

▶10月5日(土)7:00~7:50 集合  
▶アゴラ広場 持ち物▶軍手 問▶  
同会議の遠田さん☎(834)5905  
■**明德館こんわ会の一箱古本市**  
思いがけない本との出会いに。

日時▶10月5日(土)11:00~16:00  
会場▶ほくとライブラリー明德館  
入口 問▶同会の菅原さん  
☎(835)2708

■**うつ会秋田の集い** うつ病で悩  
んでいるかたに、うつ病経験者が  
助言します。日時▶10月20日(日)、  
11月3日(日)、14:00~16:00  
会場▶遊学舎 参加費▶各300円  
問▶うつコミュニティ秋田の堀さ  
ん☎(862)8491

■**新屋ガラス工房の臨時休館**

機器保守と展示品入れ替えのため、  
9月30日(月)に臨時休館します。  
なお、10月1日(火)も通常休館  
です。☎(853)4201

■**秋田市総合振興公社の職員(職  
務経験者)を若干名募集**

受験資格など、詳しくはお問い合わせ  
ください。☎(829)3568  
一次試験▶11月23日(土)  
申込締切▶10月31日(木)

■**福利厚生事業(ワークパル)に加入  
しませんか** 10月31日(木)まで、  
会員加入キャンペーン(入会金  
無料など)を行っています。詳しく  
はお問い合わせください。  
対象▶中小企業で働いているかた  
問▶秋田市勤労者福祉振興協会  
☎(889)8986

## 健康

### サンライフ秋田の教室

19歳以上のかた(①~③は女性のみ)  
が対象です。会場はサンライフ  
秋田。申し込みは9月21日  
(土)10:00から。☎(863)1391

①**健康バランスボール短期教室**  
日時▶10月1日(火)13:30~14:45  
受講料▶910円 定員▶15人

②**ヨガ短期教室**  
日時▶10月2日(水)13:30~14:45  
受講料▶910円 定員▶25人

### いわさきサロン

対象は65歳以上のかた ■ 参加無料 ■ 直接会場へどうぞ

3B体操 10月1日(火)10:00~12:00、八橋老人いこ  
いの家で。動きやすい服装でどうぞ。☎(862)6025  
演歌・歌謡教室 10月3日(木)10:00~12:00、飯島老  
人いこいの家で。筆記用具が必要。☎(845)3692

### 介護支援ボランティア 登録講習会



介護保険施設などでボランティア活動をして、集めた  
スタンプをポイントに換えると、年間最大5,000円の  
交付金を受けられる制度です。下記講習会は必須。  
介護保険被保険者証を持って、直接会場へどうぞ。  
対象▶65歳以上で要介護認定を受けていないかた 日  
時(1日のみ)▶10月18日(金)、11月12日(火)、14:00~  
15:30 会場▶市老人福祉センター3階会議室 保険  
料▶230円 問▶秋田市社会福祉協議会☎(862)7445

③**ピラティス短期教室**

日時▶10月4日(金)13:00~14:15  
受講料▶910円 定員▶15人

④**アクアリラックス**

日時▶10月4日(金)から25日(金)ま  
での毎週金曜、9:15~10:30  
受講料▶3,140円 定員▶25人

### タイ式ヨガでリフレッシュ!

日時▶10月3日(木)・10日(木)・17  
日(木)、19:00~20:30  
会場▶北部市民SC 先着▶25人  
申込▶9月25日(水)9:00から北部  
市民SC☎(893)5969

### 市立病院の各種教室

会場は、①が西部市民SC3階大会  
議室、②③が市立病院2階講堂。  
問▶市立病院☎(823)4171

①**市立病院&あらや「健康セミナー」**  
医師や管理栄養士による「糖尿病」  
の話。講座の後、医療相談会も。  
日時▶9月27日(金)15:00~16:10

②**肝臓教室**  
肝がんの内科的治療、肝臓・胆道  
系超音波検査について。  
日時▶10月1日(火)13:30~14:40

③**糖尿病教室**  
運動療法や検査などについて。  
日時▶10月8日(火)13:00~14:40

### みんなの掲示板④

■**秋田大学医学部附属病院のひだ**

**まり教室** 「がんの痛みを医療者  
に上手く伝えよう」をテーマに、  
緩和ケア看護師が話します。

日時▶10月1日(火)18:30~19:00  
会場▶同病院外来棟1階外来ホー  
ル 問▶秋田大学医学部医事課医  
療サービス室☎(884)6039

■**聖霊女子短大の公開講座**

生活習慣病の予防と健康増進のため、  
県産食材の活用を考えます。  
日時▶10月5日(土)10:00~11:30  
会場▶聖霊女子短大 定員▶100人  
申込▶同短大☎(845)4111

■**てんかん市民講座**

市立病院神経内科の大川 聡医師  
による講話「高齢者てんかんにまつ  
わる諸問題」。

日時▶10月5日(土)14:00~15:30  
会場▶アルヴェ4階洋室C  
定員▶35人 問▶てんかん協会秋田  
県支部☎090-1375-8825

■**あきた移植医療協会の移植医療  
50年記念事業**

記念式典や演奏、獨協医科大学の妹尾 正教授に  
よる特別講演「角膜移植の現状と  
未来」など。日時▶10月6日  
(日)13:00~16:30 会場▶にぎわ  
い交流館3階多目的ホール  
\*9月29日(日)10:00~、秋田駅ば  
ほろーどなどで臓器移植推進街  
頭キャンペーンを行います。

