

【中妻地区】

No.	公的機関が主催か (F/M/I)	運動 (E)	ボランティア・ 社会貢献(S)	学習・ 趣味 (L)	交流 (C)	その他 (X)	団体名・活動名	活動内容	活動日時	活動場所・活動拠点	利用できる 駐車場	公共交通の最寄り (ない場合は空欄)	参加費	必要な持ち 物・準備物	参加者の条件	PRコメント	問合せ先 名称・氏名	問合せ先 電話番号
1	公的機関が民間を サポート (M)	●		●	●		上中島はまゆり会	地域住民の食生活改善と 交流促進(昼食会、お茶 会、レクリエーション、サロン 等)	第2・4金曜 11:00~12:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	年会費 100円/年 参加費 300円/回		だれでも		中妻地区生活 応援センター	23-5543
2	公的機関が民間を サポート (M)	●			●		青い空の会 地域サロン 「よったんせ」	健康維持と閉じこもり防止 を目的とした、傾聴ボラン ティア活動(歌、レクリエー ション、お茶会など)	①第1火曜 13:30~15:00 ②3か月に1回 第1木曜 13:30~15:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	無料		だれでも		中妻地区生活 応援センター	23-5543
3	公的機関が民間を サポート (M)	●			●		なかよしクラブ	卓球	月曜・金曜 13:00~15:00	中妻北地区コミュニ ティ消防センター	駐車場なし	中妻バス停	100円/回		だれでも		釜石社協	22-2310
4	公的機関が民間を サポート (M)	●			●		中妻地区サロン会	軽運動、 レクリエーション	第2・4木曜(8月と 12月は休み) 10:00~12:00	中妻北地区コミュニ ティ消防センター	駐車場なし	中妻バス停	100円/回		だれでも		釜石社協	22-2310
5	住民・民間主催 (I)			●	●		釜石ユネスココーラス	コーラスの練習	木曜日 10:00~12:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	3,500円/月		女性	コーラスに興味のある方、いろいろな歌 を歌ってみたい方ぜひ見学にいらしてく ださい。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
6	住民・民間主催 (I)			●	●		日本棋院釜石支部	囲碁	火曜・金曜・土曜・ 日曜 14:00~16:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	会費 500円/月		だれでも	初心者歓迎！頭の運動に何歳からで も始められます。囲碁を覚えて趣味に したい方応援します。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
7	住民・民間主催 (I)	●			●		八雲美天女クラブ	100歳体操 レクリエーション 脳トレ	水曜日 10:00~11:30	大天場運動広場 管理事務所	駐車場あり	昭和園バス停	無料		だれでも	レクリエーションで大笑いしましょう	中妻地区生活 応援センター	23-5543
8	住民・民間主催 (I)	●			●		みどりの会	100歳体操 レクリエーション 卓球バレー スカットボール	木曜日 9:30~11:30	源太沢集会所	駐車場なし		200円/回		だれでも	来る人拒まず去る者追わず 健康維持と会員同士のふれあいの場 です	中妻地区生活 応援センター	23-5543
9	公的機関が民間を サポート (M)		●		●		中妻地区見守り隊	子どもや高齢者の見守り	不定期 個人で都合のよい時	中妻全域			無料		散歩をしながら 見守り活動 をできる方	安心・安全な地域づくりと自愛心を育 てます 無理なく気楽な参加で一声運動	中妻地区生活 応援センター	23-5543
10	公的機関が民間を サポート (M)		●				訪問型 サービス・活動B おとなりさん倶楽部	ゴミ出し 買い物代行 草取り	要相談	市内全域			担い手: 年会費 100円 サービス利用者: 利用料金として、 ゴミ出し 1回 100円 買い物代行 1回 200円 草取り 1時間 300円		担い手: 制限なし サービス利用 者: ①要支援に 認定されてい る方 ②生活上何 らかの困難を 抱えている方	【担い手募集】 介護保険制度に基づく取り組みの一 環として市内有志で立ち上げた有償ボ ランティア団体です。詳しくは社会福祉 協議会へお問い合わせください。	釜石社協 (おとなりさん倶 楽部)	22-2310

