

うのとおり



〒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

あつまれ！鶴住居の杜

ニュースポーツ体験会・練習会開催！！

※年末の公民館対抗ニュースポーツ交流大会に向けて、練習を行います。初めての方でも大歓迎です。お気軽にご参加ください。

- 日 時…10月26日(木) 10:00～11:30
- 場 所…鶴住居公民館 多目的室

すまいるウォーキング

片岸街道史跡巡りウォーキング！！

- 日 時…10月5日(木) 9:30～11:45
- 持ち物…飲み物、タオル ○参加費…無料
- 集 合…9:20までに鶴住居公民館
- その他…文化振興課職員より史跡の説明があります。※悪天候の場合は6日に延期。

鶴住居交流講座(手芸教室)

ちりめん細工で「つぼきの花」を作ろう！！

※江戸時代から歴史を持つ伝統手芸です。ぜひ自分だけの「つぼきの花」を作ってみませんか？

- 日 時…10月23日(月) 10:00～12:00
- 場 所…鶴住居公民館 多目的室
- 参加費…600円 ○参加者…先着10名
- 持ち物…裁縫道具、糸(赤、白、黒)
- 講 師…ニコー商会
- 申し込み…10/10までに公民館へ連絡



新規事業

うのすまい女子会(調理実習)

ワンコインで☺️ワンプレートランチ♡

※男の手料理教室への女性からの問い合わせが多いことから女性向けの調理実習を企画しました。好評であれば継続して実施をしたいと考えていますので、皆さんの参加お待ちしております。

- 日 時…10月17日(火) 9:30～13:00
- 場 所…鶴住居公民館 調理室
- 参加費…500円 ○持ち物…エプロン、三角巾
- 参加者…先着10名(女性限定)
- メニュー…スパイスキーマカレー他
- 申し込み…10/12までに公民館へ連絡



男の手料理教室

男の方でも家で自分で食事を作れるように！！

※今回は、和食に挑戦！調理した後は楽しく試食

- 日 時…10月4日(水) 9:30～13:00
- 場 所…鶴住居公民館 調理室
- 参加費…500円 ○持ち物…エプロン、三角巾
- メニュー…親子丼、味噌汁、お浸し
- 申し込み…10/2までに公民館へ連絡



鶴住居子育て広場

炊飯器で簡単 手作りおやつを作ろう！！

※栄養満点☺️子どもが喜ぶおやつです♡

- 日 時…10月19日(木) 10:00～11:30
- 場 所…鶴住居保育園子育て支援センター
- 参加費…100円 ○メニュー…バナナケーキ
- 申し込み…10/16までに公民館へ連絡
- その他…アレルギーのある子は要相談



うのすまい公民館まつり



☆うのすまい公民館まつりを下記の通り開催します！

ふれあおう！つながろう！ひろかれ！みんなの鶴住居公民館

- 日 時…11月18日(土) 10:00～15:00
- 場 所…鶴住居公民館
- 内 容…ステージ発表、作品展示・産直・物販
- ※作品展示は、11/24(金)まで行います。

○作品募集…ご自身で作成した1作品

○受け付け…11/1(水)～11/10(金)

○その他…出品作品は原則持参願います。持込・返却が難しい場合は公民館へご相談下さい。詳しい内容は、11月号のうのとりに掲載します。

コミュニティ支援事業 ひまわり会

※年末の公民館対抗ニュースポーツ大会に向けて体験会（練習会）を行います
みんなで汗をかきながら楽しみましょう

- 日 時…10月12日(木) 10:00~11:30
10月20日(金) 10:00~11:30
- 場 所…鶴住居公民館 多目的室
- 内 容…スカットボール、ポッチャなど
- その他…どなたでも参加できますよ😊

地域とつながる窓口のQRコードについて

QRコードを読み取ると市のホームページにつながり、各地区の自主活動団体や様々な地域活動をご覧になれます。



～令和5年住宅・土地統計調査票の提出のお願い～
調査をお願いする世帯は、地域の中から無差別に選ばれています。**10月9日(月)**までに回答をお願いします。
※詳しくは市の総合政策課統計係へお問い合わせください。(☎22-8495)

重要! 胃がん検診のお知らせ

- 日 時…10/9(月)、27(金) 7:00~9:00
- 場 所…鶴住居公民館

特定健診・肺がん検診のお知らせ

- 日 時…10/19(木) ①13:30~15:00
②17:30~19:00
- 重要! 10/20(金) ①9:30~11:30
②13:30~14:30

○場 所…市民体育館
※詳しくは市の健康推進課へお問い合わせください。(☎22-0179)



重要! セットがん検診のお知らせ


- 日 時…10/9(月)

※時間については「広報かまいし」をご覧ください

- 場 所…市民体育館
- 内 容…胃、乳、子宮、大腸がんをその日に受けれます
- 注意事項…検査の性質上、胃がん検診と子宮頸がん検診は同日に受けられません。
- その他…健康に関するイベントも予定。
- ※詳しくは市の健康推進課へお問い合わせください。(☎22-0179)



令和5年10月 保健事業・公民館事業の予定

日	月	火	水	木	金	土
10/1 休館日	2	3 9:30~10:30 おさんぽの会	4 9:30~13:00 男の手料理教室 10:00~11:30 白浜すいすい会	5 9:00~11:45 すまいるウォーキング	6	7 休館日
8 休館日	9  スポーツの日	10 9:30~10:30 おさんぽの会	11	12 10:00~11:30 ひまわり会 14:00~15:00 仮宿ひだまり会	13	14 休館日
15 休館日	16	17 9:30~13:00 女子会「ワンプレート調理実習」 9:30~10:30 おさんぽの会	18 10:00~11:30 白浜すいすい会	19 10:00~11:30 子育て広場 10:00~11:00 ともすカフェ	20 10:00~11:30 ひまわり会	21 休館日
22 休館日	23 9:30~10:30 鶴住居交流講座	24 9:30~10:30 おさんぽの会	25	26 10:00~11:30 あつまれ! 鶴住居の杜	27	28 休館日
29 休館日	30	31 9:30~10:30 おさんぽの会	11/1 9:30~13:00 男の手料理教室 10:00~11:30 白浜すいすい会	11/2 9:00~11:45 すまいるウォーキング		