

■14・15日の催しは、新型コロナウイルスの影響により、中止または変更になる場合があります。
また会場内ではマスクを着用するなど感染予防にご協力ください。



文化創造プロジェクト 「PARK-いきるとつくるのにわ」

文化創造館では、野菜栽培や勉強会など、野菜を育て味わう活動に参加するメンバーを募集します。ぜひご応募ください！詳しくは、下記ホームページをご覧ください。

実施内容…■野菜の栽培、収穫、調理、実食 ■野菜生育の観察と記録 ■参加者同士のミーティングや専門家を招いた勉強会の実施 *一部参加料金がかかります。

スケジュール…8月11日(木)▶キックオフミーティング・夏野菜収穫、8月中旬から下旬まで▶野菜植え付け作業、9月から12月まで▶栽培、収穫、実食予定

はくく
「育む」プロジェクト
メンバー募集!!



申し込み…ホームページ・電話で受付中！
ホームページ▶<https://akitacc.jp/event-project/park/>
予約専用電話▶文化創造館☎(893)6424

問い合わせ▶文化創造館☎(893)5656

赤れんが館築110年事業

クイズにチャレンジ 親子で学ぶ 赤れんが館

実施
期間

8月10日(水)▶21日(日)
9:30~16:30

対象

小学生と保護者

会場

赤れんが館1階営業ホール、頭取室

入館料

210円(高校生以下無料)

赤れんが館営業ホール内に設置したヒントボードを参考に、正面受付で受け取ったクイズシートの問題を親子で解いていきます。記入、採点したシートを新館受付に提出するとグッズがもらえます！(グッズはなくなり次第終了)申し込みは必要ありません。直接会場へどうぞ。

赤れんが郷土館学習講座

名工に学ぶ銀線細工

日時 9月3日(土)9:30~16:30

対象 高校生以上のかた

会場 アトリエももさだ(新屋)

材料費 2,000円 定員 10人



繊細で華やかな伝統工芸・銀線細工でペンダントヘッドを作ります。講師は、現代の名工、銀線細工師の進藤春雄さん。定員を超えた場合は抽選になります。

申し込み

はがき(1人1通)に、講座名、住所、氏名、性別、年齢、電話番号を書いて8月15日(月)(必着)までに、〒010-0921 大町三丁目3-21 赤れんが郷土館

問い合わせ▶赤れんが郷土館☎(864)6851

大正寺おけさまつり



*今回は雄和南体育館での開催となります。

日時 8月21日(日)17:30~19:30 会場 雄和南体育館(雄和神ヶ村)

北前船の交流の中で伝えられ、地域に根付き継承されてきた民謡文化をぜひ、会場でご覧ください。

■おけさの郷 芸能文化の祭典(17:30~18:30) ■大正寺おけさ総踊り(18:30~19:00) ■おけさの郷を彩る花火(19:15~19:30)

問い合わせ▶祭り実行委員会の加藤さん☎090-8781-7403

フレイル予防講演会

入場無料
先着100人

【テーマ】秋田市フレイル予防事業からわかってきた
効果的な予防方法



日時 **9月13日(火)**
13:30~16:00

会場 **秋田キャッスルホテル**

フレイルとは、加齢により心身が衰えてしまうこと。このフレイル研究の第一人者である秋田大学高齢者医療先端研究センターの大田秀隆教授(上の写真)を講師に迎えた講演会を開催します。ぜひご参加ください！
申し込み▶8月8日(月)から保健予防課☎(883)1178

第2期

フレイルサポーター養成講座

地域の通いの場などでフレイルチェックを行う「フレイルサポーター」を養成します。対象は、定期的なフレイルチェックに参加可能で、準備から片付けまでの4時間程度の活動が可能なた、またフレイル予防について主体的に参加者に呼びかけられるかた。受講無料。先着30人。受講希望のかたは、上の講演会参加が必須になります。詳しくは講演会会場で。

日時 **10月3日(月)・4日(火)** 9:00~16:00

会場 **にぎわい交流館**

フレイル予防講座

フレイル予防を
学ぼう！

健康寿命を延ばすためには、フレイルにならない生活習慣や日頃の取り組みが大切です。みんなで楽しくフレイル予防について学びましょう！受講無料。受講希望の団体は、それぞれの担当課にお問い合わせください。

対象 おおむね65歳以上のかたが参加する
地域サロンなどの集まり

日時 要相談(平日のみ)

会場 各地域の公民館など



フレイルチェック

フレイルサポーター(左記、市が養成した市民サポーター)による質問票や測定機器を使つての、体と心のフレイルチェック。
問い合わせ▶保健予防課☎(883)1178

フレイル予防出張講座

歯科衛生士や管理栄養士によるオーラルフレイルについての講話、お口の体操・食事チェックなど(全3回)。
問い合わせ▶特定健診課☎(888)5636

介護予防セルフケア推進事業…先着4団体

リハビリテーション専門職などによる運動や栄養の講話など(全6回)。
問い合わせ▶長寿福祉課☎(888)5668



エイジフレンドリーシティの日記念講座

認知症サポーター養成講座+いいあんべえ体操体験

日時 **8月24日(水)** 10:30~12:40

◆認知症サポーター養成講座(10:30~12:00)

…認知症を正しく理解し、認知症のかたやその家族を応援する「認知症サポーター」になりませんか。養成講座受講後は認知症サポーターの証である「オレンジリング」を差上げます。



◆いいあんべえ体操体験(12:10~12:40)

…生涯にわたって骨や関節の健康を保ち続けることができるよう簡単にできる体操を体験します。

会場 **アルヴェ2階
多目的ホール**

受講無料
先着40人

申し込み

電話、FAX、Eメールのいずれかで、氏名、電話番号を8月19日(金)までに長寿福祉課へお知らせください(FAX、Eメールの件名は「エイジフレンドリーシティの日記念講座申込」と記載)。
☎(888)5666・FAX(888)5667
Eメール age-friendly@city.akita.lg.jp

8月24日(水)から9月19日(月)まで「エイジフレンドリーシティスタンプラリー」を開催。

秋田駅周辺・仲小路・通町商店街などの「エイジフレンドリーパートナー」事業者店舗でお買い物をしてスタンプを集めよう！異なる店舗のスタンプ2個で商品引換券が当たる抽選に応募できます。詳しくは広報あきた8月19日号でお知らせします。問い合わせ▶長寿福祉課☎(888)5666