

# 本宮のセンターだより

第 518 号

発行日 平成 30 年 3 月 1 日(木)  
 発行者 (福)盛岡市社会福祉事業団  
 本宮児童・老人福祉・活動センター  
 住所 盛岡市本宮四丁目 38-26  
 電話 635-4595. 636-3546

各班での回覧を  
 お願いします。

皆で見ましょう！

## ◇ テレビ番組に「原 敬」が登場します ◇

### ▲ 番組名「林先生が驚く初耳学！」

・IBC岩手放送・・・3月11日(日) 夜10時から  
 ・内容・・・・・・・・原敬の生涯や人から

### ▲ 番組名「歴史秘話ヒストリア」

・NHK総合テレビ・・・3月16日(金) 夜8時から  
 ・内容・・・・・・・・原敬の生涯や内政改革

## 平成 30 年度盛岡市保健所「健康相談」

平成 30 年度盛岡市保健所の本宮地区健康相談の日程が決まりました。  
 生活習慣病を予防するための具体的な方法や、健康づくりについて保健師等が懇切丁寧にアドバイスします。

内容は、健康相談、血圧測定、尿検査(奇数月)、体組成測定、筋力アップ体操(不定期)健康講座(不定期)等です。

日 程：4月13日(金)、5月11日(金)、6月8日(金)、7月13日(金)、  
 8月10日(金)、9月14日(金)、10月12日(金)、11月9日(金)、  
 12月14日(金)、1月11日(金)、2月8日(金)、3月8日(金)

### 有意義に学んだ

## 第 10 回ゆいっこ講座

2月16日(金)に第10回ゆいっこ講座を行いました。

講師には中田幸恵先生をお招きし「心と体のための体操」という内容で指導していただきました。前半は、医療費が全国平均の約2倍になっている盛岡市の疾病や、介護予防の三本柱について講話をしていただき、後半はいろいろな体操をしました。参加者の方から「寒い時の体操は大変だがお話を聞いたらやっぱりやらなければならないと思った。」という声もありました。



《昼食です》



《中田幸恵先生》



《皆で体操》

## 【4月の行事予定】

| 日  | 曜 | 行 事                             |
|----|---|---------------------------------|
| 2  | 月 | ・児童センター「避難訓練」                   |
| 6  | 金 | ・地域協働協議会総会                      |
| 9  | 月 | ・民生児童委員会議                       |
| 10 | 火 | ・老人クラブ総会                        |
| 11 | 水 | ・推進会三役会                         |
| 13 | 金 | ・健康相談                           |
| 14 | 土 | ・児童センター「さくらの会総会」                |
| 17 | 火 | ・推進会役員会                         |
| 21 | 土 | ・町内会連絡協議会総会<br>・推進会総会<br>・合同懇親会 |
| 27 | 金 | ・児童センター「こいのぼり会」                 |

## 第 6 回

## 「本宮ゆいっこまつり」

～出展者募集～

- 日時：2018年6月10日(日) 10:00～15:00
- 会場：盛岡市本宮 中央公園
- 内容：1 ステージ発表  
2 産直市(地元の野菜, 果物, 福祉作業所物販)  
3 飲食コーナー  
4 フリーマーケット  
5 協賛イベント
- 出店募集内容
  - ◎ ステージ発表
  - ◎ フリーマーケット
  - ◎ 産直・物品販売
  - ◎ 協賛イベント
  - ◎ 飲食コーナー
- 申込締切 2018年5月19日(土) 16時必着
- 問い合わせ事務局 TEL&FAX 019-635-3734 佐々木 功

## 雪山に感動！

今年の冬も、小笠原安夫さんに雪山を作っていただきました。子供たちは「高い！すごい！最高だ！」と言って、大喜びです。



## 【第 11 回ゆいっこ講座】

- 1 日時：3月16日(金) 10:00～11:30
- 2 会場：本宮地区活動センター
- 3 内容：「元気になる冬の体操」
- 4 講師：イーハトーブ地域包括支援センター 指導員
- 5 申込：申し込みは必要ありません。当日会場にお越しください。
- 6 その他：来年度も11回開催する予定ですので、講座の内容について要望があればお知らせください。

## 《今月の花》

