

7月

釜石地区生活応援センターだより

令和 6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



# 青葉タイムズ

《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8時30分～午後5時です。

# 祝

## フランス共和国 ディーニュ・レ・バン市 姉妹都市提携30周年

# 30<sup>th</sup> anniversary

7/27  
(土)



France

釜石の食材を使ったフランス家庭料理教室

### 親子クレープづくり

### 参加無料

～いつもとちがう？ 本場フランスの“クレープ”をつくろう♡～

＊ 時間 10:00～12:00

申込受付 7月16日(火)から

＊ 対象 市内在住の親子(お子さんは小学生まで)

＊ 定員 8組 [要申込み/先着順]



＊ 講師 佐々木イザベルさん (大船渡市在住/フランス出身) ＊ 持ち物 エプロン・三角巾 ＊ 場所 青葉ビル



★クレープは、フランス発祥の料理です★

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♡

8/10  
(土)



WELCOME ディーニュ・レ・バン市代表团“歓迎アート”!!

### 巨大アートづくり(色塗り作業)

＊ 時間 10:00～16:00

《お好きな時間にご参加ください。》

＊ 場所 市民ホール TETTO 前広場

＊ 対象 どなたでも参加可能です。

＊ 持ち物 特にありません。



＊ 汚れても良い服装でご参加ください!

⚠ 参加状況などにより、予定時間より早く終了する場合があります。

### 参加無料

### 申込不要

問合せ先 釜石地区生活応援センター ☎ 22-0180

8/24  
(土)



France

釜石の食材を使ったフランス家庭料理教室

### ガレットづくり

### 参加無料

～いつもとちがう？ 本場フランスの“ガレット”をつくろう♡～

＊ 時間 10:00～12:00

申込受付 7月16日(火)から

＊ 対象 市内に在住もしくは勤務している人

＊ 定員 8名 [要申込み/先着順]



＊ 講師 佐々木イザベルさん (大船渡市在住/フランス出身) ＊ 持ち物 エプロン・三角巾 ＊ 場所 青葉ビル



★ガレットは、フランス発祥の料理です★

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!!!

- ★ 水分をこまめにとる。
- ★ こまめに休憩をとる。
- ★ 暑いときは無理をしない。
- ★ 日傘、帽子、涼しい服装をする。



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。

汗をかいたときは、「塩分補給」も忘れずに♪

## 令和6年度 地域会議 みなとかまいし地区会議

- 🌸 日時：8月5日(月) 18:30～
- 🌸 場所：青葉ビル **申込不要**
- 🌸 内容：令和5年度地域課題への市の対応方針など

地域会議は、どなたでも傍聴できます。  
 直接会場にお越しください!

※ 地域会議は、今年度から年1回の開催となります。



問合せ先 市まちづくり課 ☎27-8454

## かまいし軽トラ市

釜石の“美味しいモノ”が大集結!

「軽トラ市」は、7月から11月まで開催し、農林水産物や加工品などを販売します。

市民ホールTETTO前広場では3回開催

7/21(日) 10/13(日) 11/10(日)

開催時間は全て10:00～12:00



問合せ先 市水産農林課 ☎27-8426

## 第6弾 かまいしエール券

《1冊あたり4,000円分を3,000円で販売》

★ 販売期間 7月16日(火)～8月31日(土)

《《売り切れ次第販売終了》》

★ 利用期限 10月31日(木)

★ 購入対象 ① 市内に居住している人

② 市内に通勤・通学している人とその家族

★ 購入上限 1人3冊まで(代理購入可)

詳細は、広報かまいし7月1日号に掲載!!

問合せ先 釜石観光物産協会 ☎27-8172

## 告知 今後の公民館事業

9/18  
(水)

おらほ弁で語るふるさとの昔話

おらほの民話

〈漁火の会〉

14:00～15:30

問合せ先 釜石地区生活応援センター ☎22-0180

## 教室・地区サロン 7月15日～8月23日の予定

|             |                 |  |                             |
|-------------|-----------------|--|-----------------------------|
| AOBA 🌸 体操教室 | 釜石公民館 (青葉ビル)    | 7月は19日(金)と26日(金)です。<br>8月は 2日(金)と23日(金)です。 | 時間は、♡♡♡♡♡♡<br>全て10:00～11:30 |
| よったんせ       | 釜石公民館 (青葉ビル)    | 7月16日(火)13:30～15:00<br>8月は 8日(木)と20日(火)です。 | 🎵 青い空の会 (地域サロン)             |
| 大平運動教室      | 大平集会所           | 8月は <b>お休みします。</b>                         | 🐱💤                          |
| のぞみサロン      | 望洋ヶ丘集会所         | 7月19日(金)13:30～15:00<br>8月は <b>お休みします。</b>  | 💖💖 健康講話 💖💖<br>🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟      |
| 東前健康教室      | 東前集会所           | 毎週木曜日 13:30～15:00                          | 100歳体操 <b>Fight!!</b>       |
| お茶っこうれいし    | 嬉石地区集会所         | 毎週金曜日 13:30～15:00                          | 🌸 100歳体操 **                 |
| 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 🌸                 |