

◆その病気、症状は石綿(アスベスト)が原因かも…

ご家族に、肺がんや中皮腫などで亡くなられたかたはいませんか。また、息切れ、胸が苦しいなどの症状がありませんか。石綿による疾病と認定された場合、各種給付を受けることができます。

問▶秋田労働局労災補償課

☎(883)4275

◆孫のコトゆるっとお話し

孫育て、ママ・パパとの関わり方、悩みや喜びなどをざっくばらんに語りましょう。有識者アドバイザーと現役ママを交えて情報交換も。日時▶2月22日(木)10:30~12:00 会場▶秋田ケーブルテレビ会議室(八橋) 先着▶10人

申込▶(株)ALL-A☎(803)6430

健康

格闘技エクササイズに挑戦

全身の筋力強化とシェイプアップをめざそう! 日時▶2月20日(火)・27日(火)、18:45~20:15 会場▶CNAアリーナ★あきた多目的ホール 先着▶12人

申込▶2月5日(月)12:00から(5日は39歳以下のみ受け付け)生涯学習室へ。☎(888)5810

市立病院の教室

◆医療用ウィッグを必要とするかた、使用されているかたの相談会 販売は行いません。

日時▶2月6日(火)、9日(金)、3月から毎月第1火曜と第4金曜、11:30~13:30

会場▶正面玄関横の情報提供コーナー 問▶医事課☎(823)4171

◆腎不全教室

腎不全が進行したらどんな症状がでるのか、透析がちかいと言われるたらどんな治療があるのか、血液透析・腹膜透析・腎移植について泌尿器科医師が説明します。▶

日時▶2月13日(火)15:30~16:00
会場▶市立病院5階講堂
問▶経営企画室☎(823)4171

みんなの掲示板④

◆秋田大学次世代がん医療プロフェッショナル養成プラン講演会「どうする!骨転移?がん患者のウェルビーイングを目指して」

「骨転移診療の今」と題した各領域から県内外の専門家による講演や総合討論など三部制で開催。オンラインでの参加も可。

日時▶2月17日(土)15:00~18:00
会場▶秋田キャッスルホテル3階 弥生の間 定員(会場)▶50人 申込▶2月9日(金)までに右

記コードから同事務局(秋田大学医学部学務課内) 問▶☎(801)7232



秋田大学がんプロ養成プラン

◆秋田大学医学部附属病院のがんサロン がんと向き合っているかたやそのご家族、がんの体験があるかた同士のフリートーク。

日時▶2月16日(金)14:00~15:00
会場▶院内図書館「ひだまり」
問▶同病院がん相談支援センター☎(884)6277(平日9:00~16:00)

◆出張カフェ“月(ゆえ)”開催~認知症看護認定看護師さんのお話あり~ 市立病院の看護師とみんなでおしゃべりをしよう。

対象▶会場までご自身で来ることができる65歳以上のかた

日時▶2月15日(木)13:30~14:30
会場▶川元地域包括支援センター社協 参加費▶300円 先着▶20人 申込▶同センター☎(853)5968(平日9:00~17:00)

◆環境と健康の集い

市職員が「あなたのフレイル度チェックしてみませんか」をテーマに、土崎地域包括支援センター永覚町が「介護サービス 利用あれこれ」をテーマに講演します。お笑い伝道師ウクレレ漫談 人星亭 喜楽駄米のアトラクションも。

日時▶2月10日(土)13:30~ 会

場▶北部市民SC 1階地域文化ホール 問▶土崎地区市民憲章推進協議会環境保健部の佐々木さん

☎090-4313-9612

◆秋田市手をつなぐ育成会のセミナー テーマは「親なきあとの準備セミナー~相続の基本と遺言書・成年後見制度と家族信託~」。

日時▶2月24日(土)14:00~16:00
会場▶県社会福祉会館本館8階合同研修室(旭北) 定員▶50人

申込▶電話かEメールで、同会の鈴木さん☎090-2273-0560

Eメール tetsu-s@cna.ne.jp

◆新体操アカデミー 種目はクラブ・リボン。対象・日時▶2月17日(土)、4歳~小学2年生は14:00~14:45、小学3~6年生は14:50~15:50、中学・高校生は16:00~18:00 会場▶県立体育館 参加費▶1,000円 申込▶電話かEメールで秋田県体操協会の七尾さん☎090-8610-7530

Eメール sintaisou.akita.jr@gmail.com

◆「チェアバレエ・エクササイズ」体験会 イスに座ったままバレエエクササイズで優雅に筋力アップ! 日時▶2月23日(金)10:00~11:00 会場▶アスク秋田シニアスポーツクラブ(山王) 参加費▶500円 定員▶10人 申込▶同スポーツクラブ☎(866)5660

