

10月

なかづま

中妻地区生活応援センターだより/中妻公民館だより 令和7年10月号

【編集・発行】中妻地区生活応援センター 【発行責任者】所長（公民館長） 小山田 富美子
【住所】〒026-0041 釜石市上中島町2丁目6番36号 【電話】0193-23-5541 23-5543

西地区合同スポーツ交流大会を開催します！！

暑い夏も終わりに迎え、ようやく体を動かすにはちょうど良い季節になってきました！爽やかな秋空のもと、今年も西地区合同スポーツ交流大会を開催します。皆さんでたくさん笑い、元気に体を動かし、良い汗を流しましょう！

- 日 時：令和7年10月15日(水) 8:30~12:00 (雨天の場合は中止します)
- 場 所：釜石市球技場 (甲子町10-159-4)
- 内 容：次の3種目のニュースポーツに挑戦！チームごとの得点により表彰を行います。
①グラウンドゴルフ5人 ②スカットボール5人 ③ポッチャ5人
- 募集対象者：3種目全てに参加できる方 (5人1チームでの応募もできます)
- 募集期限：10月7日(火)
- 申込先：中妻公民館 (Tel.23-5541)



小佐野・中妻公民館まつり展示作品の募集について

11月15日(土)・16日(日)の2日間に、小佐野公民館を会場に小佐野と中妻公民館共同による公民館まつりを開催します。これに先立ち、10月30日(木)から11月6日(木)まで中妻公民館にて「中妻公民館作品展」を開催いたします。

つきましては、皆さまからの展示作品を募集いたしますので、ぜひご応募ください。

- 募集作品：ご自身で作成した作品 (木工品や絵画、手芸作品等々1人3点以内)
- 受 付：10月10日(金)～10月24日(金)
中妻公民館までご持参願います。
- その他：作品の展示は、10月30日(木)～11月6日(木)は中妻公民館、
11月8日(金)～11月16日(日)は小佐野公民館で展示します。

※公民館まつりの詳しい内容は11月号のおたよりに掲載します。



男の〇〇倶楽部を開催します

～昭和男の井戸端会議～

男の〇〇倶楽部、今月は芸術の秋！と言うことで、オリジナルのコースターを作ります。自分で作ったコースターでお月見を楽しみませんか。初めての方も大歓迎です！

一緒に物づくりを楽しみましょう！

日 時：10月30日(木)
13:30~15:00

持ち物：飲み物 など
※材料などは公民館で用意します。
申込先：中妻公民館 (Tel.23-5541)



～中妻 なかよし食堂を開催します～

地域の子どもたちと住民の交流を目的として中妻地区民生児童委員協議会主催による「なかよし食堂」を開催します。

日 時：10月11日(土)10:30~13:00

会 場：中妻公民館

メニュー：「アミエビの炊き込みご飯」
「具だくさんのミルク豚汁」
「きゅうりとワカメのさっぱり和え」
「デザート」

対 象：双葉小学校の児童と地域住民
(小学生以下の兄弟姉妹可)

※先着 50名

参加費：大人300円 子ども100円

申込み期限：10月6日(月)まで

申込先：中妻公民館 (Tel.23-5541)



マイナンバーカードに関する
手続きは市役所本庁舎 市民課へ



平日お忙しい方は、マイナンバーカードに関する休日
窓口(月1回)をご利用ください

●休日開庁日：10月5日(日)9:00~12:00

ラジオ体操(期間10月~4月)

※10月からのラジオ体操は屋内で行います。

日時：毎週月・水曜日9:00~

場所：中妻公民館大集会室





10月のサロン情報(会場:中妻公民館)

