催し・講座

今出山市民登山 参加者を募集

登山に興味がある人、登山が大好きな人、みんなで今出山に登ってみませんか？
山頂で温かい豚汁を振る舞います。

▽**期日**＝6月18日(日)【雨天中止】
▽**受付時間**＝午前9時15分～
※登山開始は午前10時～
▽**集合場所**＝さいとう製菓㈱中井工場駐車場
▽**参加料**＝無料
▽**持参するもの**＝箸、おわん、水筒、おにぎり、ごみ袋、軍手、タオルなど
▽**問い合わせ先**
大船渡青年会議所（☎㉗1285）

夏に向けたダイエット エクササイズ教室

▽**期日**＝7月4日(火)～25日(火)／計4回
▽**時間**＝午後7時～9時
▽**会場**＝勤労青少年ホーム
▽**対象**＝市内在住または在勤の人
▽**講師**＝野田優樹さん（MAGCメイワエアロビクスクラブ）
▽**受講料**＝100円(保険料)
▽**定員**＝15人
▽**持参するもの**＝屋内用運動靴、タオル、飲料水、ヨガマット
▽**申込締切日**＝6月30日(金)
※定員になり次第締め切り
▽**その他**
・貸し出し用のヨガマットを用意しています。
・動きやすい服装で参加してください。
・体力に自信のない人でも安心して参加できます。
▽**申込先／問い合わせ先**
勤労青少年ホーム（☎㉗1001）

Break Dance（ブレイクダンス）でエクササイズ！教室

▽**期日**＝7月6日(木)～27日(木)／計4回
▽**時間**＝午後7時～9時
▽**会場**＝勤労青少年ホーム
▽**対象**＝市内在住または在勤の人
▽**内容**＝脂肪燃焼ステップ、くびれるフットワーク、踊る体幹トレーニング
▽**講師**＝長谷川伸さん（ダンスインストラクター、現役ダンサー）
▽**受講料**＝100円(保険料)
▽**定員**＝10人
▽**持参するもの**＝屋内用運動靴、タオル、ニット帽
▽**申込締切日**＝7月4日(火)
※定員になり次第締め切り
▽**その他**＝ダンス未経験者でも楽しく参加できます。
▽**申込先／問い合わせ先**
勤労青少年ホーム（☎㉗1001）

浴衣に似合う ヘアアレンジ教室

▽**期日**＝7月5日(水)～19日(水)／計3回
▽**時間**＝午後7時～9時
▽**会場**＝勤労青少年ホーム
▽**対象**＝市内在住または在勤の人
▽**講師**＝高松直樹さん（美容室フランセ　ポノポノ）
▽**受講料**＝無料
▽**定員**＝10人
▽**持参するもの**＝筆記用具、ヘアブラシ、ヘアゴム、ピン、飾りなど
▽**申込締切日**＝6月30日(金)
※定員になり次第締め切り
▽**申込先／問い合わせ先**
勤労青少年ホーム（☎㉗1001）

「花っこ in おおふなと」「さつき展」を開催します

～開催期間中は、世界の椿館・碁石に無料で入館できます～

■花っこ in おおふなと

▷**期日**＝6月10日(土)・11日(日)
▷**時間**＝午前9時～午後3時
▷**会場**＝世界の椿館・碁石
▷**内容**＝花苗販売
※花苗購入者は、1店舗につき500円購入ごとに、1回抽選会に参加できます。

昨年度の様子

▷**問い合わせ先**
花っこ in おおふなと実行委員会事務局
【農林課農政係(☎内線7123)】

■さつき展

▷**期日**＝6月10日(土)～16日(金)
▷**時間**＝午前9時～午後5時
※6月16日は、午後3時まで
▷**会場**＝世界の椿館・碁石
▷**内容**＝作品展示、苗木販売、剪定(せんてい)指導、花後の管理指導
▷**その他**＝6月10日・11日の2日間、屋外交流広場で、ハンギングバスケット展を同時開催します。
▷**問い合わせ先**
世界の椿館・碁石（☎㉙4187）

