



# 小佐野公民館だより



発行責任者 小原圭子 (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)

## 新年度の始まりに

2026年4月、新しい年度のスタートです。皆さん如何お過ごしでしょうか。

釜石市には8地区に分割された地域会議がありますが、我が小佐野地区は18自治会で構成された組織であり、市内で一番大きな地域団体であります。そこに居住する皆様のご協力を頂きながら、大震災以降、果敢に地域の安心・安全を目指し、そして地域包括ケアを地域の根幹と位置付けて、生活応援センターと共に積極的に活動している地域団体なのであります。



入学式から始まる新年度の取組みに、変わらぬ皆さんの「ヨイショ！」の後押しを宜しくお願い致します。

小佐野地区地域会議 議長 黒田 至

## いわて消防指令センターの運用が始まります

4月1日(水)からの119番通報は、受付先が、各消防本部から、「いわて消防指令センター」(盛岡消防本部内)での一括受付に変わります。災害情報を一元化することで、迅速な相互応援体制を実現し、消防体制が強化されます。

119番の通報方法に変更はありませんが、通報の際は「釜石市〇〇町」と市名を含めた住所を伝えてください。出動に要する時間は、これまでと変わりません。

問合せ 釜石大槌地区行政事務組合

消防本部 消防課

☎22-1642



## フードドライブへのご協力ありがとうございました

フードドライブにご協力を頂きまして、誠にありがとうございました。お陰様で、3月21日(土)にフードパントリー(お渡し会)を実施し、24世帯に多くの食品をお渡しすることができました。今後も、学校の長期休暇の前に実施しますので、引き続きご協力をお願いします。

フードパントリー釜石



## 野田中央公園復旧工事 まもなく完了

市内の公園の多くは、東日本大震災後に仮設住宅が建設されましたが、その撤去後には、公園機能の復旧が順次進められてきました。野田中央公園もその一つで、まもなく工事が完了し、整備され直した憩いの場として、再び利用できるようになります。4月9日(木)午後3時から、同公園にて開園式が行なわれる予定です。ぜひお集り願うと共に、今後も同公園の更なるご利用を、お願いいたします。



3月16日撮影



## ご卒業おめでとうございます

3月8日には釜石中学校(佐々木一成校長 卒業生82名)で、18日には小佐野小学校(松本孝嗣校長 卒業生44名)で卒業式が行われました。喜びや期待に胸を膨らませながらも、同時に寂しさや不安も入り混じっている子供たち。それでも、人生における大きな一歩を踏み出すこととなります。

子供たちを祝福し今後の活躍に期待して温かく見守りましょう。



釜石中学校



小佐野小学校

## 西地区3公民館合同 屋外運動教室

日時 4月15日(水) 9:30~11:30

会場 釜石市球技場(松倉)

協力 甲子GGクラブ

申込先 小佐野公民館 ☎23-5544

定員 各地区10名程度

バス時間 行き 小佐野公民館発 9:05

帰り 会場発 11:30 ※バス利用申込期限 4月13日



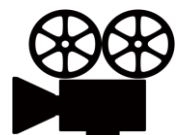
主にグラウンドゴルフを楽しめます! 直接会場に来てOK!

## 「釜石の昔を語る会」DVDを貸し出します

なかなか好評で、問い合わせや借用希望が相次いでいます。ご興味をお持ちの方はご連絡下さい。

収録時間: 約40分(1枚もの)

