



みんなの掲示板②

■**サロン・ならこみ** お茶っこを飲みながら語り合いませんか。対象▶**檜山地区の高齢のかた** 日時▶8月25日(日)10:00~12:00 会場▶**檜山地区コミュニティセンター** 申込▶8月17日(土)から22日(木)まで同コミセン☎(834)9844

■**少子高齢化の地域づくり講話会**「生と死に向き合う~喪失から生き直す希望へ~」がテーマ。日時▶8月25日(日)13:30~15:00 会場▶**河辺総合福祉交流センター三世代交流ホール**

問▶**和田地区保健推進員会事務局の千葉さん**☎(882)4258

■**敬老マッサージ** 対象▶60歳以上 日時▶9月13日(金)13:00~14:30 会場▶**視覚支援学校臨床実習室(南ヶ丘)** 持ち物▶手ぬぐい 問▶**視覚支援学校**☎(889)8571

■**精神障がい者家族相談** ご家族の不安や悩みごとなど。日時▶8月23日(金)10:00~15:00 会場▶**市老人福祉センター2階(八橋)** 問▶**NPO法人秋田けやき会**☎(863)4481

■**介護者のつどい** 寝たきりや認知症のかたなどを介護する上での悩みや思いを話し合います。日時▶9月9日(月)13:30~15:00 会場▶**市保健センター(八橋)** 問▶**つどい代表の小野さん**☎090-9037-4482

■**秋田県国民健康保険団体連合会(山王)職員採用試験** 募集は大学卒程度若干名。願書受付▶8月26日(月)から9月11日(水)まで 一次試験▶10月20日(日) 問▶**同連合会総務課**☎(862)6864

■**消費税軽減税率制度説明会** 日時▶8月30日(金)10:00~11:00 会場▶**秋田南税務署3階大会議室** 問▶**秋田南税務署**☎(832)4121 (音声案内「2」を選択)

■**秋田清掃登山連絡協議会の登山** ①は6:00に、②③は5:00に山王けやき通り沿いへ集合。参加費各500円。申し込みは、秋田清掃登

ふれあひサロン(参加無料)

対象は65歳以上のかた。時間は10:00~12:00。直接会場へどうぞ(①②は動きやすい服装で)。

①**3B体操** 開催日▶8月20日(火)、9月3日(火)

会場・問▶**八橋老人いこいの家**☎(862)6025

②**ラフターヨガ(笑いヨガ)** 開催日▶8月21日(水)

会場・問▶**大森山老人と子どもの家**☎(828)1651

③**演歌・歌謡教室** 開催日▶9月5日(木) 会場・問▶**飯島老人いこいの家**☎(845)3692 持ち物▶**筆記用具**

山連絡協議会の大山さんへ。☎080-1654-5240

①**保呂羽山清掃登山**▶9月8日(日)

②**焼山清掃登山**▶9月22日(日)

③**栗駒清掃登山**▶10月6日(日)

健康

クアドームザ・ブーンへGO!

■**8月25日(日)は開業記念でザ・ブーンの入館料が半額に!**

▶大人510円→255円

▶中・高校生410円→205円

▶3歳~小学生300円→150円

問▶☎(827)2301

■**ザ・ブーン健康増進教室**

①は直接会場へ、②は申し込みが必要です。内容は、いずれも10:50~12:15にストレッチ&水中歩行、12:30~13:30に水泳。

①**1日コース** 9月3日(火)から27日(金)までの毎週火・金曜。参加費(入館料別)1回590円。フリーコース4,320円もあります。

②**秋田駅東口から9:45発のバス送迎付きコース** 9月の毎週金曜。参加費(入館料込)各1,100円。申し込みは、8月30日(金)9:00からザ・ブーンへ。☎(827)2301

市立病院の各種教室

会場は、市立病院2階講堂(駐車場無料スタンプがあります)。

問▶**市立病院**☎(823)4171

①**肝臓教室** 医師、薬剤師による自己免疫性肝炎と原発性胆汁性胆管炎や治療薬についての話。

日時▶9月3日(火)13:30~14:40

②**糖尿病教室** 糖尿病の患者さん

やその家族が対象。食事療法や薬物療法などについての話。

日時▶9月10日(火)13:00~14:40

こころの健康アップ講座

心とからだのコリをほぐしましょう。健康運動指導士による呼吸法やストレッチの実技指導。日時▶9月27日(金)10:00~11:30 会場▶**市保健センター(八橋)** 先着▶30人 申込▶8月19日(月)8:30から健康管理課☎(883)1180

栄養士による食生活相談

日時▶9月9日(月)9:30~16:30 (1人50分程度。内容により対応できない場合があります) 会場▶**市保健所(八橋)** 先着▶5人 申込▶8月19日(月)8:30から保健予防課☎(883)1178