問▶あきた移植医療協会  
☎(832)9555

■文中「SC」はサービスセンターの略。

## 案内

### クルーズ船 秋田港への寄港(10・11月)

寄港日と客船名▶①10月3日(木)・②10月11日(金)=MSCスプレントイダ ③11月14日(木)=ダイヤモンド・プリンセス  
…①③はエリアなかいちで歓迎イベントを開催予定です。

問▶観光振興課☎(888)5602

### リサイクル市用の本を募集

10月19日(土)に開催する土崎図書館まつりで行う「図書のリサイクル市」に提供していただける本を、同図書館カウンターで受け付けます。ただし、雑誌や参考書、辞書、百科事典、書き込みのあるものは除きます。

募集期間▶10月13日(日)まで

問▶ほくとライブラリー土崎図書館☎(845)0572

### カヌー体験してみませんか

10月に行われる「はずむ! スポーツ都市 第39回健康のつどい」の関連イベント。対象▶小学生以上

日時▶10月14日(月)10:00~12:00  
会場▶岩見川(河辺) 先着▶20人

申込▶10月4日(金)までスポーツ振興課☎(888)5611

### はずむスポーツ都市 市民スポーツ祭

■レスリング 対象▶小学生

日時▶10月14日(月)9:45~

会場▶秋田商業 申込▶10月5日(土)まで秋田市レスリング協会の宮原さん☎(862)3237

■ソフトボール 日時▶10月26日(土)9:00~

会場▶勝平市民グラウンド 参加費▶1チーム5,000円  
申込▶10月5日(土)まで秋田市ソフトボール協会の高野さん

☎090-3129-4232

■柔道 日時▶10月27日(日)9:00~

会場▶県立武道館 参加費▶1,000円(小・中学生700円)

申込▶10月10日(木)まで秋田市柔道連盟の藤原さん☎(873)2689

■ラグビー 対象▶小学生

日時▶11月4日(月)8:30~

会場▶県営トレーニングセンター(雄和) 参加費▶1チーム100円  
申込▶10月11日(金)まで秋田市ラグビーフットボール協会の佐藤さん

☎090-3362-8587

### お気軽にご相談ください

■秋田県行政書士会の電話相談

遺言・相続、法人設立、農地転用、各種許認可申請など。

日時▶10月1日(火)10:00~16:00  
相談電話▶(864)3098

■不動産鑑定士による相談会 相談に関連する資料(所在地住所、地

図、登記など)をお持ちください。

日時▶10月1日(火)13:30~16:30  
会場▶にぎわい交流館4階研修室3間▶秋田県不動産鑑定士協会の藤田さん☎0184(44)8039

■一日合同行政相談所 借金や離婚などの弁護士相談、相続登記や成年後見などの司法書士相談(要予約、定員各12人)。相続税や年金などの行政相談は予約不要。

日時▶10月2日(水)11:00~16:00  
会場▶アルヴェ1階きらめき広場  
申込▶9月24日(火)9:00から秋田行政監視行政相談センター

☎(823)1100

■秋田県司法書士会の法律相談会

不動産の名義変更や相続、成年後見など。日時▶10月5日(土)10:00~16:00  
会場▶秋田県司法書士会館3階(山王) 問▶☎(824)0187

■ふれあい法律相談 武田龍生弁護士が応じます。申し込みは、1つの相談につき年度内1回まで。

日時▶10月21日(月)10:00~12:00  
会場▶市老人福祉センター(八橋) 先着▶6人(初めてのかたを優先)

申込▶9月24日(火)10:00から市社協ふれあい福祉相談センター  
☎(863)6006

### みんなの掲示板③

■青少年育成秋田市民会議のクリーンアップ活動 清掃範囲は、秋田駅周辺や広小路、仲小路。日時

	相談の種類	相談日時	相談場所	申し込み
要予約 定員各6人	法律	10/ 3(木)・17(木)・24(木) 9:00~12:00	市民相談センター	9/24(火)8:30から、市役所1階の市民相談センターの窓口か電話でご予約ください。☎(888)5646  *「要予約」の相談利用は、同年度内に1人各1回までです。
		10/ 3(木) 13:30~16:30	南部市民SC	
		10/10(木) 9:00~12:00	北部市民SC	
	行政書士	10/ 4(金) 13:00~16:00	市民相談センター	
	司法書士	10/ 8(火)・29(火) 13:00~16:00		
	年金・社保	10/11(金) 13:00~16:00		
	公証人・遺言	10/15(火) 9:00~12:00		
税務相談	10/15(火) 13:00~16:00			
予約不要 定員各6人	行政	10/ 9(水) 13:00~16:00	市民相談センター	当日直接、市役所1階の市民相談センターへどうぞ。先着順(15:30で受付終了)
	人権・困りごと	10/10(木) 13:00~16:00		



市民相談  
無料相談  
の