

催し・講座

インドネシアの舞踊を 踊ろう！in気仙丸

三陸国際芸術祭2023において、インドネシアからプロのダンサーが来日します。インドネシア・ジョグジャカルタの芸能を習ったり、一緒に踊ったりする交流ワークショップです。

▽期日 10月9日(月・祝)
▽時間 午前10時30分～正午
※受け付けは午前10時～10時30分

▽会場 千石船「気仙丸」
▽対象 小学生以上
▽定員 20人(要事前予約)



▽参加料 無料
▽申込方法 予約フォームから申し込みください。

※1回につき1席のみ予約可
▽申込期限 10月7日(土)午後11時59分まで

▽問い合わせ先

三陸国際芸術祭三陸芸能大発見サミット事務局
【みんなのしるし合同会社】
(☎05123)



三陸国際芸術祭
予約フォーム

健康イベント「健康づく GREEN2023」開催

血管年齢測定、大腸がんクイズラリー、減塩レシピ紹介などを実施します。自分の健康状態をチェックし、普段の健康づくりに活かしましょう。

▽日時 10月12日(木)、13日(金) 午前9時30分～11時、午後1時～2時30分

▽会場 市民体育館

▽その他 申込不要です。当日は、同会場で各種健(検)診も行います。イベントと健(検)診の両方に参加することも可能です。

▽問い合わせ先
健康推進課成人保健係
(☎01581)

高齢者交流サロンを 開催します

■よってさろん

▽期日 10月12日(木)
▽時間 午前10時～11時
▽会場 マイヤ大船渡店マイヤテラス(ペーカリーコーナー横)

▽内容 軽体操、野菜摂取量測定など

■サン・リアよってさろん

▽期日 10月27日(金)
▽時間 午前10時30分～11時30分
▽会場 サン・リア1階いこいの広場

▽内容 いきいき百歳体操など

■共通事項

参加費は無料、予約も不要です。気軽に来場ください。

▽問い合わせ先
地域包括ケア推進室
(☎02943)

認知症カフェを 開催します

認知症カフェは、認知症の人やその家族、認知症について

て関心のある人、医療や福祉の専門職など、誰でも気軽に集える場所です。

ここでは、くつろいだ雰囲気の中で認知症について正しい理解や情報が得られ、相談などもできます。初めて参加する場合は、問い合わせください。

認知症の人と家族の会 つどいの会

▽期日 10月19日(木)
▽時間 午後1時30分～3時30分

▽会場 おおふなぼーと

▽内容 語り合い、勉強会、リフレッシュ交流会、相談など

▽参加料 100円

▽問い合わせ先

大船渡地区認知症の人と家族の会事務局
(☎08605)

おたすけカフェ

▽期日 第3金曜日または第4金曜日
※詳細は問い合わせください。

▽時間 午前10時～正午

▽会場 おたすけ(末崎町字平林69・12)

▽内容 おしゃべり、元気が出るゲーム、おやつ作り、お出かけ、相談など

▽参加料 100円
▽問い合わせ先 末崎町在宅介護支援センター(☎090・7321・1106)

第2回「健康づくり座談会」～高血圧症予防～

▽日時 10月17日(火) 午前10時～正午(午前9時30分から血管年齢測定)

▽会場 大船渡市総合福祉センター 大会議室

▽対象 なたでも可

▽内容

- ①血管年齢測定
- ②講話【①健診結果から見える岩手県・大船渡市の特徴／②高血圧を予防する減塩のポイント】
- ③試食「減塩レシピで作るおかずを食べてみよう」
- ④体験コーナー「市販食品の塩分量を測定してみよう」

▽参加費 無料

▽定員 30人(先着順)

▽持ち物 筆記用具、めがね

▽申込方法 電話、ファクス、Eメールのいずれかで、氏名、電話番号、お住まいの町名を連絡ください。

▽問い合わせ先 健康推進課 成人保健係(☎01581/☎028572)