みんなの掲示板③

■**緩和ケアフォーラム**

医師による講演や事例発表など。日時▶8月17日(土)15:00~ 会場▶**アルヴェ2階多目的ホール** 問▶**秋田厚生医療センター総務管理課**☎(880)3000

■**ひだまり教室~がんの痛みつとれるの?~** 医師による緩和ケアの説明。日時▶8月20日(火)18:30~19:00 会場▶**秋田大学医学部附属病院外来棟1階外来ホール** 問▶**同大医事課医療サービス室**☎(884)6039

■**五十嵐記念病院 健康まつり** 健康チェック、寸劇、バザー、屋台など。日時▶9月7日(土)13:00~ 会場・問▶**五十嵐記念病院**☎(845)0251

■文中「SC」はサービスセンターの略。

催し

劇団「河辺わさび座」公演

命や食の大切さなど、家族や地域の絆について笑いど気付きがいっぱいの公演です。日時▶9月9日(月)10:30~11:30 会場▶中央市民SC多目的ホール(市役所3階) 問▶中央市民SC☎(888)5654

おはなしおばさんのおはなし会

日本各地で語り手として活躍する藤田浩子さんのおはなし会。会場は、①がはくとライブラリー新屋図書館、②③がアトリエももさだ。申し込みは8月20日(火)10:00から同図書館へ。☎(828)4215

①大人のためのおはなし会
日時▶9月14日(土)19:15~20:00
先着▶20人

②赤ちゃんからのおはなし会
日時▶9月15日(日)10:00~10:40
先着▶100人

③講演会「ヒトは人に育てられて人になる」
日時▶9月15日(日)12:00~15:00 先着▶100人

朗読のつどい

目の不自由な方や高齢者など、幅広い世代のみなさんに向けた、

朗読ボランティアはまなすによる朗読会。「だってだってのおばあさん」「桜桃」「すぐ死ぬんだから」ほか。日時▶9月7日(土)13:30~15:30 会場▶問▶はくとライブラリー土崎図書館☎(845)0572

市民スポーツ祭

■ボクシング 日時▶9月7日(土)・8日(日)、11:00~ 会場▶西目高校(由利本荘市) 申込▶8月31日(土)まで秋田市ボクシング協会の古木さん☎(839)6341

■銃剣道 日時▶9月15日(日)9:40~ 会場▶飯島南地区コミュニティセンター 申込▶9月7日(土)まで秋田市銃剣道連盟の猪股さん☎(857)2311

■カヌー 日時▶9月15日(日)10:00~ 会場▶岩見川特設会場(河辺) 参加費▶1,000円(高校生以下500円) 申込▶9月8日(日)まで秋田市カヌー協会の石塚さん☎(839)7859

■武術太極拳 日時▶10月12日(土)9:00~ 会場▶県立武道館 申込▶9月13日(金)まで秋田市武術太極拳連盟の久米さん☎090-1371-6958

みんなの掲示板①

■オーガニックフェスタ in あきた 県内産の有機農産物や加工食品の

展示・販売など。日時▶8月24日(土)・25日(日)、9:30~16:00 会場▶秋田駅西口アゴラ広場、大屋根下 問▶秋田県有機農業推進協議会(自然食品&Café スウィートマーケット内)☎(853)0987

■よつごや秋祭り 日時▶9月8日(日)9:30~12:00 会場▶認定こども園四ツ小屋の広場 内容▶小学校吹奏楽部演奏、出店、フリーマーケットなど 問▶四ツ小屋地区振興会の榎さん☎090-7335-1567

■第62回秋田市芸術祭「フォークダンスフェスティバル」 日時▶9月8日(日)10:00~ 会場▶北部市民SC体育館 問▶秋田市フォークダンス連合会会長の青木さん☎090-4886-0672

案内

危険物取扱者試験

日時▶10月13日(日)10:00~ 会場▶県社会福祉会館(旭北) 試験手数料▶甲種6,500円、乙種4,500円、丙種3,600円 申込▶市消防本部、各消防署、消防試験研究センター秋田県支部(中通)にある受験願書で、8月23日(金)から9月5日(木)までに同支部へ。☎(836)5673



無料相談 センターの市民相談

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 9 / 5(木)・19(木)・26(木) 9:00~12:00	市民相談センター	8 / 20(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。	
		南部市民SC		
		西部市民SC		
	行政書士	9 / 6(金) 13:00~16:00		市民相談センター
	司法書士	9 / 10(火)・24(火) 13:00~16:00		
	年金・社保	9 / 13(金) 13:00~16:00		
	公証人・遺言	9 / 17(火) 9:00~12:00		
税務相談	9 / 17(火) 13:00~16:00	市民相談センター		
行政	9 / 11(水) 13:00~16:00		市民相談センター	
要予約不要 定員各6人	人権・困りごと	9 / 12(木) 13:00~16:00		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)