



小佐野公民館だより



発行責任者 三浦慎輔（所長／公民館長） 電話 23-5037 FAX 23-1529

【編集・発行】小佐野公民館（小佐野地区生活応援センター／小佐野コミュニティ会館）

東日本大震災復興祈念試合

日本製鉄釜石シーウェイブス VS レッドハリケーンズ大阪

3/8(土)

13:00 キックオフ[11:00 開場]

会場 鵜住居復興スタジアム

無料チケットを小佐野公民館にもご用意しています。
みんなで応援に行きましょう！

無料シャトルバスの運行、臨時駐車場の増設、三陸鉄道の増結等、交通面でも大変便利な手段がご用意されています。詳細についてはお問合せいただくか、シーウェイブス公式サイトをご確認ください。

当日の関連イベント

- ▶ KIKI DANCE SCHOOL ダンス披露
- ▶ ちあ釜フラッグパフォーマンス
- ▶ ラグビーのまち釜石教室 ほか



問合せ先 ☎ 0193-22-1173 (平日10時～18時)

(一社)釜石シーウェイブスRFC

公式サイト <https://kamaishi-seawaves.com/>

いきいき小佐野コンサート開催

♪ 2月7日、当館大ホールで、プロの音楽家のお二人（おなじみの谷地畠さんと阿部さん）を招いて開催されました。古い名曲を懐かしみながら、皆で歌い、明るいにぎやかな曲では振付で体を動かし、時には体操を取り入れたりしながら、1時間という短い時間ではありましたが、参加者の皆さんが多いに楽しんでいました。



西地区3公民館合同

3月の「屋外運動教室」は中止します

大変ご好評をいただいている企画ですが、寒さが厳しくなっていること等の理由により今月は中止します。また、会場確保が難しいため、室内でも行いません。お間違いないようお願いします。4月の再開を楽しみにして少々お待ち下さい。

令和7年度 各種がん検診の申込みについて

がん検診の申込期限は3月31日（月）です。申込書が届かない場合は、健康推進課（☎ 22-0179）までご連絡ください。

◇職場で検診を受ける人、病院等で検査する人は、申し込みない理由に〇をつけて返送してください。

◇釜石市のがんによる死亡率は、県内でも高い状態が続いています。早期のがんは自覚症状がないことが多いほとんどです。定期的にがん検診を受けることでがんを早期に発見し、早期に治療することが大切です。

◇釜石市の精密検査受診率は、概ね80%～90%と高い数値ですが、まだ令和6年度がん検診の精密検査を受けていない人は、必ず精密検査を受けてから令和7年度のがん検診を受けるようにしましょう。

