

春の野鳥観察



日時 **4月25日(土)**
8:30~11:00 参加 **無料** 先着 **20人**

中止になりました

科学学習館に集合して、バスで千秋公園へ移動します。

申し込み 4月14日(火)16:00から
自然科学学習館☎(887)5330

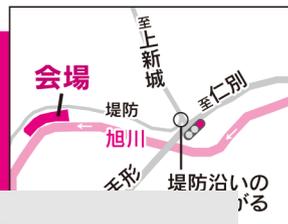
サケ稚魚を放流しよう

日時 **4月25日(土)10:30~12:00**
(雨天順延の場合 翌週29日(水)に実施)

中止になりました

者同伴でお越しください。参加無料。
バケツ、長靴をお持ちください。

問い合わせ 秋田青年会議所☎(824)7070…詳しくは、ホームページをご覧ください。<http://www.akitajc.jp>



高齢者大学で学びませんか

会員同士で親睦を深めながら、健康や生きがいづくりなどを学びませんか。



◆北部高齢者大学

対象▶金足・下新城・上新城・飯島の各地区に住む60歳以上のかた
日程▶5月20日(水)から3月までに毎月1回、原則第3水曜の13:30~15:00 会場▶下新城交流センター(旧北部公民館) 年会費▶1,500円 先着▶40人 申込▶4月7日(火)9:00から17日(金)まで下新城交流センター☎(873)4839

◆しおかぜ大学

対象▶土崎・飯島・港北・将軍野・寺内・外旭川の各地区に住む60歳以上のかた 日程▶5月21日(木)から3月11日(木)までに毎月1回、13:30~15:00 会場▶北部市民SC 年会費▶1,500円 先着▶130人 申込▶4月7日(火)9:00から17日(金)まで北部市民SC☎(893)5969

いきいきサロンへどうぞ

65歳以上のかたが対象です。時間は10:00~12:00。参加無料。動きやすい服装で直接会場へどうぞ。

◆3B体操 4月8日(水)、大森山老人と子どもの家で。☎(828)1651

◆ADL体操 4月15日(水)、雄和ふれあいプラザで。☎(886)5071

「はつらつくらぶ」で介護予防



水中運動やストレッチ、筋力トレーニングなど、介護予防に役立つ運動を行います。運動後は各施設で入浴もできます。送迎バスもあります(下表参照)。

対象▶65歳以上で、介護者なしで参加できるかた。着替えなどが自立していて、原則6回すべての実施日に参加できることが条件です 時間▶10:00~15:00 参加費▶1回420円。昼食は各自で 定員▶各26人。初めてのかた、高齢者を優先した上で選考となります

申込▶4月10日(金)まで長寿福祉課☎(888)5668

会場 クアードーム ザブーン	第1コース	5月11日(月)・18日(月)、6月1日(月)・8日(月)・15日(月)・29日(月)
	第2コース	5月13日(水)・20日(水)、6月3日(水)・10日(水)・17日(水)、7月1日(水)
バス(第1・第2コースとも)=秋田駅東口▶会場		
会場 ユフォーレ	第3コース	5月11日(月)・25日(月)、6月15日(月)・29日(月)、7月13日(月)・20日(月)
	第4コース	5月13日(水)、6月3日(水)・10日(水)・24日(水)、7月15日(水)・22日(水)
バス=大張野地区▶諸井地区▶和田地区▶会場		
会場 中央シルバーエリア	第5コース	5月8日(金)・21日(木)、6月4日(木)・18日(木)、7月2日(木)・16日(木)
	第6コース	5月14日(木)・28日(木)、6月11日(木)・25日(木)、7月9日(木)・22日(木)
バス=秋田駅東口▶東通▶城東十字路▶横山金足線通り▶会場 バス=秋田駅東口▶南通▶有楽町▶イオン秋田中央店▶秋田南高校▶仁井田新田交差点▶御野場団地▶会場		

