

催し・講座

温泉ミニデイサービス

9月は日頃市地区

- ▽期日・対象地域 9月6日 (水) / 日頃市地区
- ▽時間 午前9時～午後3時 30分(送迎を含む)
- ▽会場 しゃくなげの湯(「五葉温泉」)
- ▽対象 対象地域に在住の65歳以上の人で、移動(バスへの乗降時を含む)・入浴・着替えなどに介助の必要がない人
- ▽内容 血圧測定、入浴、昼食、健康講座、生きがい講座など
- ▽利用料 1,000円
- ▽定員 45人(先着順)
- ▽申込方法 J A おおふなど日頃市支店窓口へお申し込みください。
- ▽申込締切日 8月30日(水)
- ▽その他
  - ・飲酒は禁止です。
  - ・脳梗塞や心筋梗塞などの危険があるため、血圧が高い人は入浴をお断りすることがあります。
  - ・昼食は衛生面・安全管理の都合上、J A おおふなどが用意します。

- ・健康講座・生きがい講座時間中の入浴は、ご遠慮ください。
- ・送迎はJ A おおふなどが行います。
- ▽申込先/問い合わせ先 J A おおふなど日頃市支店 (☎23300)

はっけん!

碓石海岸クイズラリー

- ▽期日 8月12日(土)
- ▽時間 午前10時～午後2時
- ※受け付けは午前9時30分
- ▽会場 碓石海岸遊歩道
- ▽集合場所 碓石海岸インフォメーションセンター
- ▽対象 小学生以下は保護者同伴
- ▽内容
  - ・クイズラリー 碓石海岸遊歩道内5カ所のチェックポイントでクイズに答えながら「オリジナル碓石海岸カード」を集めます。また、クイズの正解数に応じて抽選で景品が当たります。
  - ・バーベキュー お振る舞い ダッチオーブンとスキレットを使った料理を振る舞います。
- ▽参加料 1人1,000円 (保険料ほか)

- ▽定員 20人
- ▽持参するもの 飲料水、タオル、おにぎりなど
- ▽申込締切日 8月10日(木)
- ※定員になり次第締め切り
- ▽その他 小雨の場合は決行しますが、悪天候の場合は室内でクラフトワーク、バーベキューお振る舞い、抽選会を行います。
- ▽申込先/問い合わせ先 碓石海岸インフォメーションセンター (☎2359)

「救急の日・消防フェア」

ぜひご来場を

- 県立大船渡病院などの関係団体では、救急医療週間に合わせ「救急の日・消防フェア」を開催します。
- ▽期日 9月9日(土)
- ▽時間 午後0時30分～4時
- ▽会場 防災センター
- ▽対象 小学生以下は保護者同伴
- ※小学生以下は保護者同伴
- ▽内容 救急講習会、消防体験、緊急車両の見学など
- ※詳しい内容は広報大船渡8月21日号でお知らせします。
- ▽問い合わせ先 県立大船渡病院 (☎1111)

ひとり親家庭の親などのためのパソコン講座

- ▽期日 9月5日(火)～10月6日(金) / 計10回
- ▽時間 ①午前9時～正午 ②午後1時～4時 ③午後6時～8時のうち、都合のつく時間
- ▽会場 ワープロPlan TRM (猪川町字藤沢口43-1)
- ▽対象 ひとり親家庭の親など(母子・父子家庭の親、寡婦)
- ▽受講料 無料
- ▽申込方法 受講申込書に必要事項を記入し、ファクスでお申し込みください。
- ※受講申込書は、市役所本庁子ども課に備え付けています。
- ▽申込締切日 8月25日(金)
- ▽その他 託児を実施しますが、利用する場合は「ひとり親家庭等日常生活支援事

- 業に登録が必要です。
- ▽申込先/問い合わせ先 (二社)岩手県母子寡婦福祉連合会岩手県ひとり親家庭等就業・自立センター (☎019-623-8539)

