

【鶴住居地区】

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	住民・民間主催 (I)			●	●		うのすまい 歌う会	合唱	第1・3土曜 10:00～11:00	鶴住居公民館	駐車場あり	バス、電車	参加費 1,000円/月		だれでも	参加してみたい人、ぜひ来てく ださい。	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001
2	住民・民間主催 (I)	●			●		うのすまいリッスル会	健康体操	第1・3月曜 10:00～12:00	鶴住居公民館	駐車場あり	バス、電車	参加費 500円/月		だれでも	新規会員募集中。一緒に楽し く体を動かしませんか。 3つのず＝「無理せず、頑張り すぎず、あきらめず」楽しく笑顔 でやりましょう。	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001
3	住民・民間主催 (I)	●			●		エアロピクス同好会	エアロピクス 筋トレ ストレッチ	火曜(祝日除く) 13:00～15:00	市民体育館	駐車場あり	バス、電車	参加費 2,000円/月		だれでも	参加してみたい人、ぜひ来てく ださい。	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001
4	住民・民間主催 (I)	●			●		コスモス倶楽部	グランドゴルフ	月・木 9:00～12:00	日向グラウンド	駐車場なし		参加費 2,000円/年		地域住民	参加してみたい人、ぜひ来てく ださい。	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001
5	住民・民間主催 (I)	●			●		サンクラブ	卓球 (ラージボール)	毎週金曜 13:00～15:00	鶴住居公民館	駐車場あり	バス、電車	参加費無料		地域住民	参加してみたい人、ぜひ来てく ださい。	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001
6	住民・民間主催 (I)	●			●		鶴住居太極拳同好会	太極拳	水曜 13:00～15:00	鶴住居公民館	駐車場あり	バス、電車	参加費 1,500円/月		だれでも	・太極拳を通じたアンチエイジ ング ・「100歳まで自分の足で歩く」 ことを目的活動しています。 ・参加してみたい人、ぜひ来てく ださい。	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001
7	住民・民間主催 (I)			●			そばの三たて会	そば打ち会	第1・3月曜 9:00～14:00	鶴住居公民館	駐車場あり	バス、電車	参加費 1,000円/回		鶴住居地区住民 でそば打ちをやりた い方 (会員数限定)	挽きたて、打ちたて、茹でたてを 食する。	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001
8	住民・民間主催 (I)	●			●		社交ダンスを楽しむ会	社交ダンス	第2日曜 13:00～16:30	鶴住居公民館	駐車場あり	バス、電車	参加費無料		だれでも	参加してみたい人、ぜひ来てく ださい。	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001
9	住民・民間主催 (I)			●	●		鶴の郷こうゆう会	鶴住居の歴史文化 の語り合い	月1回 第2土曜日	鶴住居公民館 又は 新川原集会所	駐車場あり	バス、電車	参加費 100円/月	開催内容に よる	だれでも	だれでも参加できます。ぜひ来 てください。	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001
10	住民・民間主催 (I)			●	●		釜石民謡保存会	民謡の練習	土曜 19:00～21:00	鶴住居公民館	駐車場あり	バス、電車	参加費 1,000円/月		だれでも	だれでも参加できます。ぜひ来 てください。	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001
11	公的機関主催 (F)			●	●		男の手料理教室	調理実習 男性同士の交流	第3水曜 9:30～13:00	鶴住居公民館	駐車場あり	バス、電車	参加費 500円	エプロン、 三角巾	鶴住居地区在住 及び鶴住居地区 に縁のある男性	公民館主催事業（生涯学習 事業）	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001
12	公的機関主催 (F)			●	●		あつまれ！鶴住居の杜	閉じこもり予防・ 交流事業	第2水曜 10:00～11:30	鶴住居公民館	駐車場あり	バス、電車	開催内容による	開催内容に よる	地域住民	公民館主催事業（生涯学習 事業） 他地区の民生委員協議会や ボランティア団体との交流活動 あり	鶴住居地区生 活応援センター	28-3001