内容: 昭和40年代の小川小学校(運動会、夏休み合宿)、昭和45年頃の釜石製鐵所、岩手国体、曳船祭、まるみつ等が見える街並み他



問合せ 小佐野地区生活応援センター ☎23-5037

## 保健師 もいしたのお知らせ

### ストレスサインに気づいたら…

春は進級進学、職場の異動、転勤など環境の変化が多い季節です。新しい環境は、新鮮で楽しみがある一方で、緊張が続いてストレスがたまりやすい状況になります。



#### ●ストレスサインに気づこう

このような症状が出ていたら、“ストレス”を感じているかもしれません

体

- ・肩こり、頭痛、腰痛などの痛みが出てくる
- ・寝つきが悪くなったり、夜中や朝方に目が覚める
- ・眩暈や耳鳴りがする

こころ

- ・不安や緊張が高まりイライラしたり怒りっぽくなる
- ・気持ちが落ち込んで、やる気が無くなる
- ・人づきあいが面倒になって避けるようになる

#### ●サインに気づいたら早めにケアしましょう

誰かに話す ・休養を取る ・好きなことをする(音楽を聴く、歌う、映画鑑賞) ・運動をする(簡単なストレッチ)など自分に合った解消法を身につけましょう

#### ●つらい状況が続く場合は…

眠れない日が続く、こころの不安定な状態が数週間も消えない、何もする気になれない、すぐに疲れてしまう。このような場合は、医療機関等を早めに受診し、こころの専門家に相談することが大切です。



#### ●お子さんからのサインも見逃さずに!!

「普段の様子と違う」「今まではこんなことはなかった」など、いつもと違うことへの気づきが大切です。気になるサインが見られる場合、お子さんからお話を聞いてみましょう。



ご不明な点については、ぜひお問い合わせください。

小佐野地区生活応援センター ☎23-5037

## 4月の公民館行事



### ◇はまゆり健康づくり教室

4/13(月)、27(月) 14:00~15:00

音楽に合わせた軽い体操が中心です。新しいお友達ができたりするととても楽しい教室です。当日参加もOKです。

### ◇青い空の会 地域サロン『よったんせ』

4/23(木) 13:30~15:00

事前申込み不要です。お気軽にどうぞ。歌、折り紙、ミニゲーム等、みなさん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、対応がスムーズになります。

会場：小佐野公民館 連絡先：☎23-5544

マイナンバーカードに関する手続きは本庁市民課へ!

## 新人生活支援Co よしだが行く



<地域活動に参加してみませんか?>

小佐野地区では、いきいき100歳体操やレクリエーションで体を動かしたり、お茶会や健康講話などのサロン活動をしている団体がたくさんあります。

この春から「何か始めてみようかな、参加したいな」と思っている方、お近くの集会所で活動があるかもしれませんよ!

ご近所の方から聞いてみたり、市のホームページには各地区の活動団体を紹介する「つながる資源リスト」が公開されていますので、下記のQRコードを読み取ってみてください。ホームページを見るのが難しい場合や、「つながる資源リスト」に掲載されていない公民館の行事、趣味活動等の情報については、応援センターまでお問い合わせください。



QRコードの読み取り

釜石市 つながる資源

検索

小佐野地区生活応援センター

☎23-5037

## かまいしエール券の販売

▶販売期間 4月9日(木)~5月31日

▶利用期限 9月30日(水)

▶購入できる人 釜石市に住民登録のある人

▶販売価格 1冊3,000円(5,000円相当)

※1人2冊まで(代理購入可)

▶必要なもの 身分証明書

▶販売場所 地区応援センター、市内スーパーなど

その他詳細は、市広報4/1号をご確認願います



## 移動図書館「しおかぜ号」巡回日程

今回から、市広報ではなくこちらでお知らせします。

【小佐野地区 4月】

8日(水)

11:30~12:00 働く婦人の家

13:20~13:50 中小川カサ・デ・ファミリア



## お別れの言葉

人事異動により、4月から別の部署に移ります。こちらに勤務した3年の間、小佐野地区の皆様には大変お世話になり、心から感謝申し上げます。4月からは都市計画課で空き家対策を担当します。応援センターという、地域の最前線からいったんは離れますが、また、顔を合わせることもあるかもしれません。今後どうぞよろしく願いいたします。

(所長/館長 三浦慎輔)



## 新任ごあいさつ

WELCOME!!!

4月からお世話になります小原と申します。小佐野地区にお住いの皆様と一緒に暮らしやすいまちづくりのために、汗を流したいと思っておりますのでどうぞよろしくお願い致します。

(所長/館長 小原圭子)

