

◆秋田清掃登山連絡協議会の登山  
集合場所は山王けやき通り帯。  
集合時間は①が6:00、②③が  
5:00。参加費各500円。申し込み  
は、同協議会の大山さんへ。

☎080-1654-5240

①保呂羽山(横手市)▶9月12日(日)  
②焼山(仙北市)▶9月26日(日)

◆秋季グラウンド・ゴルフ交流大会

日時▶10月10日(日)8:40~  
会場▶太平山グラウンド・ゴルフ場  
参加費▶1,000円 先着▶320人  
申込▶同ゴルフ場にある申込書に  
参加費を添えて、9月30日(木)ま  
でに提出してください

問▶秋田市グラウンド・ゴルフ協会  
の高橋さん☎(845)7338

◆わかくさ相談電話

市少年指導センター(アルヴェ5  
階)では、少年の悩みや心配事  
についての相談に応じています。

日時▶平日9:00~12:00(月曜は  
10:00~)、13:00~16:00

相談電話▶(884)3868

\*来所相談にも応じています。

◆暮らしとこころの相談会

労働問題や生活問題などの相談に  
弁護士が応じます(相談は1人45  
分程度)。日時▶9月10日(金)10:00  
~16:00 会場▶秋田弁護士会館  
(山王) 定員▶18人

申込▶秋田弁護士会☎(862)3770

◆KHJ秋田ばっけの会

対象▶ひきこもりのかたとそのご  
家族 日時▶9月12日(日)・18日  
(土)、13:30~15:30(18日はひ  
きこもりのかたのみ) 会場▶中央  
市民SC洋室2・3(市役所3階)

問▶KHJ秋田ばっけの会事務局

☎090-9539-2365

◆介護者のつどい 介護している  
上での悩みや日頃の思いを話し合  
います。対象▶寝たきりや認知症  
のかたなどを介護しているかた、  
または以前介護していたかた 日  
時▶9月15日(水)、10月4日(月)、  
13:30~15:00 会場▶市老人福

祉センター(八橋)

問▶介護者のつどい代表の小野さ  
ん☎090-9037-4482

◆精神障がい者家族相談

対象▶精神に障がいのあるかたの  
ご家族 日時▶9月17日(金)10:00  
~15:00 会場▶市老人福祉セン  
ター3階(八橋) 問▶NPO法人秋  
田けやき会☎080-1805-2813

◆パート・臨時などで働く女性の  
しゃべり場

仕事や暮らしの悩みを話し合いま  
す。日時▶9月26日(日)10:00~  
12:00 会場▶アトリオン7階研  
修室 申込▶NPO法人シングル非  
正規職あきた女性の家の丸の内さ  
ん☎090-2847-8514

## 健康

青少年教室「レッツ! 体幹トレーニング」

39歳までのかたを優先します。  
体力に応じて、手軽に取り組める  
体幹トレーニングを行います。

日時▶9月22日(水)・29日(水)、  
18:45~20:15 会場▶CNAア  
リーナ★あきた 先着▶20人

申込▶9月6日(月)12:00から生涯  
学習室☎(888)5810

ルーシーダットン

タイ式ヨガで、心と体をリフレッ  
シュしよう!

対象▶高校生以上のかた

日時▶10月5日(火)・12日(火)・19  
日(火)、19:00~20:30

会場▶北部市民SC 先着▶15人

申込▶9月8日(水)9:00から北部  
市民SC☎(893)5969

いきいきサロン

65歳以上のかたが対象  
です。動きやすい服装で  
お越しください。

◆体を動かそうADL体操

①=日時▶9月8日(水)10:00~  
11:30(人数により時間を分ける場

合あり) 会場・問▶八橋老人いこ  
いの家☎(862)6025

②=日時▶9月16日(木)10:00~  
11:30 会場・問▶飯島老人いこ  
いの家☎(845)3692

◆タオルを使った健康体操

日時▶9月10日(金)10:00~11:30  
持ち物▶フェイスタオル

会場・問▶大森山老人と子どもの家  
☎(828)1651

ゆうゆうクラブ 編み物教室(帽子)

輪針や毛糸などの指定があります  
ので、詳しくはお問い合わせくだ  
さい。対象▶60歳以上のかた

日時▶9月17日(金)から10月22  
日(金)までの毎週金曜、10:00~  
12:00 会場・問▶雄和ふれあいプ  
ラザ☎(886)5071

ウォーキング教室

正しい歩き方をマスターします。

日時▶9月27日(月)9:30~11:30  
会場▶一つ森公園散策路など(同体  
育館前に9:15までに集合)