夏休み特別企画「親子で楽しく自由研究教室」

▽**期日**
・第1回＝7月23日(日)
・第2回＝8月6日(日)
▽**時間**＝午後1時～3時
▽**会場**＝働く婦人の家
▽**対象**＝市内在住または在勤の人と、その子ども（小学生）
▽**内容**＝キラキラスライムを作ろう
▽**講師**＝佐藤正一さん
▽**受講料**＝無料
▽**定員**＝15組(30人程度)
▽**持参するもの**＝筆記用具
▽**申込締切日**
・第1回＝7月19日(水)
・第2回＝8月2日(水)
※定員になり次第締め切り
▽**その他**＝汚れても良い服装で参加してください。
▽**申込先／問い合わせ先**
勤労青少年ホーム（☎㉗1001）

弓道教室の 受講者を募集します

▽**期日**＝7月7日(金)～8月8日(火)／計10回
▽**時間**＝午後7時～9時
▽**会場**＝市民弓道場
▽**対象**＝小学校高学年以上
▽**受講料**＝1，000円（保険料など）
▽**定員**＝30人
▽**申込締切日**＝6月30日(金)
▽**その他**＝胸ポケットのない上着と靴下を必ず着用してください。
▽**申込先／問い合わせ先**
体育センター（☎㉗1001）

テニス教室の 受講者を募集します

▽**期日**＝7月4日(火)～8月29日(火)／計8回
▽**時間**＝午後7時～9時
▽**会場**＝市民テニスコート
▽**対象**＝中学生以上（初心者に限る）
▽**受講料**＝1，000円（保険料など）
▽**定員**＝20人
▽**持参するもの**＝ラケット、タオル
▽**申込締切日**＝6月27日(火)

▽**その他**
・貸し出し用のラケットを用意しています。
・動きやすい服装で参加してください。
▽**申込先／問い合わせ先**
体育センター（☎㉗1001）

第1回大船渡市 地域助け合い創出研究会

市では、地域包括ケアシステムの構築に向け、地域での支え合い活動を推進していくため、「地域助け合い創出研究会」と題して、地域包括ケアに関する学習会を開催しています。お気軽にご参加ください。

▽**期日**＝6月21日(水)
▽**時間**＝午後1時30分～3時
▽**会場**＝総合福祉センター
▽**対象**＝どなたでも
▽**内容**＝講演「(仮題)身近な地域で見守る仕組み・地域で互いに支え合う仕組みについて」
▽**講師**＝奥州市社会福祉協議会職員
▽**参加料**＝無料
▽**問い合わせ先**
地域包括ケア推進室（☎㉖2943）

三陸B＆G海洋センター　プールの利用が始まります

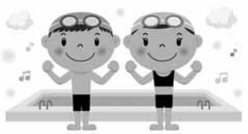
▷**利用期間**
・昼＝6月24日(土)～9月3日(日)
・夜＝7月18日(火)～9月2日(土)
※日曜日、祝日、お盆期間（8月14日～8月16日）は昼のみ開放

▷**利用時間**
・昼＝午前9時～11時45分
　午後1時～4時45分
・夜＝午後6時～8時45分
※最終の受け付けは、各終了時間の30分前

▷**利用料**＝下表のとおり(幼児は無料)

区　分	料　金	
	昼	夜
小・中学生	80円	100円
高校生以上	150円	200円

▷**その他**
・小学3年生以下の子どもは、必ず保護者が同伴してください（幼児の場合は、保護者も水着を着用してプールに入ってください）。
・利用者は、水着・水泳帽子を必ず着用してください。
・浮き輪などの補助用具の使用は認めますが、海水浴などで使用するレジャー用具は使用できません。
・イベントや教室、学校行事などにより、コースを規制する場合があります。



▷**問い合わせ先**
三陸B＆G海洋センター(☎㊷3201)

▷問い合わせ＝市役所☎0192㉗3111