

## 「大船渡新春四大マラソン大会」参加者を募集します

- ▷期日＝令和5年1月8日(日)※雨天決行
- ▷スタート・フィニッシュ地点＝市民体育館前
- 第69回10マイルロードレース岩手県大会
- 第60回10キロロードレース・第1回5キロロードレース岩手県大会
- ▷種目・スタート時間
  - 10マイル＝一般男子：午前9時
  - 10キロ＝高校男子：午前9時5分
  - 5キロ＝高校女子：午前9時7分
- ▷参加料＝一般＝4,000円、高校生＝2,000円
- ▷その他＝競技者登録している場合は、日本陸上競技連盟の記録として公認されるので、申込書に必要事項を記入してください。
- ▷申込方法＝RUNNETをご利用ください。  
※RUNNETへの会員登録と、別途エントリー手数料が必要です。



- 第69回岩手県南地区駅伝競走大会
- ▷種目・スタート時間
  - ・一般女子(10.9km)＝午前9時10分
  - ・一般男子(15.9km)＝午前10時25分
- ▷参加料(1チーム当たり)＝10,000円
- 第68回岩手県南地区中学校対抗駅伝競走大会
- ▷種目・スタート時間
  - ・女子(10.9km)＝午前9時10分
  - ・男子(15.9km)＝午前10時15分
- ▷参加料(1チーム当たり)＝4,000円
- 共通事項
- ▷申込方法＝申込フォームをご利用ください。
- ▷申込締切日＝11月28日(月)必着
- ▷申込先／問い合わせ先  
大船渡新春四大マラソン大会実行委員会事務局【体育センター内(☎⑩1001)】



駅伝申し込み

## よんでみらい 読んで未来

### 新着図書からピックアップ!

#### ■趣味・実用書

- 南洋の日本人町(太田尚樹/著)
- 健康寿命を延ばす「選択」(浅野拓/著)
- 和ハーブのある暮らし(平川美鶴/著)
- 江戸の庶民から武士まで200年家系図をつくる本(橋本雅幸/著)

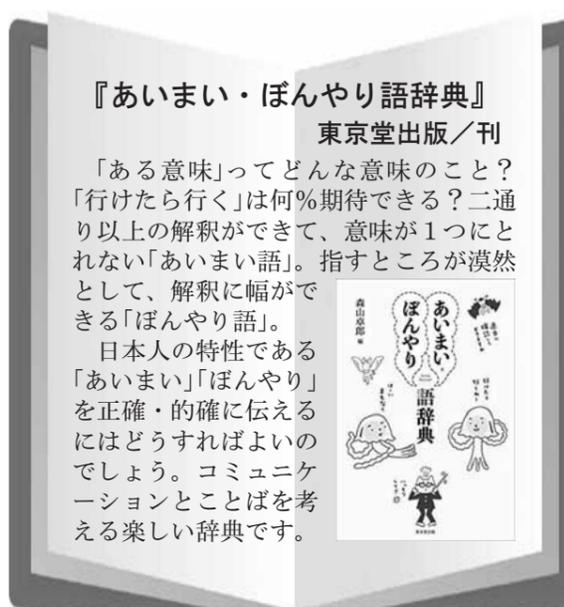
#### ■小説・エッセイ

- マイ・プレゼント(青山美智子/著)
- 警察医のコード(直島翔/著)
- 南町奉行と大凶寺(風野真知雄/著)
- ロスト・スピーシーズ(下村敦史/著)

#### ■絵本・児童書

- じぶんがみえない!(五味太郎/作)
- 中村哲物語(松島恵利子/著)
- ドリトル先生ガラパゴスを救う(福岡伸一/作)

- 魔法の庭ものがたり(あんびるやすこ/作)  
※ほかにもたくさんの図書を用意してお待ちしています。
- ▷問い合わせ先＝市立図書館(☎⑩1040)



