



## 無料 65歳以上対象 体力づくり講座 参加者募集

～体力をつけて免疫力を高めましょう～

- ▶期日・場所=下表のとおり
- ▶時間=午後2時～3時  
※午後1時30分から受け付け
- ▶対象=65歳以上で、運動制限のない人
- ▶内容=体力測定「今の体力を確認しましょう！」
- ▶定員=各地区30人
- ▶参加費=無料
- ▶持ち物=飲み物、動きやすい服装  
※上履きが必要な会場もありますので  
申込時に確認してください。
- ▶申込先=NPO法人さんりくWELLNESS(☎080・1823・2015)



詳細はこちら

| 地 区 | 期 日      | 会 場        |
|-----|----------|------------|
| 盛   | 2月4日(火)  | カメラアホール    |
| 大船渡 | 2月3日(月)  | おおふなぼーと    |
| 末 崎 | 2月6日(木)  | ふるさとセンター   |
| 赤 崎 | 2月18日(火) | 赤崎地区公民館    |
| 猪 川 | 2月10日(月) | 猪川地区公民館    |
| 立 根 | 2月13日(木) | 立根生活改善センター |
| 日頃市 | 2月25日(火) | 日頃市地区公民館   |
| 綾 里 | 2月17日(月) | 綾姫ホール      |
| 越喜来 | 2月27日(木) | 三陸公民館      |
| 吉 浜 | 2月20日(木) | 吉浜地区拠点センター |

## 東日本大震災大船渡市 犠牲者追悼献花

- ▼定員=20人(先着順)
- ▼参加料=無料
- ▼申込方法=電話または直接申し込みください。
- ▼申込締切日=2月20日(木)
- ▼申込先・問い合わせ先  
市立図書館(☎26・1040)
- ▼期日=3月11日(火)
- ▼時間  
・代表献花など：午後2時46分～3時  
・一般献花：午後3時～5時
- ▼場所=みなと公園展望広場
- ▼その他

## スポーツ協会からの お知らせ

### ニユースポーツ フェスティバル



申込フォーム

- ・犠牲者氏名を掲示した芳名板は、3月5日(水)～23日(日)の期間、設置します。
- ・午後2時46分のサイレンに合わせて、黙祷します。
- ・一般献花はどなたでも参加可能です。献花用の花は持参ください。
- ▼問い合わせ先  
防災管理室(☎内線251)
- ▼期日  
2月11日(火)
- ▼日時
- ▼時間=一般の部：午前9時から、ファミリーの部：午前10時30分から
- ▼場所=市民体育館
- ▼対象=どなたでも
- ▼種目=ボッチャ、卓球バレー、モルックなど7種目(変更になる場合があります)
- ▼参加料=一般100円/人、ファミリー300円/組
- ▼申込方法=電話、ファクス、申込フォームまたは直接申し込みください。
- ▼申込締切日  
2月5日(水)午後5時
- ▼スポーツ体験会  
参加者募集！



申込フォーム



## 水道メーター検針員を 募集します



詳細はこちら

- ▼業務内容=毎月4日～10日に、1200件程度の水道メーターを検針します。
- ▼募集人数=11人
- ▼契約期間  
令和7年4月1日～令和8年3月31日
- ▼業務単価  
116円/件(税込み)
- ▼応募資格=令和7年4月1日時点で、市内在住の18歳以上の人
- ▼応募方法=応募用紙に必要事項を記入し、郵送、ファクス、Eメール、直接持参のいずれかで応募ください。
- ▼応募締切日  
2月14日(金)※必着
- ▼応募先・問い合わせ先  
水道課(☎内線174  
FAX27・7844)



【Eメール】ofu\_suido@city.ofunato.iwate.jp

## 催し・講座

### 講義と実技で学ぶ介護講座 参加者募集中

- 正しい知識とスキルを学ぶことが、不安や悩みの解消につながります。参加者にはハンドブックをプレゼント！家庭でも仕事でも役立つ講座です。
- ▼期日・内容(希望回のみを受講可)
  - ①2月2日(日)介護保険のしくみ・目覚めの介助
  - ②2月16日(日)介護者の健康・移動の介助
  - ③2月22日(土)認知症ケア・排せつの介助
  - ④3月2日(日)終末期の介護・外出の介助
  - ▼時間=午前10時～午後4時
  - ▼場所=総合福祉センター
  - ▼対象=市内在住で中学生以上の人
  - ▼定員=各回10人(先着順)
  - ▼受講料=無料
  - ▼申込方法  
電話で申し込みください。
  - ▼申込締切日=1月31日(金)
  - ▼申込先・問い合わせ先  
(株)ニチイ学館盛岡支店  
(☎019・621・5270)
  - ※受付時間は平日午前9時～午後5時15分

