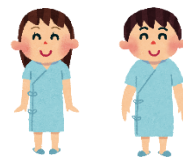
胃(早朝)・乳・子宮・大腸がん検診のセット検診を行います。9月15日号の広報かまいし、市ホームページでご確認のうえ余裕をもって申込みください。また、検診日に血管年齢測定、ベジチェック等の健康に関するイベントも開催します。健康に関するイベントのみの来場も可能です。(予約不要)健康について再確認してみませんか？

【検診日】 10月9日(月・祝)

※検査の性質上、胃がん検診と子宮頸がん検診は同日に受検できません。

【申込】 10月3日(火)までに市健康推進課(☎22-0179)へ電話で申し込みください

※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。



## 自主活動サークルのご紹介⑬ ～ 平田太極拳同好会

【代表者】 和田顕正さん

【日時】 毎週火曜日 10時～12時

【場所】 上平田ニュータウン集会所

【活動内容】

♪太極拳で健康づくり！一緒にやってみませんか？

♪筋力の衰えは関節、内臓、認知、免疫など様々な機能低下につながります。筋トレは大事ですよ！

※興味がある方はお気軽に 応援センターまで。



## つながるカフェに来てみませんか？

おしゃべりをしたり、体操をしたり、好評いただいている「つながるカフェ」。今回は大平中学校の生徒さんが、認知症に関する劇を披露します！お気軽にご参加ください♪

【日時】 10月30日(月)

10時～11時30分

【場所】 平田集会所

【申込】 26日(木)まで

【内容】

☉大平中生徒による認知症劇「1冊のノート」の披露

☉カフェでおしゃべり

☉みんなで軽く体操！

☉生活・健康の相談窓口

【参加費】100円



↑前回の様子↓



新型コロナウイルス感染症の感染状況により、サロン事業、自主活動が**休止**、**延期**または**内容変更**となる場合があります。事前にセンターまたは各団体にご確認ください。



## いきいき100歳体操



団体名	日時	会場
四季の会	毎週木曜日 10時～12時	県営平田 アパート集会所
平田いきいき サークル	毎週金曜日 10時～12時	ニュータウン 集会所
平田なかよしクラブ	毎週木曜日 10時～11時	平田集会所
青空クラブ	毎週火曜日 10時～12時	上平田集会所
かもめの会	毎週水曜日 13時30分～15時	尾崎白浜 集会所



## 10月の運動教室

ニュータウン 集会所	10月5日(木)、19日(木) 13時30分～14時30分	軽運動、 脳トレ			
上平田集会所	10月19日(木) 10時～11時				
平田集会所	10月24日(火) 10時～11時				
			和みの書 (書道教室)	10月4日(水) 10時～12時	ニュータウン 集会所
				10月16日(月)、 23日(月) 10時～12時	平田集会所
			社交ダンスの会	10月10日(火)、 24日(火) 13時30分～15時30分	平田集会所



## 自主活動グループ

名称	日時	会場
元気クラブ (卓球)	毎週月曜日 13時～15時	平田集会所
すみれ会 (卓球)	毎週水曜日 10時～12時	上平田集会所
チームA (卓球)	毎週水曜日 18時～20時	平田集会所
平田どうもの会 (健康マージャン)	毎週火、木曜日 9時～16時	平田公園 クラブハウス
	10月15日(日) 9時～16時	平田集会所
平田はまなす (催し/食事)	10月19日(木) 10時～13時	平田集会所 (内容:音楽療法)
和っかの会 (体操/茶話会)	10月4日(水)、 18日(水) 10時～12時	県営平田 アパート集会所
GoGoスマイル (体操教室)	10月13日(金)、 27日(金) 10時～12時	平田集会所
	10月4日(水) 10時～12時	ニュータウン 集会所
和みの書 (書道教室)	10月16日(月)、 23日(月) 10時～12時	平田集会所
	10月10日(火)、 24日(火) 13時30分～15時30分	平田集会所