釜石市地震・津波避難訓練

日時 3月2日（日） 8:30～



避難訓練 シェイクアウト訓練

地域の訓練 避難所運営訓練、炊き出し訓練、避難

行動要支援者の避難訓練等 ※地域により異なります
公的機関の訓練 図書館での災害対策本部運営訓練

※当日の図書館開館時間は13時～17時となります

※詳しくは先月号をご覧ください

フードドライブにご協力ください！

ご家庭で眠っていたり、買すぎた食品をご提供ください。頂いた食品を、こども家庭課の協力を得て必要な方に届けます。

頂きたい食品 未開封の保存食品、レトルト・インスタント食品、調味料、お米、菓子類等で、賞味期限が2025年5月1日以降のもの

受取り不可 開封済・包装破れ、生鮮食品、要冷蔵・冷凍食品、アルコール類

受付期間 3月3日（月）～3月19日（水）

受付場所 小佐野地区生活応援センター

主催 釜石こども応援隊

代表・問合せ先 フードパンツリー釜石

（平 携帯080-5376-8660）

協力 公益社団法人釜石地区法人会女性部会、
釜石市こども家庭課こども家庭センター



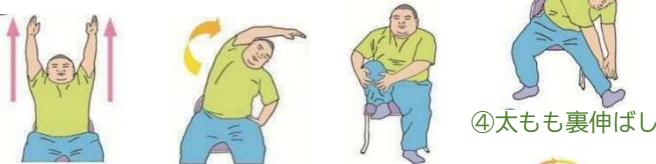
保健師 あやこ のお知らせ

寒い時こそ体を動かしましょう！

寒い時期は体にギュッと力が入り、体が縮こまりがちになります。ストレッチ等の運動で体を動かし、ほぐしてみてはいかがでしょうか？急に伸ばすと体を痛めることもありますので、少しずつできる範囲で。お風呂の後など、体が温まっているとより効果的です。

椅子に座ったままできるストレッチ（100歳体操抜粋）

※ゆっくりと数をかぞえながら



小佐野地区（小佐野、小川、桜木、甲子15・16）、定内、野田）では100歳体操というDVDを見ながらの軽体操に取り組んでいる団体が9団体あります。実はお住まいの地区でも行っているかもしれません。週に1回の運動ですので、参加してみてはいかがでしょうか（＾＾♪

生活支援C①「とーぱいが行く」

活動紹介の第1回は『スクラムこさの見守り隊』です！『スクラムこさの見守り隊』は小佐野地域会議が主体となり、主に小佐野小学校の児童の下校時の見守りを行う活動です。この活動は令和元年度から始まり、地域の子供たちがいつも通り、何事もなく自宅まで帰れるよう、おそろいのユニフォームを着用し、安全の確保と見守り活動を行っています。

★新規隊員 募集★

『スクラムこさの見守り隊』では、一緒に見守り活動を行う隊員を募集しています。活動に興味のある方は、**自分が所属する町内・自治会の会長、または事務局（小佐野公民館）**までお問い合わせください。



3月の公民館行事

実例!!



◇はまゆり健康づくり教室

3/10(月)、24(月) 14:00～15:00

音楽に合わせて軽い体操をしたり、新しいお友達ができたり、とても楽しい教室です。当日参加も可能です。

◇青い空の会 地域サロン『よったんせ』

3/27(木) 13:30～15:00

事前登録は必要ありません。お気軽にどうぞ。歌、折り紙、ミニゲーム等、みんなで楽しめる集まりです。

◇健康相談（土日以外で随時対応）

事前に申込みをすると、お待たせすることなく、対応もよりスムーズになります。

会場：小佐野公民館 連絡先：☎ 23-5544

各種工事のお知らせ



◇市道桜木町上小川線の一部カラー舗装工事

- 施工箇所 及川旅館前から自動車学校付近の通学路
- 施工時期 令和7年3月中旬の予定
- 作業時間 8:30～17:00
- 規制等 歩行者は通行可。車両は片側通行となる場合があります
- 発注者 釜石市



お雛さまを飾りました！



昨年、地区内の住民の方からご好意でいただいた雛人形を、公民館1階サロンで展示中です。小佐野公民館で展示するのは初めてだそうです。お近くに来た際はぜひご鑑賞いただき、楽しんでいただければと思います。よろしくお願ひします。



小佐野中学校跡地について

この土地は、本来は防災拠点用地ですが、平常時には、市及び学校による行事等の際の駐車場としての利用もできます。

開場時間 平日9:00～16:30 車両出入口 河川側のみ
駐車場利用可能者 公民館利用団体及び図書館来館者
駐車場以外の利用 空き状況により、地域行事での利用もできます。応援センターまでご相談下さい。

※注意 従来の公民館前駐車場には、窓口に手続きに来た方や障がいをお持ちの方等を優先的に駐車させます。子供達の送迎のための駐停車はお控え下さい。

小佐野碁友会 新規会員募集

問合せ 代表 福成和幸 ☎ 090-4632-8431



地域とつながる窓口 QRコードからどうぞ

問合せ先 市高齢介護福祉課 ☎ 22-0178

