

三陸道吉浜インターチェンジの事故に注意！

吉浜ＩＣ－釜石南ＩＣの開通に伴い、吉浜ＩＣの乗り降りの際に、一時停止がされないことによる事故が多数発生しています。

下の図の「止まれ」の標識の場所では必ず一時停止し、左右の安全を確認の上発進するようお願いします。

▷その他の注意点

- ・三陸道は自動車専用道路です。自転車・歩行者の立ち入りはできません。
- ・携帯電話の使用などで一時的に停車することはできません。

▷問い合わせ先＝建設課（☎内線320）



催し・講座

介護予防ボランティア養成講座を開催します

レクリエーションを学び、地域で介護予防活動のボランティアをしてみませんか。ご自身の健康と介護予防、また地域の活動のために一緒に学びましょう。

▽期日および時間

- ・第1回 10月17日(水) 午後1時30分～3時30分
 - ・第2回 10月24日(水) 午後1時～4時
 - ・第3回 10月31日(水) 午後1時～4時
 - ・第4回 11月7日(水) 午後1時～4時
- ※開始30分前から受け付け
- ▽会場 総合福祉センター
- ▽対象 市内在住で介護予防ボランティアに関心のある人、原則として4回参加できる人
- ▽内容 講義および実技
- ▽参加料 無料
- ▽定員 30人程度
- ▽申込締切日 10月5日(金)
- ※電話またはファクスで申し込みください。
- ▽その他 動きやすい服装をお願いします。

男の筋力アップ教室 参加者を募集します

よび靴で参加ください。
▽申込先／問い合わせ先 地域包括ケア推進室（☎2943／☎271589）

▽期日 10月19日(金)

▽時間 午後1時30分～3時30分(受付午後1時15分)

▽会場 総合福祉センター

▽対象 市内在住のおおむね60歳以上の男性で、医師に運動制限されていない人

▽内容 血圧測定、体力測定および結果説明、講話・運動実技など

▽講師 気仙地域リハビリテーション広域支援センター 理学療法士

▽参加料 無料

▽持参するもの 飲み物、タオル、筆記用具、健康手帳か血圧管理手帳(お持ちの人)、眼鏡(必要な人)

▽定員 20人



体幹力を上げる コアトレーニング教室

▽申込締切日 10月12日(金)
※定員になり次第締め切り
▽その他 動きやすい服装および靴で参加ください。
▽申込先／問い合わせ先 地域包括ケア推進室（☎2943）

▽期日 10月22日(月)・29日(月)

▽時間 午後7時～9時

▽会場 勤労青少年ホーム体育室

▽対象 市内在住または在勤の人

▽講師 野田優樹さん

▽参加料 100円(保険料)

▽持参するもの 運動靴、タオル、飲料水、ヨガマット(貸し出し可)

▽定員 15人

▽申込締切日 10月16日(火)

※定員になり次第締め切り

▽その他

・動きやすい服装で参加ください。

・体力に自信のない人でも安心して参加いただけます。

▽申込先／問い合わせ先 勤労青少年ホーム（☎271001）

～ふるさと大船渡応援寄附～ ありがとうございます

8月1日から8月31日までの間、全国各地から、95件1,360,000円の寄附をいただきました。大変ありがとうございました。

寄附をいただいた人のうち、本人の了解が得られた皆さんの氏名を掲載します。

【個人】（敬称略・50音順）

相原ちなみ	片岡謙一郎	佐藤 修一	高木 大輔	山岡 俊一
有馬 健	木山 芳松	清水 厚志	土山 裕司	渡辺 隆雄
伊勢 大倫	齋藤 寿勝	鈴木 明広	仁田 妙子	
大野 功二	佐々木 暁	関 恵子	安野作之進	



ありがとうトン