

催し・講座

第65回大船渡市民体育大会
バレーボール競技(6人制)

- ▽期日 10月21日(日)
- ▽時間 午前9時～
- ▽会場 市民体育館
- ▽種目 6人制バレーボール(男・女)
- ▽競技規則 平成30年度全日本バレーボール協会競技規則
- ▽参加資格 本協会に登録された一般チームまたは個人および高校生チーム
- ▽チーム編成 1チームは監督・コーチ・マネージャー各1人、選手14人。ただし選手は18人まで申し込みができ、試合ごとに14人をエントリーすること。
- ▽参加料 1チーム2,000円
- ▽表彰 3位まで
- ▽申込締切日 10月13日(土)
- ▽申込先／問い合わせ先 体育センター



(☎㉓1001)

バドミントン教室の
参加者を募集します

- ▽期日 10月22日(月)～11月9日(金) 全6回
- ※期間中の月・金曜日開催
- ▽時間 午後7時～9時
- ▽会場 立根小学校体育館
- ▽対象 一般
- ▽講師 市バドミントン協会
- ▽受講料 1,000円(保険料など)
- ▽定員 20人
- ▽持参するもの 体育館シューズ。ラケットは貸し出しがあります。
- ▽申込締切日 10月15日(月)
- ▽その他 動きやすい服装で参加ください。
- ▽申込先／問い合わせ先 体育センター

(☎㉓1001)

カーリンコン交流大会
inおふなと参加者募集

- 「カーリンコン」とは、床上のカーリングともいわれ、競技性と誰でも行える気軽さを併せ持つニースポーツです。年齢を問わず、1人からでも参加できますので、お気軽に会場へお越しください。
- ▽期日 10月25日(木)

- ▽時間 午後1時30分～4時30分
- ▽会場 大船渡地区公民館
- ▽受講料 無料
- ▽持参するもの 上履き、飲み物
- ▽申込締切日 10月10日(水)
- ▽その他 動きやすい服装で参加ください。
- ▽申込先／問い合わせ先 岩手県生涯学習インストラクターの会及川アサ子さん

(☎㉓2341)

盛小学校マラソン
大会のお知らせ

- 盛小学校では、さかり中央通り商店街でマラソン大会を実施します。
- 当日は交通規制となりますので、市民の皆さんにはご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。
- ▽開催日 10月4日(木)
- ※雨天予備日は10月5日(金)
- ▽時間 午後1時20分～3時30分
- ※交通規制時間と同じ
- ▽会場 さかり中央通り商店街
- ▽交通規制区間 佐藤輪店前から保原屋支店前
- ▽問い合わせ先 盛小学校

(☎㉓3624)

青少年体験学習事業「おやこサバイバル教室」参加者を募集

- 中央公民館では市内小学生とその保護者を対象に、昨今アウトドア分野で注目の、ブッシュクラフト(森林などの自然環境下での生活の知恵や技術の総称)の技術を応用したサバイバル教室を開催します。
- ▷期日 10月14日(日)※小雨決行
- ▷会場 大窟山森林公園もりの学び舎
- ▷集合場所 三陸公民館駐車場
- ▷集合時間 会場まではバス移動のため、午前8時50分までに集合ください。終了は午後4時予定です。
- ▷対象 市内小学生および保護者
- ▷定員 15組(最大30人程度) ※定員を越える場合は抽選
- ▷内容 ロープワーク講習／紅葉の森林散策&

- 材料集め/避難シェルターづくり/種火おこし体験
- ▷講師 川口拓さん(サバイバルインストラクター/自衛隊危機管理&サバイバル教官)
- ▷参加料 無料
- ▷持参するもの 穴金具付レジャーシート、昼食、飲み物、長袖上下、軍手、雨具(かっぱ、長靴など小雨でも作業ができるもの)
- ▷申込期限 10月4日(木)
- ▷申込方法 参加する保護者の住所氏名、子どもの名前と学年、日中に連絡可能な電話番号を電話などで申し込みください。
- ▷申込先／問い合わせ先 中央公民館 (☎㉓3166/㉓5903/Eメール=ofu_chukou@city.ofunato.iwate.jp)

