



催し・講座

日頃市町文化祭・軽トラ市
開催、作品展示と地元の特産品を販売します

- ▼日時 11月12日(日)
- ・文化祭 午前9時～午後3時
- ・軽トラ市 午前9時～午後1時
- ▼会場 旧日頃市中学校体育館・グラウンド(雨天時は体育館)
- ▼対象 どのなたでも
- ▼内容



- ・文化祭 絵画・書道・手芸作品の展示、バザーなど
- ・軽トラ市 農産物・生産物などの販売、餅まきなど
- ▼駐車場 旧日頃市中学校グラウンド
- ▼問い合わせ先
ひころいち町まちづくり推進委員会(☎28・2943)

どなたでも受講できます！
「普通救命講習」

- 大船渡消防署では、学校や事業所などの団体の人や個人へ、応急手当ての普及啓発を行っており、普通救命講習会を定期的に開催しています。
- ▼期日 11月4日(土)、12月2日(土)、16日(土)のいずれか
 - ▼時間 午前9時～正午
 - ▼会場 防災センター4階
 - ▼内容 普通救命講習
 - ※成人に対する心肺蘇生、AEDの取り扱い方法、異物除去要領、止血法等を学びます。
 - ▼申込方法 「救急講習受講申込書」へ必要事項を記載ください。申込

- 書様式については問い合わせください。
- ▼定員 各25人(5人に満たない場合は実施しません)
 - ▼問い合わせ先
大船渡消防署救急救助係(☎27・2119)

「椿を使った秋の寄せ植え」
教室を開催します！

- 椿を通じたふれあいの場づくり、市の花「つばき」の多様な活用および寄せ植え技術の向上を目的として、「椿を使った秋の寄せ植え」教室を開催します。
- ▼日時 11月5日(日)午前10時
 - ▼場所 世界の椿館・碁石
 - ▼内容 椿と秋の花苗を使った寄せ植えづくり
 - ▼講師 (公社)日本家庭園芸普及協会認定講師 グリーンアドバイザー 井上晃子さん
 - ▼参加料 1500円(材料費含む)
 - ▼持ち物 使い捨て手袋またはウレタングローブ、作品持ち帰り用のビニール袋または段ボール
 - ▼定員 15人
 - ▼応募期限 10月29日(日)
 - ▼申込先・問い合わせ先

世界の椿館・碁石(☎29・4187
FAX 29・4189)

郷土料理(ゆべしづくり)
を学ぶ講座

- ▼日時 11月7日(火)、11月21日(火) 午前10時～正午
- ▼会場 大船渡市働く婦人の家 料理実習室
- ▼講師 沼田京子さん、古澤弥代子さん
- ▼参加料 1000円(1回あたり)
- ▼対象 市内在住または在勤の人
- ▼定員 12人程度(先着順)
- ▼申込期限 11月1日(水)
- ▼持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、布巾
- ▼申込先・問い合わせ先 大船渡市働く婦人の家(☎27・1001)

筆文字アート体験講座
～年賀状を送ろう！～

- ▼期日 11月30日(木)、12月3日(日)
- ▼時間 午後2時～4時
- ※両日とも同様の内容の講座となります
- ▼会場 大船渡市働く婦人の家研修室

- ▼講師 智書(さとり)しよ 講師 金野紀子さん
- ▼参加料 500円(材料費)
- ▼対象 市内在住および在勤の人
- ▼定員 8人(先着順)
- ▼申込期限 11月21日(火)
- ▼持ち物 筆記用具、筆ペン
- ▼申込先・問い合わせ先 大船渡市働く婦人の家(☎27・1001)

健康講演会「専門医にきく！
実践してほしい肺がん予防法」

大船渡市は、全国と比べて肺がんで亡くなる人が多いこと、喫煙率が高いことが課題になっています。今からできる肺がん予防について学びませんか？

- ▼日程 11月29日(水)午後1時30分～2時30分(開場は午後1時)
- ▼場所 リリアスホール マルチスペース
- ▼対象 どのなたでも
- ▼内容 肺がんの予防法や禁煙について
- ※情報提供、健康相談ブースもあります。
- ▼講師 岩手県予防医学協会 専務理事・呼吸器内科部長 武内健一氏
- ▼参加料 無料

大船渡市民体育大会
8人制サッカー競技

- ▼期日 11月26日(日)
- ▼時間 午前8時45分から
- ▼会場 赤崎グラウンド
- ▼参加資格
- 1. 一般は、18歳以上で構成する高校生を含まないチームとする。
- 2. 大船渡高校サッカー部の参加を認めます。
- 3. 1チームの選手登録人数は15人以内です。
- 4. 複数チームへの登録は認めません。
- 5. 29歳以下の日本サッカー協会第1種登録者の同時出場は2人以内です。

内とします。
▼参加料 一般5000円、高校生2000円

- ※代表者会議の際に持参ください
- ▼申込期限 11月20日(月)午後7時まで
- ▼その他 傷害保険は各チームで加入してください。試合中等の事故に関しては応急処置のみを行います
- ▼代表者会議
- ・場所 大船渡市体育センター2階会議室
- ・期日 11月20日(月)午後7時
- ▼申込先・問い合わせ先 大船渡市体育センター(☎27・1001)

無料 65歳以上対象
体力づくり講座 参加者募集
～体力をつけて免疫力を高めましょう～

- ▶期日・会場 = 下表のとおり
- ▶時間 = 午後2時～3時
(受け付け：午後1時30分～)
- ▶対象 = 65歳以上(運動制限のない人)
- ▶内容 = 健康づくりのための運動や講話
- ▶定員 = 各地区30人(先着順)



申し込みフォーム

【Eメール】ofu_kenkou@city.ofunato.iwate.jp

※本年度初めて参加する人は、事前に申し込みください。

- ▶持ち物 = 飲料水、動きやすい服装、眼鏡(必要な人)
- ※上履きが必要な会場があります。

▶申込先
NPO法人 さんりくWELLNESS
(☎080・1823・2015)

地区	期日	会場
盛	11月7日(火)	カメラアホール
大船渡	11月13日(月)	おおふなぼーと
末崎	11月9日(木)	ふるさとセンター
赤崎	11月14日(火)	赤崎地区公民館
猪川	11月20日(月)	猪川地区公民館
立根	11月16日(木)	立根生活改善センター
日頃市	11月21日(火)	日頃市地区公民館
綾里	11月27日(月)	綾姫ホール
越喜来	11月28日(火)	三陸公民館
吉浜	11月30日(木)	吉浜地区拠点センター