65歳からの充実ライフ講座 人生を豊かにする整理収納術 ～終活に向けて～

▽日時 10月17日(火) 午前10時～11時30分(午前9時30分から受け付け)

▽会場 おおふなぼーと

▽対象 65歳以上

▽内容 片付けのコツなどを整理収納アドバイザーがお伝えします。

▽定員 20人

▽参加費 無料

▽持ち物 筆記用具、眼鏡(必要な人)

▽申込先・問い合わせ先
地域包括ケア推進室
(☎02943)

椿の里発見ツアー開催

～「椿の里」の今を見つめ
その先の未来へ～

市内に現存する椿の古木や名所を巡り、その由来や歴史に触れながら「椿の里・大船渡」のまちづくりに椿をどのようになかしていかを探るツアーです。

▽日時 10月14日(土) 午前9時30分～午後2時

※午前9時15分までに集合

▽内容 マイクロバスで市内

北部の椿の古木、椿工房などを巡ります。

▽集合場所 大船渡市役所本庁舎駐車場

▽日程 大船渡市役所駐車場
↓佐野椿 ↓長洞椿 ↓三陸町越喜来株椿 ↓椿工房光風舎

↓三陸大王杉並木 ↓道の駅さんりく(昼食) ↓大船渡市役所駐車場(解散)

▽募集人数 20人(先着順)

▽参加料 1,500円(昼食代、飲み物代、保険料など)

▽服装・持ち物 散策しやすい軽装、履物で参加ください。マスク、筆記用具、雨具、水分補給用品等をご持参ください。

▽申込締切日 10月7日(土)

▽申込先・問い合わせ先
世界の椿館・碁石(☎0187/☎0294189)

うみねこ子ども食堂「カレーライスをみんなで食べよう」を開催します

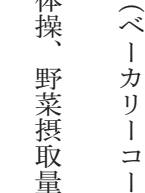
▽日時 10月22日(日) 午前11時～午後1時

▽会場 大船渡市働く婦人の家

▽料金 18歳以下の子どもは無料(大人は1人300円)

▽申込方法 事前の申し込みが必要(10月1日受付開始)。電話またはうみねこ子ども食堂LINE公式アカウントから申し込みください(先着50食)。

▽申込先・問い合わせ先 子ども食堂実行委員会 山下(☎080・1838・187)



子ども食堂
公式LINE

結婚相談・支援センター からのお知らせ

■さんりく♡うみこ
貝殻アクセサリーづくりなど体験をしながら素敵なご縁を見つけませんか。

▽日時 11月11日(土) 午前10時～午後4時

▽集合場所 リアスホール会議室1・2

▽対象

・男性：岩手県内在住で25歳～45歳までの独身の人
・女性：20歳～45歳までの独身の人(地域制限なし)

▽定員 男女各8人(先着順)

▽参加費 1,000円(体験料・昼食代含む)

「縄文時代」を学ぶ 講演会を開催します



センター
ホームページ

▽申込方法 センターホームページの申込フォームから申し込みください。

▽申込締切日 11月4日(土)

■問い合わせ先

大船渡市結婚相談・支援センター【サン・リア2階】
(☎027582)

手県遺跡の事例から考える

▽講師 高橋龍三郎 氏(早稲田大学教授)

▽会場 リアスホール マルチスペース

▽参加費 無料

▽その他 事前申込は不要

▽問い合わせ先
教育総務課文化財係
(☎内線296)

自力整体体験講座を 開催します

▽期日 10月19日(木)、26日(木)、11月2日(木)、9日(木)、16日(木)、30日(木)

▽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)

▽参加費 100円(保険料)

▽定員 10人(先着順)

▽申込締切日 10月16日(月)

▽持ち物 大判タオル1枚、タオル1枚、ヨガマット、筆記用具

※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
大船渡市働く婦人の家
(☎01001)