



大切なあなた

健康推進課 ☎61-3316

9月は「こころに寄り添い いのちを守る いわて」月間です

働き世代「こころとからだの健康づくり講座」

自分のこころとからだの健康を守るために、上手にストレスとつきあうことが大切です。保健推進課では、働き世代を中心とした「こころとからだの健康づくり」推進のため、出前講座を実施しています。出前講座を希望する団体・企業などは保健推進課にご相談ください。

本年度初めての出前講座は、株式会社新田組が同社の安全大会に合わせて開催。17人が参加しました。参加者からは「他人事だと思っていたが、健康に気を付けようと思った」「セルフケアを意識して生活していきたい」などといった声が聞かれ、自分自身の生活を見つめ直すきっかけを作ることができました。



（株）新田組で開催した出前講座

■出前講座を開催しませんか

ストレスとの上手な付き合い方や、高血圧予防などについて、説明します。希望に合わせて30分から1時間程度の講話を無料で行います。気軽に問い合わせください。

こころとからだの健康づくり活動団体の紹介

久慈市精神障がい者家族会 祐慈の会

▶所在地…久慈市旭町8-100-1



■主な活動の紹介

精神保健に関する正しい知識や情報を得て、精神障がい者とその家族が生涯にわたり安心して地域で暮らせるよう、会員同士が支えあい、相談しながら研修会や語り合いの会を行っています。

▶開催日…年4回程度（不定期）

▶会場…元気の泉

▶利用料…無料

健康推進課 ☎61-3316

■祐慈の会中塚会長から

ひとこと

久慈市精神障がい者家族会「祐慈の会」では、同じ状況にある人たちが集まり、一生を安心して過ごせるように励まし合いながら、年4回程度、さまざまな内容に取り組み、学び、語り合いをしています。

どうぞ、気軽に足をお運びください。見学もできますので、事務局へお声掛けください！お待ちしております。

令和4年度

久慈秋まつり

久慈秋まつりを9月17日に、開催方法を変更して行います。山車やみこしのパレード、郷土芸能パレードは実施せず、各組はそれぞれの場所で音頭あげやお囃子を披露します。

来場の際は、新型コロナウイルス感染症対策の徹底をお願いします。感染が疑われる場合は、来場をお控えください。

▶日時…9月17日(土)13時～19時

▶実演・展示会場…各展示場所で、13時から1時間ごとに音頭やお囃子を行います

- ・め組…北日本銀行
- ・新町組…市日通り
- ・上組…市日通り
- ・に組…市日通り

- ・備前組…土風館バス停
- ・中組…山車創作体験館前
- ・田屋町組…ホソタ薬局
- ・朋友會…ホソタ薬局



▶車両通行止め…市日通りを11時30分～20時まで規制します

▶駐車場…展示場所には駐車場がありませんので、近隣の駐車場をご利用ください。

- ・中町イベント広場
- ・久慈市役所
- ・久慈川河川敷（中の橋付近）
- ・アンバーホール
- ・YOMUNOSU

久慈秋まつり実行委員会事務局（久慈市観光物産協会内）☎66-9200

▶URL…<https://kuji-kankou.com>

商工観光課 ☎52-2123