新型コロナウイルス感染予防などのため、中止または変更になる場合がありますので、実施の有無については、事前に主催者にご確認ください

■文中「SC」はサービスセンターの略。

案内

わかさ相談電話

少年の悩みや心配事について。アルヴェ5階の市少年指導センターでは来所相談にも応じます。

日時▶平日9:00～12:00(月曜は10:00～)、13:00～16:00
相談電話▶(884)3868

思いを語り合いませんか

■介護者のつらい 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など。以前介護していたかたもどうぞ。日時▶4月7日(火)13:30～15:00 会場▶市保健センター(八橋) 問▶同つらい代表の小野さん☎090-9037-4482

■自死・災害死などの突然死による遺族の集い「コスモスの会」

日時▶4月18日(土)13:00～16:00

中止になりました

お茶代▶300円 問▶秋田グリーンケア研究会☎080-5000-8706

悩まずにご相談ください

■精神障がい者家族相談 対象▶精神に障がいのあるかたの家族
日時▶4月17日(金)10:00～15:00
会場▶市老人福祉センター(八橋)
問▶NPO法人秋田けやき会 ☎(863)4481

◆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、1年間で最大5,000円の交付金が受けられます。ご希望のかたは、下記講習会(いずれか1日)を受講してください。直接会場へお越しください。

問い合わせ▶秋田市社会福祉協議会☎(862)7445

対象▶65歳以上で要介護認定を受けていないかた

日時▶4月10日(金)、5月12日(火)、14:00～15:30

会場▶市老人福祉センター3階会議室(八橋)

持ち物▶介護保険被保険者証と保険料230円



■ふれあい法律相談 柴田隆志弁護士が応じます。一つの相談内容につき年度内1回まで。

日時▶4月20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▶4月6日(月)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

■短歌大会作品募集

秋田市歌人協会が、6月10日(水)13:45～15:30、協働大町ビルで開催する短歌大会の作品を募集します。出詠料▶1,000円(郵便振替で)。詳しくはお問い合わせを申込▶応募用紙または200字詰め

原稿用紙に作品(1人1首。未発表に限る)、住所、氏名、電話番号、6月10日の大会の出欠を書いて、4月30日(木)(消印有効)まで、〒010-0921 大町四丁目3-44-204 秋田市歌人協会事務局の田中 安さん☎(864)7679

■地図作成のための土地調査・測量を実施します

秋田地方法務局では、今年度、土崎港中央一丁目・二丁目・四丁目、登記所備付地図作成作業を行います。その際、境界確認や測量を行わせていただきますので、土地所有者のかたはご協力をお願いします。

問▶秋田地方法務局地図作成現地事務所☎(880)6551

LOOK!

市政番組今月のオススメ

15分番組「わがまち大好き秋田市長です」
4/19(日)放送▶中心市街地に注目!

「にぎわい創出 まちなか新施設」

秋田駅周辺を中心に活発化している「中心市街地のまちづくり」。まちににぎわいと交流を生み出す、いま注目の「まちなか新施設」をご紹介します! ぜひご覧ください。 秋田ノーザンゲートスクエア



テレビ	5分番組	ABS「こんにちは秋田市から」	土 11:40～ 日 11:55～
		AAB「いきいき秋田市から」	木 15:35～ 金 15:35～
		AKT「こんばんは秋田市から」	水 22:54～
*5分番組は秋田ケーブルテレビでも放送しています。			
ラジオ	15分番組	ABS「わがまち大好き秋田市長です」(手話通訳放送)	4/19 日 11:40～11:55
		エフエム秋田「秋田市マンデー555」	月 17:55～
		ABS ラジオ「秋田市今週のいちネタ」	火 10:30～
	エフエム橋台「午後スタ」	水 13:20～	

*最新情報は広報広聴課ホームページで。☎(888)5471
<https://www.city.akita.lg.jp> ■広報ID番号 1001367