



蛸ノ浦貝塚

**文化財めぐりの参加者を募集します**

▽日時 11月24日(日)午前9時〜正午  
 ▽集合・解散場所 市役所車庫前  
 ▽見学場所 国指定史跡蛸ノ浦貝塚、市指定史跡宮野貝塚など  
 ▽参加料 無料  
 ▽定員 20人  
 ▽申込受付 10月25日(金)から電話で受け付けます。  
 ※定員になり次第締め切り、受付時間は平日午前9時〜午後5時15分  
 ▽その他 小学生以下の子どもは、保護者同伴で申し込みください。  
 ▽申込先/問い合わせ先 生涯学習課文化財係 (☎内線292)

**クリスマスリースづくり講座**

▽期日 12月5日(木)  
 ▽時間 午前10時〜正午  
 ▽会場 働く婦人の家  
 ▽対象 市内在住、在勤の人  
 ▽講師 r r u m a m a さん (編み物作家)  
 ▽参加料 1,500円  
 ▽定員 10人

**大船渡市民体育大会 8人制サッカー競技**

▽期日 11月17日(日)  
 ▽時間 午前8時45分開会  
 ▽会場 赤崎グラウンド  
 ▽参加資格 高校生を除く18歳以上で構成されるチーム  
 ▽参加料 3,000円  
 ▽申込締切日 11月11日(月)  
 ▽その他  
 ・代表者会議を11月11日(月)午後7時から体育センターで行います。参加料を持参の上、必ず参加ください。  
 ・参加資格やルールなどの詳細は、問い合わせください。  
 ▽申込先/問い合わせ先 体育センター (☎1001)  
 ・市サッカー協会三浦裕さん (☎2370)

**「働きたい!」若者を応援! いちサポおふなとルーム**

就労に関する個別相談、スキルアップ支援を行います。  
 ▽期日 11月6日(水)・20日(水)  
 ▽時間 午前10時〜午後3時  
 ▽会場 シーパル大船渡  
 ▽内容  
 ・午前中コミュニケーション力を身に付けるセミナー、パソコン・作業訓練など  
 ・午後 個別相談(要予約)  
 ▽対象 これから働きたい39歳までの人および家族など  
 ▽参加料 無料  
 ▽申込締切日 各開催日の前日までに電話で申し込みください。  
 ▽申込先/問い合わせ先 大船渡市民活動支援センター【担当 今野さん】(☎5702)  
 ※電話受付時間 平日午前10時〜午後5時

**持参するもの** 軍手、持ち帰り用の袋、筆記用具  
 ▽申込締切日 12月2日(月)  
 ※定員になり次第締め切り。  
 ▽申込先/問い合わせ先 働く婦人の家 (☎1001)

## みちのく潮風トレイル 大船渡まち歩き —細浦駅〜おおふなぼーとまで歩きましょう—

みちのく潮風トレイル全線開通記念イベントとして、みちのく潮風トレイルのルートを歩く「大船渡まち歩き」を開催します。  
 ▽期日 11月9日(土)  
 ※荒天時は中止となります。  
 ▽時間 午前9時〜午後0時30分  
 ※午前8時30分から受け付け  
 ▽集合場所 おおふなぼーと 1階ピロティ  
 ▽内容  
 おおふなぼーと(大船渡駅)から細浦駅まで、BRTで移動します。その後、おおふなぼーとまでの約7kmを歩き、到着後、キャッセン大船渡で昼食をお楽しみください。

▽参加料 1,500円(お食事券、保険料ほか)  
 ※このほか、BRT利用料金(大人190円)が別途かかります。  
 ▽定員 30人  
 ※最少催行人数15人  
 ▽申し込み 11月7日(木)までに電話で申し込みください。  
 ▽その他  
 歩きやすい服装、靴で参加ください。帽子、タオル、飲料水などを持参ください。  
 ▽問い合わせ先 碓石海岸インフォメーションセンター (☎2359)



## こそだてシップから イベントのお知らせ

▷申込先/問い合わせ先=こそだてシップ  
 (☎5689/Eメール=kosodate-ship@ceres.ocn.ne.jp/ホームページ=http://kosodateship.org/)



すくすくルーム(サン・リア2階)は、広い畳敷きのプレイルームで、0歳から乳幼児の子どもたちが、スタッフの見守りのもと楽しく遊べます。妊婦・育児相談、赤ちゃんの体重測定なども行っています。



すくすくルームでは、赤ちゃんとのふれあいイベントを多数実施しています

▷利用対象=妊婦、未就学児とその保護者  
 ▷開所時間=午前10時〜午後4時  
 ※毎週水曜日は休みです。  
 ※正午から午後1時までは、室内で飲食できます。  
 ▷利用料=無料

## すくすくルーム11月のイベント情報

期日	行事名	内容	時間	参加料、予約
11月1日(金)	お口の健康	歯科衛生士のお話を聞きます。乳児からできる歯磨きで、しっかり虫歯を予防しましょう。	午前10時30分〜午前11時30分	無料、予約不要 歯ブラシを持参ください
11月3日(日)	マタニティサロン	助産師と保健師が、妊婦さんとその家族をサポートします。リラックス体操、沐浴演習、妊娠期の過ごし方のお話、赤ちゃんを迎える準備品の展示などを行います。家族で参加できます。	午前10時〜午前11時30分	300円 要予約
11月8日(金)	ママサロン こそだてシップ(※)	◎赤ちゃんユラユラ・ベビーダンスを踊ろう! 動きやすい服装で参加ください。参加料にはお弁当・おやつ代が含まれます。(午前10時30分〜正午)	午前10時〜午後3時	500円、要予約
11月12日(火)	子育てスクール	離乳食の具体的な食べさせ方や、食のしつけのお話しを、食事をしながら聞きます。離乳食を持参ください。 講師：山本正子さん	午前11時〜午後1時	無料、予約不要
11月17日(日)	授乳相談	助産師による授乳相談です。妊婦さんもお越しください。乳房のトラブル時は、フェイスタオルを持参ください。	午前10時〜午後1時	無料 予約不要
11月22日(金)	ママサロン こそだてシップ(※)	◎リラックスママサロン 赤ちゃんと一緒にのんびり過ごしましょう。	午前10時〜午後3時	200円 予約不要
11月28日(木)	すくすく相談	保健師による育児相談です。ミニ講話「子どものためにも禁煙を」も行います。	午前10時30分〜午前11時30分	無料 予約不要

※ママサロンこそだてシップは、助産師や子育て支援者が、妊婦・母子・母乳相談、体重測定、ママのハンドマッサージなどのほか、表のイベントを行います。軽食バイキング、おやつもあります。