先着▶20人

申込▶9月7日(火)9:30から一つ  
森コミュニティ体育館

☎(831)8300

シルバーセーフティー研修会

特殊詐欺や終活について、関係団  
体のかたからお話をしてもらいま  
す。ぜひご参加ください。

①=日時▶9月28日(火)14:00~  
15:30 会場▶南部市民SC(御野  
場) 先着▶60人 申込▶御所野地  
域包括支援センターけやき

☎(826)0651

②=日時▶10月29日(金)14:00~  
15:30 会場▶南部市民SC別館  
(牛島) 先着▶30人 申込▶牛島地  
域包括支援センター南寿園

☎(838)0304

③=日時▶11月18日(木)14:00~  
15:30 会場▶雄和市民SC  
先着▶50人 申込▶雄和地域包括支  
援センター緑水苑☎(881)3511

20・21等に掲載した内容は、新型コロナウイルスの影響により、中止・変更になる場合がありますので、実施の有無は、事前に主催者にご確認ください。また、会場ではマスクを着用するなど、感染予防にご協力願います

■文中「SC」はサービスセンターの略。

## 案内

### 塩曳潟の水生生物調査

大森山公園塩曳潟に生息する希少魚類のゼニタナゴを含む水生生物を、網を仕掛け、捕まえて観察・調査します。

対象▶小学生以上のかた

日時▶9月26日(日)10:00~12:00

定員(抽選)▶15人

申込▶はがきかEメールに、参加者全員の氏名(ふりがな)、年齢、代表者の住所、電話番号を書いて、9月13日(月)(必着)まで、〒010-1654 浜田字潟端154 大森山動物園「調査ボランティア」係 Eメール ro-inzo@city.akita.akita.jp  
問▶大森山動物園 ☎(828)5508

### “キッズビジネスタウン” 参加者募集!

小学生が対象。秋田商業の生徒が模擬的に開設した街で、就業・買い物物を体験しよう!



日時▶10月16日(土)10:00~14:00

会場▶秋田商業 参加費▶500円

定員(抽選)▶150人 申込▶締め切りは9月17日(金)。申込方法など

詳しくは、ホームページをご覧ください。

http://akisho.ed.jp/business/  
問▶秋田商業高校 ☎(823)4308

### コミュニケーションカフェ

「怒りの感情の表現の仕方と受け止め方」をテーマに、意見を伝える手法を学びます。日時▶9月25日(土)14:00~15:00 会場▶中央市民SC洋室2・3(市役所3階) 先着▶6人 申込▶9月6日(月)9:00から生活総務課 ☎(888)5650

### 「聴く力」を身につけよう

女性活躍推進市民企画講座。仕事や生活に活かせる「聴く力」を実践しながら学びます。

対象▶働いている女性

日時▶9月29日(水)18:30~20:00

会場▶中央市民SC洋室2・3(市役所3階) 先着▶10人

申込▶9月6日(月)9:00から生活総務課 ☎(888)5650

### 女性議員とこれからの秋田を話そう

議場を見学して、女性市議会議員と、「こんな働きかたがあったら」「制服や役割など学校や生活で身近に感じるジェンダー意識」などのテーマで話し合います。対象▶

女子高校生ほか

日時▶10月16日(土)10:00~12:00

会場▶市役所 先着▶30人

申込▶9月6日(月)9:00から生活総務課 ☎(888)5650

### 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。講習会受講が必須です(受講は1日のみ)。対象▶65歳以上で要介護認定を受けていないかた 講習会の日時▶9月24日(金)、10月12日(火)、11月10日(水)、14:00~15:30 会場▶市老人福祉センター3階会議室(八橋) 保険料▶230円 持ち物▶介護保険被保険者証 問▶秋田市社会福祉協議会 ☎(862)7445

### みんなの掲示板③

#### ◆市民スポーツ祭「ソフトテニス」

日時▶10月9日(土)9:00~中学生、10日(日)12:00~小学生・一般 会場▶八橋テニスコート 参加費▶1ペア1,000円、小学生500円 申込▶9月24日(金)まで 秋田市ソフトテニス連盟の三浦さん ☎090-7337-6918

## 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」  
9/19(日)放送▶「あきた観光レディーと行く!」  
秋田市ぶらり街歩き

フレッシュな「あきた観光レディー」、3人が、市内の観光スポットをご紹介します! 4月にオープンしたまちなか観光案内所やあきた文化産業施設「松下」など、おすすめの場所を巡ります。お見逃しなく!



まちなか観光案内所

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。			
15分番組	ABS「わがまち大好き秋田市長です」(手話通訳放送)	9/19 日 11:40~11:55	
ラジオ	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~	
	エフエム檜台「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