地域サロン「よったんせ」
 日時: 10月7日(火)13:30~15:00
 ※サロンです。歌やゲームなど、おしゃべりしながら楽しい時間を一緒に過ごしましょう。



いきいき生活応援事業(はまゆり会との共催事業)
 日時: 10月10日(金)11:00~11:45
 内容: 「かまいしの歴史」講座
 ※「かまいしの歴史」の中で文書に残らない「遺跡」や「遺物」について市文化財課職員から、お話していただきます。
 お話を聞いたあとは、**はまゆりカレー昼食会**
カレー代300円と白いご飯をお持ちください。
 ※初めて昼食会に参加の方は、公民館までお電話ください。



ほっこり体操楽しも会
 日時: 10月15日(水)9:15~10:00
 ※体育協会、佐藤千依先生による高齢者向けの健康ストレッチ体操です。



中妻スクラムメイト
 日時: 10月15日(水)10:00~12:00
 会場: 中妻公民館
 内容: 体育協会、佐藤千依先生による軽運動を行います。



マークがついている事業は健康チャレンジポイント対象事業です

お茶っこの会「よったんせ」
 日時: 10月16日(木)13:30~15:00
 ※ゆっくりリラックスして、なんでもお話しませんか



手芸教室
 日時: 10月20日(月)13:00~15:00
 ※10月~12月の3回で来年の干支・午の置物を作ります。
 ※材料費: 700円程度



スマイル健康サロン
 日時: 10月21日(火)13:30~15:00
 ※血圧測定、健康相談、脳トレなどを行います。

かるっと運動楽しも会
 日時: 10月23日(木)9:00~10:00
 ※体育協会、佐藤千依先生によるスポーツレクを行います。



「かまいしの歴史」講座
 ~何千年前からご近所さん~

入場無料!

「歴史」って聞くと難しそうですが、実は足元にも先人たちの暮らしの跡が残っています。今回の講座では文書に残らなかった不思議な歴史についてお話していきたいと思います。

難しいお話ではありません。遠い昔のご近所さんからのメッセージを、一緒に紐解いてみませんか

- 日時: 10月10日(金)11:00~11:45
- 講師: 市文化財課職員
- 持ち物: 筆記用具、飲み物 など
- 会場: 中妻公民館 ※どなたでも参加できます。



第3回 懐かしい昭和 音を語る会

懐かしい昭和の8ミリフィルムや写真を鑑賞したり、子どもの頃の遊びを思い出して楽しみましょう。

- 日時: 10月29日(水) 13:30 ~ 15:00
- 場所: 中妻公民館
- 主催: NPO法人20世紀アーカイブ仙台

※この事業は復興庁令和7年度被災者交付支援総合交付金「心の復興」事業の交付を受けて実施しております。



《新開橋及び礼ヶ口橋の夜間交通規制のお知らせ》

この度、【新開橋】及び【礼ヶ口橋】において、橋りょうの安全性を確認するための点検をします。点検作業中、交通規制を伴うため、皆様には大変ご不便・ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

- 作業日時
 - ①新開橋10月9日(木)22:00~翌朝5:00
 - ②礼ヶ口線10月10日(金)22:00~翌朝5:00

●交通規制: 時間帯車両全面通行止め

●作業箇所

①新開橋

②礼ヶ口橋



●問合せ先: 市建設課 Tel.22-2111 (内線406)
 ※新開橋の規制にあたり代替駐車場として応援センター駐車場(甲子川沿いNo.157~No.180)が利用できます

~昭和男の井戸端会議~ 男の〇〇倶楽部



月に1回木曜日に男性だけで集まって色々な体験会を行っています。塗り絵や、ダーツ、ニュースポーツやそば打ち、調理実習と内容は様々です。暑い日が続いていましたが、ようやく外に出るには良い気候になってきました。男の〇〇倶楽部をきっかけに新しい仲間や趣味を見つけて、健康的に楽しく過ごしましょう。内容については、毎月の公民館だよりに掲載しています。男性の皆さん!大きな一歩を踏み出してみませんか。内容についてはお気軽に中妻公民館にお問合せください。



令和7年10月31日(金)は市県民税第3期、国民健康保険税第4期の納期です。