### 『あいまい・ぼんやり語辞典』 東京堂出版/刊

「ある意味」ってどんな意味のこと？「行けたら行く」は何%期待できる？二通り以上の解釈ができて、意味が1つにとれない「あいまい語」。指すところが漠然として、解釈に幅がでる「ぼんやり語」。

日本人の特性である「あいまい」「ぼんやり」を正確・的確に伝えるにはどうすればよいのでしょうか。コミュニケーションとことばを考える楽しい辞典です。



## 子育てに関するお知らせ

### 11月のこそだてシippイベント

- ▷対象＝気仙管内(大船渡市・陸前高田市・住田町)の妊婦さん～未就学児とその保護者
- ▷開所時間＝午前10時～午後3時(土曜日休み)
- ▷会場＝サン・リア2階(すくすくルーム)
- ▷その他＝利用人数を制限しています。
- ▷申込先・問い合わせ先  
こそだてシipp(☎⑩5689)

### ■イベント日程

期日・時間	行事名
7日(月)10:30～11:30	親子ヨガ ※500円、要予約
10日(木)11:00～11:30	おはなしころりん読み聞かせ ※無料、申込不要
11日(金)、25日(金) 10:00～11:30	ベビーサロン※200円、要予約、 きょうだい参加可
11日(金)、25日(金) ①10:30～、②11:00～	授乳相談 ※無料、要予約
13日(日) ①10:00～12:00 ②13:30～15:30	マタニティスクールうぶごえ ※500円/回、要予約 ①沐浴演習と産後のお話 ②母乳とお産の話、抱っこ演習、 心音聴取
14日(月)10:30～11:30	お口の健康 ※無料、要予約
24日(木)10:30～11:30	保健師のすくすく相談 ※無料、申込不要

### 乳幼児健診日程

- 離乳食教室
- ▷期日＝11月22日(火)
- ▷対象＝令和4年7月生まれのお子さん
- 7カ月児健康相談
- ▷期日＝11月4日(金)
- ▷対象＝令和4年3月生まれのお子さん
- 1歳児健康相談
- ▷期日＝11月24日(木)
- ▷対象＝令和3年10月生まれのお子さん
- 1歳6カ月児健康診査
- ▷期日＝11月2日(水)
- ▷対象＝令和3年4月生まれのお子さん
- 3歳児健康診査
- ▷期日＝11月18日(金)
- ▷対象＝平成31年4月生まれのお子さん
- ◎健診などの注意点
- ・受付時間などの詳細は、健康推進課からの通知文書をご確認ください。
- ・会場は保健センターです。
- ▷問い合わせ先＝健康推進課(☎⑩1581)

「つばきっず」でも、子育て情報掲載しています。



## 無料・65歳以上対象「体力づくり講座」参加者募集!

### ～体力づくりで健康的な体を手に入れましょう～

- ▷期日・会場＝右表のとおり
- ▷時間＝午後2時～3時(午後1時30分から受け付け)
- ▷対象＝65歳以上(運動制限のない人)
- ▷内容＝運動や健康づくりのお話
- ▷参加料＝無料
- ▷定員＝各地区30人(先着順)
- ▷申込締切日＝各地区開催日の前日までに電話で申し込みください。
- ▷持ち物・服装＝マスク着用、飲料水、動きやすい服装、眼鏡(必要な人)
- ▷申込先・問い合わせ先＝特定非営利活動法人さんりくWELLNESS(☎080-1823-2015)

### ■各地区の日程および会場

地区	期日	会場
大船渡	11月7日(月)	おおふなぼーと
末崎	11月10日(木)	ふるさとセンター
赤崎	11月8日(火)	赤崎地区公民館
猪川	11月14日(月)	猪川地区公民館
立根	11月17日(木)	立根生活改善センター
日頃市	11月22日(火)	日頃市地区公民館
綾里	11月15日(火)	綾姫ホール
越喜来	11月21日(月)	三陸公民館
吉浜	11月24日(木)	吉浜地区拠点センター

※盛地区は定員に達しました。