

◆その病気、症状は石綿(アスベスト)が原因かも…

ご家族に、肺がんや中皮腫などで亡くなられたかたはいませんか。また、息切れ、胸が苦しいなどの症状がありませんか。石綿による疾病と認定された場合、各種給付を受けることができます。

問▶秋田労働局労災補償課

☎(883)4275

◆孫のコトゆるっとお話し

孫育て、ママ・パパとの関わり方、悩みや喜びなどをざっくばらんに語りましょう。有識者アドバイザーと現役ママを交えて情報交換も。日時▶2月22日(木)10:30~12:00 会場▶秋田ケーブルテレビ会議室(八橋) 先着▶10人

申込▶(株)ALL-A☎(803)6430

健康

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！日時▶2月20日(火)・27日(火)、18:45~20:15 会場▶CNAアリーナ★あきた多目的ホール 先着▶12人

申込▶2月5日(月)12:00から(5日は39歳以下のみ受け付け)生涯学習室へ。☎(888)5810

市立病院の教室

◆医療用ウィッグを必要とするかた、使用されているかたの相談会 販売は行いません。

日時▶2月6日(火)、9日(金)、3月から毎月第1火曜と第4金曜、11:30~13:30

会場▶正面玄関横の情報提供コーナー 問▶医事課☎(823)4171

◆腎不全教室

腎不全が進行したらどんな症状がでるのか、透析がちかいと言われるたらどんな治療があるのか、血液透析・腹膜透析・腎移植について泌尿器科医師が説明します。▶

日時▶2月13日(火)15:30~16:00
会場▶市立病院5階講堂
問▶経営企画室☎(823)4171

みんなの掲示板④

◆秋田大学次世代がん医療プロフェッショナル養成プラン講演会「どうする！骨転移？がん患者のウェルビーイングを目指して」

「骨転移診療の今」と題した各領域から県内外の専門家による講演や総合討論など三部制で開催。オンラインでの参加も可。

日時▶2月17日(土)15:00~18:00
会場▶秋田キャッスルホテル3階 弥生の間 定員(会場)▶50人 申込▶2月9日(金)までに右

記コードから同事務局(秋田大学医学部学務課内) 問▶☎(801)7232



秋田大学がんプロ養成プラン

◆秋田大学医学部附属病院のがんサロン がんと向き合っているかたやそのご家族、がんの体験があるかた同士のフリートーク。

日時▶2月16日(金)14:00~15:00
会場▶院内図書館「ひだまり」
問▶同病院がん相談支援センター☎(884)6277(平日9:00~16:00)

◆出張カフェ“月(ゆえ)”開催～認知症看護認定看護師さんのお話あり～ 市立病院の看護師とみんなでおしゃべりをしよう。

対象▶会場までご自身で来ることができる65歳以上のかた

日時▶2月15日(木)13:30~14:30
会場▶川元地域包括支援センター社協 参加費▶300円 先着▶20人 申込▶同センター☎(853)5968(平日9:00~17:00)

◆環境と健康の集い

市職員が「あなたのフレイル度チェックしてみませんか」をテーマに、土崎地域包括支援センター永覚町が「介護サービス 利用あれこれ」をテーマに講演します。お笑い伝道師ウクレレ漫談 人星亭 喜楽駄米のアトラクションも。

日時▶2月10日(土)13:30~ 会

場▶北部市民SC 1階地域文化ホール 問▶土崎地区市民憲章推進協議会環境保健部の佐々木さん

☎090-4313-9612

◆秋田市手をつなぐ育成会のセミナー テーマは「親なきあとの準備セミナー～相続の基本と遺言書・成年後見制度と家族信託～」。

日時▶2月24日(土)14:00~16:00
会場▶県社会福祉会館本館8階合同研修室(旭北) 定員▶50人

申込▶電話かEメールで、同会の鈴木さん☎090-2273-0560

Eメール tetsu-s@cna.ne.jp

◆新体操アカデミー 種目はクラブ・リボン。対象・日時▶2月17日(土)、4歳~小学2年生は14:00~14:45、小学3~6年生は14:50~15:50、中学・高校生は16:00~18:00 会場▶県立体育館 参加費▶1,000円 申込▶電話かEメールで秋田県体操協会の七尾さん☎090-8610-7530

Eメール sintaisou.akita.jr@gmail.com

◆「チェアバレエ・エクササイズ」体験会 イスに座ったままバレエエクササイズで優雅に筋力アップ！日時▶2月23日(金)10:00~11:00 会場▶アスク秋田シニアスポーツクラブ(山王) 参加費▶500円 定員▶10人 申込▶同スポーツクラブ☎(866)5660