■歯科診療所から臨時休診日のお知らせ■歯科診療所では、都合により次のとおり休診します。
▷臨時休診日 10月4日(木)・5日(金)▷問い合わせ先 歯科診療所(☎㉓3228)

企業のための働き方改革
セミナーのお知らせ

- ▽期日 9月27日(木)
- ▽時間 午後2時～3時30分
- ▽会場 大船渡商工会議所1階研修室
- ▽内容 労働時間法制の紹介・労働時間削減に係る取り組みの紹介など・働き方改革の取り組みについて
- ▽参加申込 会社名、氏名、電話番号、個別相談希望の有無を記入の上、ファクス(㉓㉓1010)で申し込みください。
- ▽その他 セミナー終了後に無料相談会を行います。
- ▽問い合わせ先 大船渡商工会議所

(☎㉓2141)

平成30年度新入社員
フォローアップセミナー

- ▽期日 11月2日(金)
- ▽時間 午前10時～午後4時
- ※受付時間 午前9時30分～
- ▽会場 カメリアホール
- ▽内容 メンタルヘルス研修(人間関係とメンタルヘルス、自己理解と対人関係、人間の特性、関係性づくり、グループ討議・演習・ロールプレイング)
- ▽参加対象 平成30年3月に大学・短大・専門学校・高校などを卒業し、気仙管内に就職した人
- ▽講師 今松明子さん(今松メンタルヘルスケア事務所 精神保健福祉士)
- ▽参加料 無料
- ▽申込締切日 10月26日(金)
- ▽申込先／問い合わせ先 ジョブカフェ気仙

(☎㉓3456)

ガーデニング基礎講座
秋・冬編受講者を募集

- 園芸初心者の人を対象に、秋から春にかけての植物の特性、管理方法を分かりやすく解説し、その後実際に種まきや挿し木、寄せ植えづくりなどをを行います。
- ▽期日 第1回 10月7日(日)・第2回 11月11日(日)・第3回 12月2日(日)
- ※3回全て受講できる人に限ります。
- ▽時間 午前10時～正午
- ▽会場 世界の椿館・碁石
- ▽講師 井上晃子さん(グリーンアドバイザー、世界の椿館・碁石職員)
- ▽受講料 2,000円(1回につき、材料費込)

(☎㉓2141)

第4回市民講座
ジオ(地球)ドラマチック秋

- 山と海に恵まれた三陸ジオパーク。美しい自然景観のほかにもジオパーク活動の概要や目指すべき姿、継続的な市民活動の必要性など分かりやすく学ぶ講演会を開催します。どなたでも参加できますので、お気軽にお越しください。
- ▽期日 10月12日(金)
- ▽時間 午後1時30分～3時30分
- ▽会場 カメリアホール
- ▽講師 杉本伸一さん(三陸ジオパーク推進協議会コーディネーター)
- ▽演題 「ジオ(地球)ドラマチック 秋」
- ▽参加料 無料
- ▽問い合わせ先 市立博物館

(☎㉓2161)

9月24日(月)から30日(日)は
結核予防週間です

厚生労働省では、毎年9月24日から30日を「結核予防週間」と定めて、結核に関する正しい知識の普及啓発をしています。

■結核は「昔の病気」ではありません

平成28年、日本では17,625人、県内では131人が1年間に新たに結核と診断されています。結核を新たに発病する人の約6割が70歳以上となっており、結核は高齢者が警戒すべき病気の一つです。

▷問い合わせ先 大船渡保健所保健課(☎㉓9913)

■長引く咳には注意しましょう

結核の初期症状は、風邪とよく似ています。咳・たんなどの症状が2週間以上続いたら、医療機関を早めに受診しましょう。

高齢者は、症状が分かりにくいこともあります。自己判断をせずに、早めの受診や年に一度は健診を受けることを心掛けましょう。

■早期発見は早期治療につながります

結核にかかっても、早期発見し、きちんと治療を受ければほとんど治ります。

結核の早期発見は、本人の重症化を防ぐだけでなく、大切な家族など周囲の人たちへの感染拡大を防ぐためにも重要です。

職場や市町村の健康診断などで、年1回の胸部X線検査を受けましょう。