

# 情報コーナー

- 講座・催し P19~
- 募集 P21~
- お知らせ P21~
- スポーツ P21~

## 役場

☎ 61-4100  
FAX 61-1991

問 問い合わせ  
申 申込み

## 講座・催し

高来神社 夏季例大祭  
大磯御船祭

▼とき 7月19日(日)  
▼ところ 大磯港祭場(照ヶ崎周辺)

大磯の漁師を守る観音様の普話に由来した伝統行事です。

祭りでは高麗権現の渡来や千手観音が海中から引き揚げられた様子を伝える舟唄や木道唄が歌われます。

今年、舟形の山車は出ません。

問 産業観光課 ☎内線248

「からだを動かさなきゃ!」と  
思っていた方のための運動講座

セラバンドや自重(自分の体重)などで簡単にできる筋トレ、こちよいストレッチなどを学べます。

▼とき 7月17日(金)9時30分  
〜11時30分

▼ところ 保健センター2階研修室

▼対象 74歳位までの方(申込み不要、直接会場へ)

▼定員 20人

▼講師 内山 聡氏(ハイライフサポート健康運動指導士)

▼持ち物 動きやすい服装、上履き、水分補給できるもの

問 スポーツ健康課

☎内線308

## 大磯スポーツパークマーケット

大磯運動公園で朝採れ野菜を数量限定で直売します。地産地消、近隣生産地で採れた野菜本来の味をお楽しみに!

▼とき 7月18日(土)11時〜15時

▼ところ 大磯運動公園 管理棟前

▼直売予定品目 小松菜、大根、トマト、キュウリ、ナス、玉ねぎ、そら豆、枝豆、いんげん(天候、収穫状況により変動いたします)

問 大磯運動公園 ☎(61)8822 (8時30分〜17時)

昨年、大好評だった!おおいそアンチロコモ教室 始まります!

骨、関節、筋肉の故障はありませんか?今日からロコモ予防を始めましょう。

▼とき・ところ

▼内容	保健センター 14:00~16:00	国府支所 14:00~16:00
1回目説明会	8月19日(水)	8月20日(木)
2回目測定会	9月16日(水)	9月17日(木)
3回目	10月7日(水)	10月15日(木)
4回目	11月4日(水)	11月19日(木)
5回目	12月9日(水)	12月17日(木)
6回目	1月6日(水)	1月21日(木)
7回目測定会	2月17日(水)	2月18日(木)
8回目報告会	3月16日(水)	3月17日(木)

▼内容 下肢筋力測定、骨密度

測定、歩く速さ測定、健康講話と体操等

▼講師 東海大学体育学部生涯スポーツ学科 中村豊教授他

▼参加条件 次の条件全てを満たした方

- ①概ね65歳以上の方
- ②全日程出席できる方
- ③測定データの活用同意できる方
- ④お配りする手帳に記録できる方

▼定員 20人(先着順)

▼参加費 無料

▼申込み 7月6日(月)9時から

▼その他 この教室は産官学連携事業になっています。測定データは個人が特定されない形で研究のために活用させていただきますのでご了承ください。

問・申 福祉課 ☎内線315

「介護者リフレッシュのついで」参加者募集

ご自宅にて高齢者を介護している家族介護者の方が、日ごろの疲れを癒し、リフレッシュすることを目的としたついでいの場合です。セルフケアの方法を学び、希望者は身体状況に応じたマッサージを受けることもできます。また、当日は地域包括支援センター職員等と介護に関する相談をすることもできます。

▼開催日 7月21日・9月15日・10月8日・11月10日・12月8日・1月14日・2月9日

〜万病は背骨から〜

「本紙見た!」で初診料無料!

神経・骨格・筋肉を的確に検査し、無理なく年齢症状に合わせて、筋肉の緩和操作、骨盤、背骨、各関節の矯正施術をいたします。

- 腰痛・脚痛 ●頭痛 ●首・肩・背中コリ痛 ●関節痛
- 内臓痛 ●スポーツ痛 ●体質・体型改善、他症状

大磯カイロプラクティック院

TEL&FAX 0463-61-8804 予約制

受月~金 9:00~20:00 土曜日 9:00~18:00 休日 曜日

※調査結果は、地上1m地点でいずれも国の基準値(0.23 μSv/h)以下でした。 ※測定結果は、町ホームページから確認できます。

http://nttbj.itp.ne.jp/0463618804

無料体験受付中

# Jim's English

安心の月謝制

Tel.0463-61-1204

Tel.0463-61-5652(夜間)

http://www.jimsenglish.com

至小田原 大磯駅 至平塚

国道1号線 P 2F

ファミリーマート 大磯駅入口 Jim's English

大磯駅から徒歩3分国道沿い

町内の環境放射線量	測定場所(地上1m)	大磯小学校	国府小学校
H27.6.17測定 天気:晴れ	放射線量	0.03 μSv/h	0.02 μSv/h

※調査結果は、地上1m地点でいずれも国の基準値(0.23 μSv/h)以下でした。 ※測定結果は、町ホームページから確認できます。

問 環境課 ☎内線352