

# 平成30年度市認知症カフェ事業 「思い出カフェ」をご利用ください

◎問い合わせ  
本庁地域包括支援センター  
(内線 282)

認知症の人やその家族、地域の人など誰もが参加でき、語り合う集いの場所です。ほっと息抜きの時間に、ちょっとした楽しみのひとつに、認知症に関する情報を聞きたいときに、どうぞご利用ください。



- 参加費はどれくらい？  
お茶菓子代として100～300円をいただきます。カフェによって異なりますので、それぞれの連絡先にお問い合わせください。
- 誰が参加してもいいの？  
誰でも参加できます。どうぞお気軽に遊びに来てください。
- どこで開催しているの？  
市では市包括支援センターと各地域の在宅介護支援センターの計12カ所で毎月開催しています。詳しくは一覧をご覧ください。

## ■思い出カフェ一覧

地域	カフェ名	会場	開催時間	連絡先	次回開催日 (4月13日以降)	次々回開催日
水沢	昔なつかし語らいの会	大畑集会所	月末の金曜日 (12月・3月は別の週) 13:30～15:30	市地域包括支援センター(内線282)	4月27日(金)	5月25日(金)
	福寿草	特別養護老人ホーム福寿荘1階喫茶ロビー	月末の火曜日 14:00～16:00	福寿荘(☎1244)	4月24日(火)	5月29日(火)
	白い花の家	水沢桜屋敷「伊藤様宅」	第3木曜日 10:00～12:00	寿水荘(☎6088)	4月19日(木)	5月17日(木)
	モコちゃん	東中通りふれあいセンター	第3金曜日 (10月は第3木曜日) 10:00～12:00	奥州市社会福祉協議会(☎6025)	4月20日(金)	5月18日(金)
	いっぷく	羽田地区センター1階	第2木曜日 13:30～15:30	美楽会(☎2626)	5月10日(木)	6月14日(木)
	けんこう	生活環境伝承センター	月末の木曜日 (12月は第3木曜日) 10:00～12:00	けんこう(☎8155)	4月26日(木)	5月31日(木)
江刺	にっかわ	聖愛園にっかわ(偶数月) 郷土食材館えびや(奇数月)	第3金曜日 (8月は第2金曜日) 13:30～15:30	聖愛園(☎6733)	4月20日(金) 会場:聖愛園にっかわ	5月18日(金) 会場:郷土食材館えびや
	桜つつみ	江寿園 会議室	第2火曜日 13:30～15:30	桜つつみ(☎8303)	5月8日(火)	6月12日(火)
	あっぷる	あっぷる de カフェ(あっぷるホーム)	第1木曜日 (5月・1月は第2木曜日) 13:30～15:30	あっぷるホーム(☎6337)	5月10日(木)	6月7日(木)
前沢	語らいのまちカフェまえさわ	前沢地区センター 集会室	第4水曜日 13:30～15:30	まえさわ苑(☎7304)	4月25日(水)	5月23日(水)
胆沢	ぬくもりいさか	喫茶ぬくもり(ぬくもりの家内)	月末の水曜日 (12月は第3水曜日) 13:30～15:30	やまゆり荘(☎5111)	4月25日(水)	5月30日(水)
衣川	はごろも	グループデイサービス(羽衣荘内)	第3水曜日 (8月は第4水曜日) 9:30～11:30	羽衣荘(☎3580)	4月18日(水)	5月16日(水)

# Road to 2018 2018 いわて奥州きらめきマラソン

みんなの応援で大会を盛り上げよう!



5月20日開催の第2回大会の情報を、5月まで毎月お届けします。

■問い合わせ=いわて奥州きらめきマラソン実行委員会事務局(江刺総合支所・内線334、335、336)

開催まであと1カ月と迫っている第2回いわて奥州きらめきマラソン。市民の皆さんから「全国各地から駆け付けた皆さんをどのように応援したらいいのか教えてほしい」という多数のお問い合わせをいただいています。ここでは、ランナーに喜ばれる応援の仕方をご紹介します。マラソンは自分との戦いと称され、長い道のりを黙々と走る競技。苦しい時こそ、沿道の応援がランナーを勇気付け、大きな励ましとなります。華やかなバルーンや、鈴やタンバリンなどの鳴り物、ハイタッチや声援がランナーにとっても喜ばれます。応援ボードやハイタッチ用のうちわをご近所の方々と一緒に楽しみながら作成することもマラソンの醍醐味の一つです。

思わず笑顔がこぼれてしまうようなメッセージを掲げるのも喜ばれますよ。身近にある物を利用して目立つ応援をしましょう。



応援メッセージを掲げて熱い声援を!

いろんな小道具で華やかな応援!ランナーに元気を届けよう!



苦しくて辛い時に皆さんの応援があれば、止まりかけた足がまた動き出します。思わず「クッス」と笑顔になる応援だと、心まで軽くなりますね。

沿道からの声援が完走や記録更新を後押ししてくれるんです。当日は私も皆さんと一緒にランナーを応援しますよ!



大会アンバサダー 那須川 瑞穂さん

ハイタッチでランナーと触れ合おう!

※ランナーへの助力行為とならないようご注意ください

※ランナーの走行に支障がないよう、注意しながら応援しましょう

## 祝! 全国ランニング大会 100 撰!

2017年に国内で開催された約1,600のランニング大会の中から、参加ランナーの投票などで選ばれる「全国ランニング大会100撰」に、県内では唯一、本大会が選ばれました!

第2回大会も「100撰」に選ばれることを目指します! おもてなしやランナーへの声援も評価の対象となりますので、皆さんのご協力をよろしくお願いいたします。

## !お知らせ!

交通規制やコース図については、5月10日発行の広報おうしゅう5月本号で、特別号として詳しくお知らせします。

最新情報はこちらからホームページをCHECK!

大会HPアドレス <http://oshukirameki.jp>  
※市公式サイトのパナーからもアクセス可能

きらめきマラソン 検索

いわて奥州きらめきマラソンは5月20日(日)開催