【鵜住居地区】

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
13	公的機関主催 (F)	●			●		すまいるウォーキング	ウォーキング（コースは毎 回異なります）	第2金曜 9:30～11:30	鵜住居公民館等	駐車場あり	バス、電車			地域住民	公民館主催事業	鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
14	公的機関が民間を サポート (M)				●		ともすカフェ	認知症カフェ (レク等)	毎月第3木曜 10:00～12:00	鵜住居公民館	駐車場あり	バス、電車	参加費 100円	開催内容に よる	だれでも		鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
15	公的機関主催 (F)	●			●		ふれあい教室 (鵜住居地区)	閉じこもり予防・ 交流事業 (レク等)	毎月1回 10:00～11:45	鵜住居公民館	駐車場あり		参加費 100円	開催内容に よる	鵜住居地区住民	公民館共催事業 (保健事業)	鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
16	公的機関主催 (F)	●			●		ふれあい教室 (箱崎白浜地区)	閉じこもり予防・ 交流事業 (レク等)	毎月1回 10:00～11:45	箱崎白浜集会所集 会所	駐車場あり			開催内容に よる	鵜住居地区住民	公民館共催事業 (保健事業)	鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
17	住民・民間主催 (I)	●			●		片岸きらきらクラブ	100歳体操	火曜 10:00～12:00	片岸集会所	駐車場あり		参加費 100円	必要に応じて 靴、おもり	地域住民	だれでも参加できます。ぜひ来 てください。	鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
18	住民・民間主催 (I)	●					ホップステップ	100歳体操	水曜 13:30～14:30	箱崎集会所	駐車場あり		参加費 100円	必要に応じて 靴、おもり	箱崎地区住民	気軽に参加して下さい。	鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
19	住民・民間主催 (I)	●			●		いきいき鵜住居	100歳体操	火曜 11:00～12:00	鵜住居地区生活 応援センター	駐車場あり	バス、電車	参加費無料	必要に応じて 靴、おもり	地域住民	参加したい方はぜひどうぞ！	鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
20	住民・民間主催 (I)	●			●		桑の実クラブ	100歳体操	金曜 13:30～15:00	桑ノ浜集会所	駐車場あり		参加費無料	必要に応じて 靴、おもり	桑ノ浜地区住民	気軽に参加して下さい。	鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
21	住民・民間主催 (I)	●			●		ニコニコ室浜	100歳体操	火・金 13:30～15:00	室浜集会所	駐車場あり		参加費無料	必要に応じて 靴、おもり	室浜地区住民	効果がありますのでぜひ参加し てみてください。	鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
22	住民・民間主催 (I)	●			●		スマイル日向	100歳体操	火曜 13:30～15:00	日向復興住宅 集会所	駐車場なし		参加費無料	必要に応じて 靴、おもり	日向地区住民	気軽に参加して下さい。	鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
23	住民・民間主催 (I)	●			●		シャキッと新神	100歳体操	水曜 10:00～10:30	新田神ノ沢集会所	駐車場あり		参加費無料	必要に応じて 靴、おもり	新田神ノ沢地区 住民	気軽に参加して下さい。	釜石社協	22-2310
24	住民・民間主催 (I)	●			●		やまびこの会	100歳体操	毎週水曜日 10:00～10:30	外山集会所	駐車場あり				外山地区住民		鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
25	住民・民間主催 (I)	●			●		新川原のつどい	100歳体操	水曜 13:30～14:30	新川原集会所	駐車場あり		参加費無料	必要に応じて 靴、おもり	新川原地区 住民	効果がありますのでぜひ参加し てみてください。	鵜住居地区生 活応援センター	28-3001
26	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き取り組 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	

【鷓住居地区】

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
27	公的機関が民間を サポート (M)					●	一般社団法人 ゴジョる	薪づくりを通じた 生きがい就労事業	要相談	箱崎加工場 (箱崎町7-77-1)					市内全域 元気 な方、まだまだ現 役の方	薪づくりをしながら健康増進！ やりがいと生きがいを箱崎で見 つけてみませんか？	釜石社協	22-2310
28	住民・民間主催 (I)		●			●	釜石地域傾聴ボランティ ア「はなみずき」	悩みの傾聴	金曜日 13:30～15:30	保健福祉センター	駐車場あり	県交通 市民ホール前	無料		だれでも	不安や悩みのある方は気軽に お電話ください。ボランティアを 希望する場合は養成講座の 受講が必要です	釜石社協	22-2310