

「脳力アップ教室」を開催します

■認知症と年齢

何らかの認知症の症状を有する人は、70代前半は3.6%、80代前半は22.4%、90代前半は64.2%となり、加齢とともに認知症のリスクが高まることが分かっています。

■予防できるの？

発症を遅らせたり、進行を緩やかにすることはできます。これからの人生もいきいきと暮らしていくために、「脳力アップ教室」を利用して今から備えましょう。

■教室の内容

作業療法士と、脳トレや運動メニューを効率的に組み合わせたトレーニングを行うとともに、暮らしのポイントについてもお伝えします。

認知症が気になる人や、その家族、興味のある人など、気軽に参加ください。

▷日程＝6月25日(金)、7月2日(金)、7月16日(金)、7月30日(金)、8月6日(金)、8月

20日(金)、8月27日(金)

▷時間＝午前10時30分～11時30分

※受け付けは午前10時～

▷会場＝カメラホール(1階多目的ホール)

▷対象＝おおむね65歳以上の人(新規申込者を優先)

▷定員＝先着20名

▷参加費＝無料

▷持ち物＝飲み物、タオル、筆記用具

▷申込方法＝電話またはファクスで申し込みください。ファクスの場合、件名を「脳力アップ教室参加」とし、①氏名(フリガナ)、②生年月日、③電話番号、④住所を記載ください。

▷申込締切日＝6月18日(金)

▷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＝地域包括ケア推進室
【☎②943/☎⑦1589(受付時間は午前9時～午後5時(土・日・祝日を除く))】

ジュニアスポーツ塾を開催します

▷日程＝6月20日(日)～令和4年3月20日まで
※下表のとおり

▷時間・会場＝下表のとおり

▷対象＝市内在住の小学校1～3年生

▷定員＝30人(最少催行人数5人)

▷講師＝大船渡市体育協会職員

▷参加費＝2,000円

※途中退会した場合の返金はしません。

※内容によってその都度徴収する場合があります。

▷持ち物＝運動のできる服装、室内シューズ、タオル、着替え、飲料水

▷申込方法＝様式に必要事項を記入し、参加料

を添えて申し込みください(受け付けは平日午前9時～午後5時で、定員になり次第締め切ります)。

▷その他

・企画内容によって、期日や時間、会場、持ち物などが変更になる場合があります。

・日曜および祝日に開催する場合は親子参加となる場合があります。

・教室中に起きた事故については主催者では責任を負いません。応急処置や救急対応をする他、加入する保険での対応を行います。

▷申込先・問い合わせ先
体育センター(☎⑦1001)

11月までの予定

期 日	時 間	場 所	期 日	時 間	場 所
6月20日(日)	10:00～12:00	市民体育館(オリエンテーション・体力測定)	9月2日(木)	16:00～17:00	市民体育館(遊び・運動)
7月1日(木)	16:00～17:00	市民体育館(遊び・運動)	9月23日(祝)	10:00～12:00	市民体育館(親子レク)
7月18日(日)	10:00～12:00	自然体験	10月3日(日)	10:00～16:00	野外活動
8月8日(日)	14:00～17:00	野外活動	10月21日(木)	16:00～17:00	市民体育館(遊び・運動)
8月19日(木)	16:00～17:00	市民体育館(遊び・運動)	11月3日(木・祝)	9:00～12:00	市内(ファミリーウォーキング)

こそだてシップからイベントのお知らせ

▷申し込み・問い合わせ先

こそだてシップ(☎⑦5689)/Eメール＝
kosodate-ship@ceres.ocn.ne.jp
ホームページ
http://kosodate-ship.org/



すくすくルーム(サン・リア2階)は、広い畳敷きのプレイルームで、0歳から乳幼児の子どもたちがスタッフの見守りのもと楽しく遊べます。

妊婦・育児相談、赤ちゃんの体重測定なども行っています。

▷利用対象＝妊婦、未就学児とその保護者

▷開所時間＝午前10時～午後3時

※毎週土曜日は休みです。



▷利用料＝無料

▷注意事項

・新型コロナウイルス感染症の状況により、延期または中止となる場合があります。急遽のお知らせが必要となった場合には、おおふなと子育て支援サイト「つばきっず」で周知します。

・新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、3組以内の利用となっています。利用の際はマスク着用、検温、手指の消毒などにご協力ください。

すくすくルームイベント情報

期 日	行事名	内 容	時 間	参加料、予約
6月3日(木)	おはなしころりんの読み聞かせ	おはなしころりんの読み聞かせを、子どもと一緒に楽しみましょう。	午前11時～11時30分	無料、予約不要
6月7日(月)	手遊びの日	お子さんと楽しく手遊びを行います。赤ちゃんから参加できます。	午前10時30分～11時	無料、予約不要
6月11日(金) 6月25日(金)	ベビーサロンこそだてシップ	助産師や保育士が、生後2カ月～満1歳までの子どもと保護者を対象に、授乳相談・育児相談・体重測定・ハンドマッサージ・手遊びなどを行います。	午前10時～正午	200円要予約
6月13日(日)	マタニティースクールうぶごえ	助産師や保育士が、妊婦さんとその家族をサポートします。リラックス体操、沐浴演習、妊娠期の過ごし方のお話、赤ちゃんを迎える準備品の展示などを行います。家族で参加もできます。	午前10時～11時30分	一家族500円要予約
6月17日(木)	ベビーマッサージ	赤ちゃんとお優しく触れあうスキンシップを行います。	午前10時30分～11時	無料要予約
6月18日(金)	もぐもぐ相談	子どもの食事について、気になることなどを栄養士に相談ください。	午前11時～正午	無料予約不要
6月23日(水)	リラックスヨガ	生後2カ月から未就学児のお子さん連れのお母さんを対象としたヨガです。※動きやすい服装で参加ください。	午前10時30分～11時30分	500円要予約
6月24日(木)	すくすく相談	保健師による育児相談です。	午前10時30分～11時30分	無料予約不要
6月27日(日)	授乳相談	助産師による授乳相談です。授乳やミルクのこと、その他気になることなど気軽に相談ください。妊婦さんもお越しください。母乳のトラブル時は、フェイスタオルを2枚持参下さい。	午前10時～正午	無料予約不要