◆秋田県アレルギー市民公開講座「アレルギー電話相談会」

医師や患者団体の専門家チームがアレルギー(ぜんそく、食物アレルギー、じんましん、アレルギー性鼻炎、アトピー性皮膚炎など)に関する疑問にお答えします。

日時▶2月17日(土)12:00~15:00
申込▶右記コードから事前に申し込むか当日開催時間内にホームページ内



アレルギー電話相談

に表示される電話番号で秋田大学医学部総合診療・検査診断学講座事務局 <https://akitaicpc.wixsite.com/allergy-akita> 問▶☎(884)6209

に掲載した内容は、 になる場 があります。また、会場では にご 力 います。

「 」はサービスセン ーの 。



に

◆ がい 者 相談会

労や生 の相談に じます。
対象▶身体・ 的・ がい のあるかたとそのご家族
日時▶2月11日(日)13:30~16:00
会場▶中 市民SC
問▶生 の さん
 ☎(834)2577・ A (834)2219

◆ がい者 相談

日時▶2月16日(金)10:00~15:00
会場▶市 人福祉センター2階(八橋)
問▶N 人秋田けやき会
 ☎(867)1650

◆ サロン

お話をする 会の ないかたに、
 親身に を けます。**日時▶**2月
 22日(木)、10:10~と12:10~
会場▶中 市民SC 室2・3(市役
 3階) **申込▶** ボランテ ア
 秋田「 ンポの会」☎(862)0839

◆(公)秋田 者 セン ー

や交 事 の 者、ご遺
 族などへ、電話相談などで 的
 支援を行うボランテ ア支援員を
 10人 します。 されるかた
 は、今年4月から行う べ100時

間の研修を受けていただきます。

申込▶ 切りは2月29日(木)。
 や 方 など、しく
 は、同センター事務局へお問い合
 わせください。☎(893)5935(平
 日10:00~16:00)

◆ の健康 くり相談会

ウンセラ ーが じます。自
 のこと、家族のこと、職場の人
 間関 など。**日時▶**2月3日(土)、
 3月2日(土)、13:00~16:00
会場▶県社会福祉会館(旭北)
申込▶日本 ウンセラ ー協会
 北支部秋田県 営部☎080-
 1694-0764(10:00~16:00)

みんなの掲示板

◆ 秋田 っ の会の催し

問▶ 秋田ばっけの会事務局
 ☎090-9539-2365
もりのかたとそのご
が対象の集い 日時▶2月11日
 (日)13:30~15:30 **会場▶**中 市
 民SC 室2・3(市役 3階)
つなぐ・つながる「 場 」 あ

た フリートーク、パステル
 アート、 ・相談コーナーなど。
日時▶2月24日(土)13:00~16:00
会場▶中 市民SC 室4(市役
 3階)

◆ ども

地域のかたがたと イ イ楽しい

食事と学習支援、育 相談。

日時▶2月17日(土)、 ども食堂
 は11:30~14:00、学習支援・育
 相談は14:00~16:00
会場▶定 者生 介護事
 きらい み(場)
参加費▶300円(中学生以下)
先着▶50人
問▶きららホール ン スの
 田さん☎(895)7267

◆ 業 用 定セン ーの

力・経験 を かして働く
 ことを するかたと、人 を
 る企 をマッチン するキャリ
 ア人 バンクに して 職を
 現しよう。**対象▶**60歳以上70
 歳以下で 職中のかた、または
 職後1年以内のかた
申込▶右記コードか電話
 で() 用 定セ ャア バンク
 ンター秋田事務 ☎(823)7024



◆シングル ーの 場 くり

「シングル ーのセルフ ア」
 市地域 くり交付金事 。 で
 地よい時間を ごそう。体のお
 話も。講師は さん。託
 あり(申込)。
対象▶シン ルマザーのかた
日時▶2月18日(日)10:00~12:00
会場▶中 市民SC **先着▶**10
申込▶2月3日(土)9:00からびー
 ら 秋田☎080-5625-0379

LOOK!

市政番組今月のオススメ

「 がま 大 秋田市 です」
 (日)▶「 着でま くりを !
 ま くりラ 講座」

市内の各地域を に行われている、まち
 くりの 講座「まち くりラボ講座」。ま
 ち くりに けた人
 の育成を ざし、まち
 くりプランや地域の
 来ビジョンを える
 講座の 介をします。



レ ビ ラ	「 んに は秋田市か 」	11:40~ 日 11:55~
	「 い い 秋田市か 」	15:45~ 15:45~
	「 ん んは秋田市か 」	22:54~
	5 番 は秋田ケーブルテレビでも しています。	
	「 がま 大 秋田 市 です」(手話)	2/18 日 11:40~11:55
エフエ 秋田「秋田市 ンデー	月 17:55~	
ラ 「秋田市 のい ネ	10:25~	
エフエ 「 ス 」	13:20~	

情報は 報 課ホームページで。☎(888)5471
<https://www.city.akita.lg.jp> 報 番号 1001367

「情報子
ンネル
は 市関連の情報を
先していただきますので
が あ たものす てを掲載で
ない場 があります
ご

ください