

## 仕事もプライベートも 「幸せになる」褒め言葉

相手を想い、元気を与える褒め言葉を身につけませんか。講師は社会保険労務士法人SUCCESSION代表社員の高橋一貴さん。

対象▶働いているかた

日時▶2月26日(土)13:00~14:30

会場▶中央市民SC洋室4(市役所3階) 先着▶15人

申込▶2月7日(月)9:00から生活総務課☎(888)5650

## まちづくり市民活動講座

テーマは「まちなかサロン×つむぎすと～私なりのまちづくり～」。講師は「つむぎすと」(※)1期生でNPO法人アーツセンターあきたの田村 剛さんと齊藤夏帆さん。

※人と人、市民活動団体同士などを紡ぐ役割を担う人材のこと。

日時▶2月26日(土)13:00~15:00

会場▶文化創造館2階スタジオB 先着▶16人 申込▶市民交流サロン

☎(887)5312

## コミュニケーションカフェ

2月のテーマは「相手を理解するための聴き方」。

日時▶2月26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▶2月7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5千円の交付金が受けられます。次の講習会が必須になります。

対象▶65歳以上で要介護認定を受けていないかた 講習会▶2月8日(火)14:00~15:30、市老人福祉センター3階会議室(八橋)で

保険料▶230円 持ち物▶介護保険

会場はCNAアリーナ★あきた。参加無料。定員を超えた場合は抽選。犬・猫の同伴なし。申し込みは、電話かEメールで、講座名、氏名、電話番号を2月14日(月)までに衛生検査課へお知らせください。

☎(883)1182/Eメール ro-hlex@city.akita.lg.jp



### 犬の飼い方講座

～犬と幸せに暮らすために～

2月20日(日)10:00~12:00

中止になりました

### 猫についてのお話会

2月20日(日)13:30~15:30

中止になりました

被保険者証 問▶市社会福祉協議会☎(862)7445

## みんなの掲示板①

◆秋田働き方改革推進支援センター「生産性向上ワークショップ」

日時▶2月14日(月)13:30~16:00 会場▶にぎわい交流館4階研修室1・2 定員▶12人

申込▶秋田働き方改革推進支援センター☎0120-695-783

◆ハスの果托花飾り作り

日時▶2月15日(火)13:30~15:30 会場▶中央市民SC和室2・3(市役所3階) 材料費など▶500円 定員▶20人 申込▶2月11日(金)まで、NPO秋田千秋はすの会の鈴木さん☎090-4319-3155

◆やさしいおもてなし

英会話セミナー

秋田市協働サポート交付金事業。外国人旅行者へ英語で話しかける簡単な英会話♪

日時▶2月20日(日)14:00~15:30 会場▶北部市民SC 定員▶20人 申込▶英語ボランティアガイド「よくきたんすなの会」の石川さん☎090-2278-6864

◆市場発 魚と野菜のアレンジ料理

料理研究家が講師となり、調理の

コツなどをアドバイスします。

対象▶18歳以上のかた(お子さん連れは不可) 日時▶2月25日(金)10:00~13:00 会場▶卸売市場(外旭川) 材料費など▶1,500円 定員(抽選)▶9人

申込▶はがきに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、2月10日(木)(必着)までに、〒010-0802 外旭川字待合28 あきた市場マネジメント☎(869)5294

◆秋田北・南法人会のデジタル化セミナー

テーマは「電子契約の概要と契約書作成の注意点」。

日時▶3月2日(水)14:00~16:00 会場▶イヤタカ(中通) 参加費▶2,000円(会員は無料) 定員▶50人 申込▶秋田北法人会事務局☎(845)8078

◆秋田市ジュニア(ソフトテニス)

対象▶小学1~5年生 日時▶4月から毎週水曜、16:00~18:00 会場▶八橋テニスコート

会費(ボール代、保険料など)▶年12,000円 申込▶往復はがきに住所、氏名、学年、保護者名、電話番号を書いて2月末までに、〒010-0802 外旭川字鳥谷場118-10 泉陽一さん宛 問▶☎090-6220-2748

