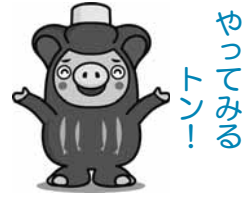


新しいこと はじめてみませんか？

講座・教室・催しのご案内



やってみる
トン！

グラウンド・ゴルフ教室

- ▷ 期日 = 6月18日(土)
- ▷ 時間 = 午前9時～正午
- ▷ 講師 = 大船渡市グラウンド・ゴルフ協会
- ▷ 会場 = 盛川河川敷公園 (開発鉄道側)
- ▷ 対象 = 市内に在住または通勤・通学する小学4年生以上の人
- ▷ 参加料 = 100円
- ▷ 申込締切日 = 6月9日(木)
- ▷ 申込先・問い合わせ先
体育センター(☎⑩1001)

6月19日(日)開催の「市民体育大会グラウンド・ゴルフ競技」にもぜひ参加ください

会場、対象、参加料、申込締切日は共通です。詳細は問い合わせください。

自力整体体験講座

- ▷ 期日 = 6月17日～7月15日の毎週 金曜日(計5回)
- ▷ 時間 = 午後7時15分～9時
- ▷ 会場 = 働く婦人の家 講習室
- ▷ 講師 = 今野昌恵さん(自力整体ライフナビゲーター)
- ▷ 定員 = 10人
- ▷ 対象 = 市内にお住まいまたはお勤めの人
- ▷ 参加料 = 100円(保険料)
- ▷ 申込締切日 = 6月14日(火)
- ▷ 持ち物 = 大判タオル1枚、タオル1枚、ヨガマット、筆記用具、上靴
- ▷ その他 = なるべく空腹の状態でお越しください。
- ▷ 申込先・問い合わせ先
働く婦人の家(☎⑩1001)

着物着装講座

- ▷ 期日 = 6月17日～7月22日の毎週金曜日(計6回)
- ▷ 時間 = 午前10時～正午
- ▷ 会場 = 働く婦人の家 講習室
- ▷ 講師 = 和田八重子さん
- ▷ 定員 = 8人
- ▷ 対象 = 市内にお住まいまたはお勤めの人
- ▷ 参加料 = 無料
- ▷ 申込締切日 = 6月14日(火)
- ▷ 持ち物 = 着物(浴衣可)、帯、紐5本、コーリンベルト、帯板、足袋、肌襦袢、おこし、襟止めまたは洗濯ばさみ、筆記用具、上靴
- ▷ 申込先・問い合わせ先
働く婦人の家(☎⑩1001)

食生活改善推進員養成教室を開催します

- ▷ 食生活改善推進員とは = 地域において、食生活を基本とした健康づくりを実践する人
- ▷ 日程 = 6月28日(火)、7月26日(火)、8月24日(水)、9月27日(火)、10月5日(水)
※全5回(1回当たり4時間)の連続講座で、16時間以上受講した人に修了証を交付します。
- ▷ 時間 = 午前10時～午後2時
- ▷ 会場 = 保健センター
- ▷ 講座の内容
- ① 講義・ワークショップ
健康づくり地区組織活動と食生活改善推進員の役割、栄養の基礎と生活習慣病を予防する食生活、わかると楽しい食品表示など
- ② 調理実習
子育て世帯のバランス食、生活習慣病予防食、高齢者の低栄養予防食
- ③ 運動実技
生活習慣病を予防する運動
- ▷ 講師 = 栄養士、保健師、食品衛生監視員、健康運動指導士など
- ▷ 受講料 = 無料
- ▷ 定員 = 8人(先着順)
- ▷ 申込方法 = 電話、ファクス、Eメールのいずれかで申し込みください。ファクス、Eメールの場合、件名を「食生活改善推進員養成教室申し込み」とし、①氏名(フリガナ)、②住所、③電話番号を記載ください。
- ▷ 申込締切日 = 6月14日(火)
- ▷ 申し込み・問い合わせ先
健康推進課(☎⑩1581/☎⑩8572)
【Eメール】ofu_kenkou@city.ofunato.iwate.jp

購入するほどお得！
プレミアム付商品券

3次販売を実施します

～1セット5,000円(額面7,000円)で販売！～

- ▷ 商品券概要(1セット)
 - ・専用券：5,000円分(500円券×10枚) 小規模店舗で使用できます。
 - ・共通券：2,000円分(500円券×4枚) 全ての加盟店で使用できます。
 - ・取扱加盟店：468店舗(5月2日現在)
※商工会議所ホームページから確認できます。
- ▷ 3次販売セット数 = 17,952セット
- ▷ 販売日 = 5月28日(土)、29日(日)
※28日で完売した場合は、29日の販売はありません。この場合は、市ホームページなどでお知らせします。
- ▷ 販売時間 = 午前9時～午後4時(完売次第終了)
※整理券は、販売セット数に達するまで、当日午前9時から大船渡市民文化会館正面入口前の受け付けにて、販売当日分のみ先着順で1人つき1枚配布します。
- ▷ 販売会場 = 大船渡市民文化会館(リアスホール) マルチスペース
- ▷ 販売対象者 = 市内外を問わず、どなたでも購入できます。
- ▷ 販売上限 = 1人当たり20セットまで
- ▷ 販売方法
 - ・受け付けで、商品券の購入希望セット数を確認し、整理券に記入して配布します。

- ・整理券記載の入場時間帯に来場した人に、整理券および現金と引き換えに商品券を販売します。なお、都合により指定の入場時間帯に来場できない場合には、当日午後4時までに来場した場合に限り販売します。
- ・整理券に記載された購入希望セット数での販売となります。



詳細は商工会議所
ホームページを
確認ください

- ▷ 使用期限
令和4年7月31日(日)
- ▷ その他 = 駐車場は、大船渡市民文化会館および大船渡市総合福祉センターを利用できますが、整理券の配布開始時などは混雑が予想されますので、乗り合わせなどでの来場にご協力ください。
- ▷ 問い合わせ先
 - ・大船渡商工会議所本所(☎⑩2141)
 - ・大船渡市役所商工課(☎内線109、111)

お得に使って地元を応援！

- 家族や友達同士のお食事に！
- 食料品や衣料品、日用品、車のガソリンなど普段のお買い物に！
- 飲食店や宿泊業、小売業、サービス業、運輸業、建設業など、市内のいろいろなお店で使用できます！

年中から小学2年生対象

遊びながら、英語を学びませんか？

ABC



- 子どもを対象に、遊びながら英語に触れる英語スクールを開催します。英会話やゲームなどで楽しく過ごしましょう。
- ▷ 期日 = 6月25日(土)
- ▷ 対象および時間
 - ・第1部 = 午前9時30分～10時30分【未就学児(保育園などのクラスが「年中」や「年長」の園児)が対象】
 - ・第2部 = 午前11時～正午【小学校1～2年生が対象】
- ※どちらも保護者同伴で参加ください。
- ▷ 会場 = カメリアホール
- ▷ 講師 = 佐藤友紀さん、アイリス・アバーケズさん(佐藤英会話講師)
- ▷ 内容 = 英会話、英語に関するゲームなど
- ▷ 定員 = 第1部・第2部とも親子各10組
※定員を超えた場合は、抽選とします。
- ▷ 参加料 = 無料
- ▷ 持ち物 = 飲み物、マスク
- ▷ 申込方法 = 電話または右のフォームから申し込みください。
- ▷ 申込締切日 = 6月6日(月)
- ▷ 申込先・問い合わせ先
中央公民館(☎⑩3166)



申込フォーム