## 『おしいれのぼうけん』 複製原画展

### 大船渡から世界へ！ 寺澤光介選手講演会



市ホームページ

- ロングセラー絵本『おしいれのぼうけん』の複製原画展を開催します。20枚を超える複製原画と、大迫力の「ねずみばあさん」のタペストリーをぜひご覧ください。関連図書も展示します。
- ▼開催期間=2月7日(金)～23日(日)※毎週火曜日休館
  - ▼場所=市立図書館
  - ▼問い合わせ先  
市立図書館(☎26・1040)
  - ▼日時=2月13日(木)午後1時30分～3時
  - ▼場所=保健センター(警察署となり)
  - ▼内容  
①禁煙の効果・コツについて(市保健師)  
②禁煙達成者の体験談  
③禁煙治療、禁煙補助薬について(薬剤師)  
※終了後も数カ月、禁煙をサポートします。
  - ▼定員=15人
  - ▼参加料=無料
  - ▼申込方法=電話、ファクス、Eメール、申込フォームのいずれかで、①氏名(フリガナ)、



### 成功する人が続出！ 「スパット」禁煙教室開催



申込フォーム

- ▼講師=寺澤 光介選手(末崎町出身)
- ▼参加料=無料
- ▼問い合わせ先=生涯学習課スポーツ推進係(☎内線288)
- ▼日時=2月24日(月)午前8時45分～10時
- ▼場所=市民体育館
- ▼対象=市内在住の小学生
- ▼種目=バレーボール、卓球、ラグビー、ソフトテニス
- ▼参加料=無料
- ▼申込締切日=2月14日(金)
- ▼申込先・問い合わせ先  
大船渡市スポーツ協会  
(☎27・1001)

- ▼日時  
2月9日(日)午前10時～正午
- ▼場所=2階 多目的室1・2
- ▼期日  
2月2日(日)～14日(金)
- ▼時間=午前9時30分～午後5時30分
- ※最終日は午後3時まで
- ▼場所=2階 展示室
- ▼内容=入賞作品10点と、入選作品40点を展示します。
- ▼入場料=無料

### 感謝のことはエッセイ 入賞・入選作品展



スポーツ協会イベントの詳細はこちら

- ▼期日  
2月2日(日)～14日(金)
- ▼時間=午前9時30分～午後5時30分
- ※最終日は午後3時まで
- ▼場所=2階 展示室
- ▼内容=入賞作品10点と、入選作品40点を展示します。
- ▼入場料=無料
- ▼日時  
2月9日(日)午前10時～正午
- ▼場所=2階 多目的室1・2

- ②電話番号を連絡ください。
- ▼申込先・問い合わせ先  
健康推進課成人保健係(☎27・1581 FAX22・8572)
- ▼日時  
2月20日(木)午前10時～正午
- ▼場所=働く婦人の家 料理実習室
- ▼対象=市内在住または在勤の人
- ▼講師=岩沼 千央さん
- ▼定員=12人(先着順)
- ▼参加料=3000円
- ▼申込方法=電話で申し込みください。
- ▼申込締切日=2月13日(木)
- ▼申込先・問い合わせ先=働く婦人の家(☎27・1001)

### 発酵や腸活を学べる味噌 づくり講座を開催します

- ▼日時  
2月23日(日)午後2時～3時30分 ※午後1時40分開場
- ▼場所=リアスホール 会議室
- ▼講師=藤岡 敬三さん
- ▼対象=どなたでも
- ▼講師=飯塚 郁子さん
- ▼受講料=700円(材料代)
- ▼申込方法=電話または直接申し込みください。
- ▼申込締切日=2月7日(金)

### 大人向けの本格的な塗り絵を 体験しませんか？

- 『大人の塗り絵』を刊行している(株)河出書房新社から講師を招き、大人向けの塗り絵体験教室を開催します。
- ▼日時  
2月23日(日)午後2時～3時30分 ※午後1時40分開場
- ▼場所=リアスホール 会議室
- ▼講師=藤岡 敬三さん



### アンパンマンあんぱん 親子料理教室

- ▼日時  
2月1日(土)午前10時～11時30分
- ▼場所=2階 給湯スペースおよび和室
- ▼対象=子どもとその保護者
- ▼講師=長谷川 千昌さん
- ▼定員=親子4組(先着順)
- ▼受講料=900円(材料代)
- ▼申込方法=電話または直接申し込みください。
- ▼申込締切日=1月30日(木)
- ▼申込先・問い合わせ先  
おおふなぼーと  
(☎21・6001)
- ▼企画運営  
NPO法人おはなしころりん