認知症の人と家族の会 つどいの会

- 認知症のこと、一人で悩まず「つどい」に参加してみませんか。認知症に対する理解を深め、より良い介護や支え合いへとつなげていきましょう。
- ▽期日 8月17日(木)
- ▽時間 午後1時30分～3時30分
- ▽会場 大船渡地区合同庁舎
- ※変更になる場合があります。
- ▽対象 なたでも(認知症の人やその家族、認知症について関心のある人など)
- ▽内容 フリートーク(語り合い)、勉強会など
- ▽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 (☎8605)



お知らせ

創業応援セミナー in けせん

- ▽期日 9月6日(水)
- ▽時間 午後6時～8時
- ▽会場 大船渡商工会議所
- ▽対象 創業を予定し、これからビジネスプランを作成しようとしている人や、現在ビジネスプランの作成に着手しているが、なかなか進まずにお困りの人など
- ▽内容 ビジネスプラン作成のノウハウ(なぜ必要か、作成のチェックポイントなど)、創業お役立ち情報
- ▽講師 角田勝さん(日本政策金融公庫東北創業支援センター上席所長代理)
- ▽参加料 無料
- ▽定員 10人(先着順)
- ▽申込方法 電話またはファクスでお申し込みください。
- ※参加申込書は、市役所本庁1階市民ホールに備え付けているほか、日本政策金融公庫ホームページのセミナー情報から印刷できます。
- ▽申込先/問い合わせ先 日本政策金融公庫一関支店 (☎0191-234157 / ☎0191-237015)

ルールを守ってお金のかからない明るい選挙を

～政治家の寄附やあいさつ状は禁止されています～

お中元やお祭りなど贈り物をする機会が多い時期ですが、政治家が選挙区内の人にお金や物を贈ることは公職選挙法で禁止されています。

■政治家は有権者に寄附をできません。

お中元、花輪、病気見舞、地域の運動会への飲食物などの差し入れなど

※政治家本人が自ら出席する結婚披露宴における祝儀、葬式や通夜における香典は、通常一般の社交の程度を超えないものであれば罰則の対象から除かれています。

■有権者は政治家に寄附を求めてはいけません。

受け取ってもいけません。お祭りへの寄附や差し入れ、地域の行事やスポーツ大会への寄附や差し入れなど

■政治家は、選挙区内の人に答礼のための自筆によるものを除いて、暑中見舞状、年賀状、寒中見舞状などのあいさつ状を出すことができません。



▷問い合わせ先=選挙管理委員会事務局(☎内線168)

20～40代女性限定! 「美body教室」を開催します

- ▷期日 9月14日(木)・21日(木)・28日(木)
- ▷時間 午後1時30分～2時30分
- ▷会場 総合福祉センター大会議室
- ▷対象 20～40代の女性
- ▷内容
  - 第1回=オーラルケア&食事編
    - ・講話「肌もカラダもキレイになる食べ方」
    - ・実技「デンタルフロスで口元にワンランク上のキレイを」
  - 第2回=ストレッチ編
    - ・実技「痩せスイッチをオンにするストレッチ」
  - 第3回=エクササイズ編
    - ・実技「もっとキレイなカラダになる筋トレ」
- ▷講師 栄養士、歯科衛生士、健康運動指導士
- ▷受講料 無料
- ▷定員 20人(先着順)
- ▷持参するもの
  - ・第1回=手鏡、普段使用している歯ブラシ
  - ・第2回以降=汗拭き用タオル、飲料水
- ▷申込方法 電話またはファクスで①氏名(フリガナ)②生年月日③電話番号をご連絡ください。ファクスで申し込みする場合は、件名を「美body教室参加」としてください。
- ▷その他
  - ・動きやすい服装で参加してください。
  - ・託児(未就学児のみ)を希望する人は、申し込みするときに子どもの氏名(フリガナ)と年齢をお知らせください。
  - ・産後6カ月未満の人は、参加できません。
- ▷申込締切日 9月11日(月)
- ▷申込先/問い合わせ先 健康推進課成人保健係 (☎1581 / ☎1589)

▷問い合わせ=市役所☎0192⑦3111