

うのとり



〒026-0301 釜石市鶴住居町2丁目901番地
電話 28-3001 / 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

公民館事業 あつまれ！鶴住居の杜

調理実習：ランチ★交流会

昨年度に引き続き、「ランチ★交流会」を実施します。当日は、3つの班に分かれ、全員が交代で調理を行い、待ち時間でスカットボール大会を行います。

料理が出来上がったら試食をしながら交流会です。来年度の公民館事業についてみんなで、話が出来るといいですね。

もうすぐひな祭りなので、調理実習のメニューはひな祭りにちなんだ料理を予定しています。どなたでも参加できます😊皆様の参加をお待ちしています。

- 日 時…**2月27日(木) 9:30~13:00** ○内 容…調理実習、スカットボール大会、交流会
○場 所…鶴住居公民館 多目的室・調理室 ○参加者…**先着15名**
○持ち物…エプロン、三角巾 ○参加費…**500円**(当日集めます)
○申込み…**2月5日(水)~19日(水)**※本人が電話又は窓口で申込み願います。
○その他…当日のメニューはお楽しみにして下さいね★



<令和5年度風景>



<令和5年度メニュー>

公民館事業 男の手料理教室

野菜たっぷり！絶品中華丼

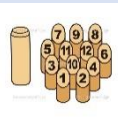
今回は、中華料理に挑戦します。メインは、「中華丼」です。その他にも色どり・栄養価を考えたおかずと一緒に作りましょう😊皆様の参加をお待ちしています！

- 日 時…**2月12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
○申込み…**2月10日(月)**までに
電話又は窓口で申込み願います。



ひまわり会

モルック



今回は、ニュースポーツ「モルック」を実施します。「モルック」は、番号の書かれた木製のピンを倒し、相手チームより早く50点びったりを目指すという簡単なルールで、老若男女問わず楽しめるスポーツです。どなたでも参加できますので、お気軽にお越しください！

- 日 時…**2月14日(金) 10:00~11:30**
○場 所…鶴住居公民館 多目的室
○申込み…申込みの必要はありませんので、当日時間までにお越しください。
○持ち物…飲み物等

(公財)音楽の力による復興センター・東北・鶴住居公民館共催事業

「音楽のチカラ」ふれあいコンサート



みなさまお馴染みの「音楽のチカラ」ふれあいコンサートを実施します。今年度から栗橋・鶴住居地区で2回の実施となり、今回が2回目で鶴住居での実施となります。

事前申込みは必要ありませんので、コンサート当日お気軽にご来場ください！

- 日 時…**2月6日(木) 10:30~11:30** 開場(10:00) ○場 所…鶴住居公民館 多目的室
○出 演…谷地畝晶子(アルト) 阿部夕季恵(ピアノ) ○友情出演…うのすまい歌う会
○曲 目…雪の降る町を、愛の夢／リスト作曲、愛燦燦ほか

※発熱、体調不良のある方は来場をご遠慮願います。

※この公演は、令和6度岩手県「被災者の参画による心の復興事業」補助金を受けて実施します。



健康教室：内容「フレイル予防」

・「フレイル」とは、心と体の働きが弱くなってきた状態のことを言います。いつまでも元気に過ごすために、「フレイル予防」について一緒にお話しましょう。

<室浜地区>

- 日 時…**2月5日(水) 13:30~15:00**
○場 所…室浜集会所

<桑の浜地区>

- 日 時…**2月4日(火) 13:30~15:00**
○場 所…桑の浜集会所



公民館事業 鶴住居地域交流会

鶴住居小学校1.2年生と地域の皆さんとポツチャを通しての交流会を行います！

- 日 時…**2月5日(水) 9:30~11:30**
○場 所…鶴住居公民館 多目的室
※申し込みの期間が短くてすみませんが、参加してみたいという方は**2月3日(月)**までに公民館へ連絡願います。



公民館事業（1/14 実施）
お〜い！むかしっ子教室



★団子を作
ってみずき
の木にかざ
りました★



うのすまい子育て広場



♡バレンタインクッキング♡

「チョコレートトリュフ」を作ろう♡

- 日 時…2月13日(木)10:00~11:30
○場 所…鶴住居公民館(いつもと場所が違います)
○対 象…就学前のお子さんとその保護者(定員12組)
○参加費…200円
○持ち物…エプロン、三角巾♡
○申込み…鶴住居保育園子育て支援センター又は鶴住居公民館へ2月7日(金)までにご連絡下さい♡

釜石市地震・津波避難訓練を行います

災害は、いつ・どこで発生するかわかりません。
皆さんの積極的な参加をお願いします。

○日 時…3月2日(日)8:30~

①津波緊急避難場所までの避難にかかる時間を確認
するために避難訓練を行います。

②自主防災組織や町内会による自主的な訓練を行います。

③釜石市災害対策本部運営訓練などを実施します。

※詳しい内容は2月1日の広報かまいしをご覧ください。
問い合わせ 市防災危機管理課 TEL 27-8441

放送大学岩手学習センター公開講演会

新型コロナやインフルエンザなどの感染症につ
いて考える講演会が開催されます。

公開講演会(要申込・受講料無料)

○日 時…3月1日(土)14:00~15:30

○場 所…中妻公民館 研修室(上中島町2-6-36)

○内 容…「感染症について 今一度考えよう」

○講 師…岩手大学保健管理センター

教 授 小野田 敏行 氏

○申し込み先(先着40名)

市まちづくり課 生涯学習係 TEL 27-8454



令和7年2月 保健事業・公民館事業などの予定

日	月	火	水	木	金	土
地域とつながる 窓口 QR コード						1 休館日
2 休館日	3 	4 13:30~15:00 健康教育「桑の浜 集会所」	5 9:30~11:30 鶴住居地域交流 会 13:30~15:00 健康教育「室浜集 会所」	6 10:30~11:30 音楽のチカラ コンサート	7 	8 休館日
9 休館日	10 	11 休館日 建国記念	12 9:30~13:00 男の手料理教室	13 10:00~11:30 うのすまい子育 て広場	14 10:00~11:30 ひまわり会 	15 休館日
16 休館日	17 	18 	19 	20 10:00~11:00 ともすカフェ	21 	22 休館日
23 休館日 天皇誕生日	24 休館日	25 	26 	27 9:30~13:00 あつまれ！鶴住 居の杜 ※ランチ交流会	28 	