18・19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。

## 講座

### チョークアートで春を描こう

講師はチョークアーティストの藤井優衣子さん(秋田市出身)。講師の下書きデザイン(秋田犬と桜)をもとに、指先で画材の黒板(18cm×18cm)に描きます。

対象▶中学生～20歳のかた

日時▶2月19日(土)14:00～16:00

会場▶きららとしよかん土崎図書館 先着▶10人

申込▶2月5日(土)10:00から土崎図書館☎(845)0572

### さとぴあの農山村体験講座

雪の下キャベツの収穫&味噌つけタンポ作り！キャベツは1人3個お持ち帰りできます。



日時▶2月20日(日)10:30～12:30

会場▶上新城の「重松の家」 参加費▶1,000円(小学生以下700円)

定員(抽選)▶15人 申込▶2月8日(火)18:00まで農山村地域活性化センターさとぴあ☎(893)3412

### 親子で手芸 春をつくろう

布を使って春を感じる花を、親子で一緒に作ります♪

対象▶小学生と保護者

日時▶3月5日(土)10:00～11:30

会場▶下新城交流センター

材料費▶1組200円 先着▶6組

申込▶2月7日(月)9:00から下新城交流センター☎(873)4839

### 青少年教室

39歳までのかたを優先します。会場は中央市民SC(市役所3階)。申し込みは、2月7日(月)12:00から生涯学習室へ。☎(888)5810

#### ①手作りシュークリーム

イチゴのトッピング♪

日時▶2月19日(土)10:00～12:30

材料費▶1,000円 先着▶8人

#### ②ドローンを体験しよう

関連する法規や活用例を学び、実際に操縦体験を行います。

日時▶2月21日(月)19:00～20:30

先着▶8人

#### ③ひき肉と卵でお手軽弁当作り

豚肉そぼろ、炒り卵、ひじきの煮つけ、野菜のつけ合わせを作りながら、料理の基本を学びます。



日時▶2月26日(土)10:00～13:00

材料費▶1,000円 先着▶12人

### サンライフでものづくり

対象は19歳以上のかた。会場はサンライフ秋田。申し込みは、2月5日(土)10:00からサンライフ秋田へ。☎(863)1391

#### ★フラワーアレンジメント

ミモザの生花でお部屋の飾り「スワッグ」を作ります。

日時▶2月18日(金)18:30～20:30

参加費▶3,500円 定員▶10人

#### ★マープルアート 春のブーケ作り

ビー玉とワイヤーでかわいいブーケを作ります。日時▶3月4日(金)、13:30～15:30、18:00～20:00 参加費▶2,500円

定員▶各15人

### 市民文化講座

太極拳から生まれたゆったりした動きの体操「養生功」を体験します！ 日時▶2月19日(土)、10:00～11:30、13:30～15:00 会場▶きららとしよかん明徳館 先着▶

各20人 申込▶2月8日(火)9:00から明徳館☎(832)9220

### 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！ 39歳までのかたを優先します。日時▶3月2日(水)・16日(水)、18:45～20:15

会場▶CNAアリーナ★あきたサブアリーナ 先着▶15人

申込▶2月7日(月)12:00から生涯学習室☎(888)5810

### 「秋田美人」と佐竹義宣公

秋田藩初代藩主が、国替えの腹いせに常陸国中の美人を連れてきたことから、秋田には美人が多いという伝説や噂の真相を探り、興味深い切り口で歴史を学びます。

日時▶2月21日(月)10:00～11:30

会場▶南部市民SC別館 先着▶20人 申込▶2月7日(月)9:00から南部市民SC別館☎(853)5735

### 地蔵田遺跡学習講座

御所野台地の歴史と地蔵田遺跡について、最新の研究成果などを解説します。

日時▶2月22日(火)10:00～11:30

会場▶中央市民SC洋室2・3(市役所3階) 先着▶20人

申込▶文化振興課☎(888)5607

表紙のはなし

マスク着用、2部制などの制約の中、一人一人がルールを守り、コロナ禍での新成人のつどいは無事開催されました。旧友との再会を喜ぶ笑顔、姿勢を正して式典に臨む姿、大人への一歩を踏み出した頼もしい表情を垣間見ることができました。みなさんおめでとうございます！