【中妻地区】

No.	公的機関が主催か (F/M/I)	運動 (E)	ボラン ティア・ 社会貢 献(S)	学習・ 趣味 (L)	交流 (C)	その他 (X)	団体名・活動名	活動内容	活動日時	活動場所・活動拠点	利用できる 駐車場	公共交通の最寄り (ない場合は空欄)	参加費	必要な持ち 物・準備物	参加者の条件	PRコメント	問合せ先 名称・氏名	問合せ先 電話番号
11	住民・民間主催 (I)				●		地域支援団体 釜石支援センター望	①介護予防としての 体力強化と仲間づくりを目的 とした体操教室 (ストレッチ) ②上中島復興住宅の住 民向けサロン	①月曜 (月2回・不定期) ②第3金曜・午前	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	サロンの内容による		地域住民 ス トレッチ体操 はどなたでも	地域コミュニティ形成の他、各種相談 事に対応し、生活課題の解決に向け た支援を行います。	社会福祉士 海老原 祐治	55-6330
12	住民・民間主催 (I)				●		釜石地域傾聴 ボランティア 「はなみずき」	ハンドマッサージ サロン(傾聴)	第4火曜日 13:30～15:30	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停			担い手： － 受け手： どなたでも		釜石社協	22-2310
13	公的機関が民間を サポート (M)	●		●	●		中妻スクラムメイト	健康に関する活動 (健康講話、運動、 料理、レク等)	第3水曜日 9:15～ 祝日は休み	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	400円		地域住民	健康づくりに御興味のある方は一緒に 活動しましょう	中妻地区生活 応援センター	23-5543
14	公的機関主催 (F)			●	●		手芸教室	手芸	第2月曜日午後	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	500円程度	裁縫道具	だれでも	初心者歓迎 一緒に小物づくりを楽しみましょう	中妻地区生活 応援センター	23-5543
15	公的機関主催 (F)				●		スマイル健康サロン	健康相談 脳トレ	第3火曜日 13:30～15:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	無料		地域住民	気軽に参加して下さい。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
16	公的機関主催 (F)	●			●		さわやか双葉クラブ	100歳体操	月曜日 10:00～ 祝日は休み	双葉小学校 地域連携施設	駐車場あり	双葉小学校前 バス停	無料		地域住民		釜石社協	22-2310
17	公的機関主催 (F)	●			●		ほっこり体操楽しも会	健康ストレッチ体操	第3水曜日 9:15～ 祝日は休み	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	無料		地域住民	どなたでも気軽に参加して下さい。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
18	公的機関主催 (F)	●			●		かるっと運動楽しも会	スポーツレクリエーション	第4木曜日 9:00～ 祝日は休み	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	無料		地域住民	どなたでも気軽に参加して下さい。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
19	住民・民間主催 (I)			●	●		釜石童謡を歌う会	童謡・唱歌	第2.4水曜日 9:30～11:30	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	1500円/月		だれでも	童謡や唱歌を歌ってみたい方ぜひ見 学にいらしてください。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
20	住民・民間主催 (I)			●	●		混声合唱	合唱	土曜日 16:00～18:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	2000円/月		だれでも	コーラスに興味のある方、ぜひ見学に いらしてください。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
21	住民・民間主催 (I)			●	●		詩吟友の会	詩吟	隔週火曜日 10:00～12:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	無料		だれでも	興味のある方は是非体験にいらしてく ださい。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
22	住民・民間主催 (I)				●	●	釜石いっぽの会	ひきこもり当事者・家族・ 支援者集いの場	第4木曜日 13:00～16:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	無料		地域住民	一人で悩まず相談に来ませんか	釜石社協	22-2310
23	住民・民間主催 (I)			●	●		英会話教室	英会話	水曜日 19:00～21:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	テキスト代 ほか		だれでも	興味のある方は是非体験にいらしてく ださい。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
24	公的機関主催 (F)	●		●	●		男の〇〇倶楽部	体操・勉強会・工作・ 料理	木曜日 (月1回) 13:30～15:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	無料 (内容によ って徴収有)		中妻地区の 男性	男性のみの集まり。メンバーの好奇心 がそのまま活動内容になります。そば打 ちやダーツゲームなど自分のやりたいこと をプロデュースしませんか。	中妻地区生活 応援センター	23-5543

【中妻地区】

No.	公的機関が主催か (F/M/I)	運動 (E)	ボランティア・ 社会貢献 (S)	学習・ 趣味 (L)	交流 (C)	その他 (X)	団体名・活動名	活動内容	活動日時	活動場所・活動拠点	利用できる 駐車場	公共交通の最寄り (ない場合は空欄)	参加費	必要な持ち 物・準備物	参加者の条件	PRコメント	問合せ先 名称・氏名	問合せ先 電話番号
25	住民・民間主催 (I)			●	●		ハンドメイド倶楽部	クラフトテープを使って バッグや小物づくり	火曜日(月1回) 13:30~15:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	500円/月ほか材 料費 1,500円程度		どなたでも	公民館の講座をきっかけに集まったメン バーで活動しています。自分の手でカタ チにしたバッグは愛着がわきます。興味 のある方は体験にいらしてください。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
26	住民・民間主催 (I)	●					happyリズム体操	リズム体操	木曜日(週1回) 13:30~15:30	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	1,000円/月		どなたでも	皆さんで楽しくリズムに合わせて体を動か しましょう。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
27	住民・民間主催 (I)	●		●	●		N★yoga	ヨガ	水曜日(月2回) 19:00~20:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	600円/回		どなたでも	興味のある方は是非体験にいらしてく ださい。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
28	住民・民間主催 (I)			●	●		なかづま健康マージャン クラブ	健康マージャン	金曜日 13:00~15:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停			満員御礼	公民館の講座をきっかけに集まったメン バーで活動しています。現在は残念な がら新しい仲間の募集はお休みさせて いただくほどの賑わいです。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
29	住民・民間主催 (I)	●		●	●		グラウンドゴルフ同好会	グラウンドゴルフ	水・金曜日 12:30~14:30	大天場運動広場	駐車場あり	昭和園バス停			どなたでも	興味のある方は是非体験にいらしてく ださい。初めてでも安心、ベテランメン バーがルールを教えます。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
30	住民・民間主催 (I)			●	●		ハンドメイド友の会	布小物づくり	木曜日 12:30~13:30	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停		裁縫道具	どなたでも	布小物づくり、着物リメイクに加えて、 色合わせや布の表情を楽しむパッチ ワークにも取り組んでいます。興味のある 方、ぜひのぞいてみませんか。	中妻地区生活 応援センター	23-5543
31	住民・民間主催 (I)		●			●	虹の会	不登校ひきこもり家族会	第3金曜日 14:00~16:00	中妻公民館	駐車場あり	上中島バス停	無料		地域住民	一人で悩まず相談に来ませんか	釜石社協	22-2310