◆秋田県アレルギー市民公開講座「アレルギー電話相談会」

医師や患者団体の専門家チームがアレルギー(ぜんそく、食物アレルギー、じんましん、アレルギー性鼻炎、アトピー性皮膚炎など)に関する疑問にお答えします。

日時▶2月17日(土)12:00~15:00
申込▶右記コードから事前に申し込むか当日開催時間内にホームページ内



アレルギー電話相談

に表示される電話番号で秋田大学医学部総合診療・検査診断学講座事務局 <https://akitaicpc.wixsite.com/allergy-akita> 問▶☎(884)6209

20・21頁に掲載した内容は、中止・変更になる場合があります。また、会場では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

悩まずにご相談ください

◆障がい児者総合相談会

就労や生活の相談に応じます。
対象▶身体・知的・精神・発達障がいのあるかたとそのご家族
日時▶2月11日(日)13:30~16:00
会場▶中央市民SC
問▶竹生寮の斎藤さん
 ☎(834)2577・FAX(834)2219

◆精神障がい者家族相談

日時▶2月16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
 ☎(867)1650

◆傾聴サロン

お話をする機会の少ないかたに、親身に耳を傾けます。**日時**▶2月22日(木)、10:10~と12:10~
会場▶中央市民SC洋室2・3(市役所3階) **申込**▶傾聴ボランティア秋田「ダンボの会」☎(862)0839

◆(公社)秋田被害者支援センター

犯罪や交通事故の被害者、ご遺族などへ、電話相談などで精神的支援を行うボランティア支援員を10人募集します。活動されるかたは、今年4月から行う延べ100時

間の研修を受けていただきます。
申込▶締め切りは2月29日(木)。応募資格や選考方法など、詳しくは、同センター事務局へお問い合わせください。☎(893)5935(平日10:00~16:00)

◆こころの健康づくり相談会

産業カウンセラーが応じます。自分のこと、家族のこと、職場の人間関係など。**日時**▶2月3日(土)、3月2日(土)、13:00~16:00
会場▶県社会福祉会館(旭北)
申込▶日本産業カウンセラー協会東北支部秋田県運営部☎080-1694-0764(10:00~16:00)

みんなの掲示板③

◆KHJ秋田ばっけの会の催し

問▶KHJ秋田ばっけの会事務局
 ☎090-9539-2365

①ひきこもりのかたとそのご家族が対象の集い **日時**▶2月11日(日)13:30~15:30 **会場**▶中央市民SC洋室2・3(市役所3階)

②つなぐ・つながる「居場所」inあきた フリートーク、パステル和アート、傾聴・相談コーナーなど。
日時▶2月24日(土)13:00~16:00
会場▶中央市民SC洋室4(市役所3階)

◆きらら子ども食堂

地域のかたがたとワイワイ楽しい

食事と学習支援、育児相談。
日時▶2月17日(土)、子ども食堂は11:30~14:00、学習支援・育児相談は14:00~16:00
会場▶特定施設入居者生活介護事業所きらら(泉馬場)
参加費▶300円(中学生以下無料)
先着▶50人
問▶(株)きららホールディングスの武田さん☎(895)7267

◆産業雇用安定センターの再就職支援

能力・経験を活かして働くことを希望するかたと、人材を求める企業をマッチングするキャリア人材バンクに登録して再就職を実現しよう。**対象**▶60歳以上70歳以下で在職中のかた、または離職後1年以内のかた
申込▶右記コードか電話で(公財)産業雇用安定センター秋田事務所☎(823)7024



キャリア人材バンク

◆シングルマザーの居場所づくり「シングルマザーのセルフケア」

市地域づくり交付金事業。ヨガで心地よい時間を過ごそう。体のお話も。講師は鍵谷美波さん。託児あり(要申込)。
対象▶シングルマザーのかた
日時▶2月18日(日)10:00~12:00
会場▶中央市民SC **先着**▶10組
申込▶2月3日(土)9:00からびらら秋田☎080-5625-0379

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市長です」
 2/18(日)▶「地域密着でまちづくりを実践! まちづくりラボ講座」

市内の各地域を舞台に行われている、まちづくりの実践講座「まちづくりラボ講座」。まちづくりに長けた人材の育成をめざし、まちづくりプランや地域の将来ビジョンを考える講座の紹介をします。



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 15:45~ 金 15:45~
	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市長です」(手話通訳放送)	2/18 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 10:25~
	エフエム樺台「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

▼「情報チャンネルa」は、市関連の情報を優先して掲載していますので、依頼があったものすべてを掲載できない場合があります。ご了承ください。