

9月は老人保健福祉月間です



八橋老人いきいの家で

標語と 看板デザインの 入選作品が決定！

老人保健福祉月間の標語を、今年度は牛島小学校、広面小学校、大正寺小学校から募集しました。

第一席には、佐々木紀佳さん(牛島小5年)の作品「教えてね お手玉 あやとり 竹とんぼ」が選ばれました。また、標語の看板デザインには稲沢千紘さん(美術工芸短大附属高等学院3年)の作品が選ばれました。制作された看板は9月末まで市役所庁舎正面に掲示します。また、小林知佳さん(同学院3年)がデザインしたしおりを市立図書館で児童たちに配付します。

入選者(敬称略)

- 第一席入選**
- 佐々木紀佳(牛島小5年)
 - 池田怜王(牛島小4年)
 - 岡部千歳(大正寺小6年)
 - 池田怜(大正寺小5年)
 - 長谷部哉太(広面小2年)
 - 斉藤和也(大正寺小6年)
 - 齋藤光哉(広面小3年)
 - 相模哲太(牛島小3年)
 - 佐藤結夏(広面小5年)
 - 松淵朗子(広面小4年)



- 雄和農林漁家高齢者センター「耕心苑」 ☎(887)2340
- 飯島老人いきいの家 ☎(845)3692
- 大森山老人と子どもの家 ☎(828)1651
- 八橋老人いきいの家 ☎(862)6025

老人いきいの家を ご利用ください

高齢者の生きがいづくりの場にご利用ください。利用は無料。入浴もできます。問い合わせは直接各施設へどうぞ。

なお、各施設の9月の休館日は、6日(月)・13日(月)・22日(水)・24日(金)・27日(月)です。

老人クラブに 入りませんか

おおむね60歳以上のみなさんが自主的に活動している団体です。市内には213のクラブがあり、加入者は合わせて約1万人います。仲間と一緒に健康づくりや学習をしませんか。詳しくは秋田市老人クラブ連合会へどうぞ。 ☎(866)1341

◆敬老マッサージ

マッサージ、はり、きゅうなど。無料。手ぬぐいを持って直接会場へ。詳しくは、秋田県立盲学校へ。 ☎(889)8571

対象/60歳以上のかた
日時/9月21日(火)午後1時～3時
会場/遊学舎(上北手)

後期高齢者医療の加入者 はり、きゅう、 マッサージの 受療券を交付します

後期高齢者医療制度の被保険者のかたに、はり・きゅう・マッサージの受療券(1回につき800円分の券が12枚)を交付します。今年度、まだ申請してないかたが対象です。介護・高齢福祉課 ☎(866)2095

申し込み(平日のみ)

後期高齢者医療被保険者証を持って、介護・高齢福祉課(福祉棟2階)、土崎支所、西部市民サービスセンター、アルヴェ駅東センター、雄和市民センター、岩見三内連絡所、大正寺連絡所へ

70歳以上のかた バス券が安くなる 助成制度のご利用を

70歳以上のかたは、秋田中央交通の路線バス(高速バス・定期観光バスを除く)と秋田市マイタウン・バスで利用できる1冊千円分の高齢者専用回数券(ゆうゆう乗車券)を、1冊600円で、月7冊まで買うことができます。

購入には「高齢者バス優遇資格証明書」が必要です。まだお持ちでないかたや有効期限が切れているかたは、次の窓口で手続きしてください。また、郵送でも申請できます。詳しくはお問い合わせください。介護・高齢福祉課 ☎(866)2095

申請窓口(平日のみ)

介護・高齢福祉課(福祉棟2階)、土崎支所、西部市民サービスセンター、アルヴェ駅東サービスセンター、河辺市民センター、雄和市民センター

※各地域センターと岩見三内連絡所、大正寺連絡所でも受け付けて取り次いでいます



敬老の日はザ・ブーンへ！ ☎(827)2301

● あなたのとなりに
元気な笑顔♪

健康

★9月20日(月)敬老の日は60歳以上のかたの入館料が半額の250円

当日は、養老弁当の特別販売(先着50人に粗品プレゼント)や、手踊り芸能ショー(正午～、2階大広間で。鑑賞無料)、ドクダミ湯(展望風呂)もあります

★プールイベント ペアでうきわ引っ張レースなど。お孫さんと一緒にどうぞ。9月19日(日)・20日(月)、午後2時～。無料。定員各50組。景品あり

★ホールインワンに挑戦 9月19日(日)・20日(月)、午前11時～、午後2時～、グラウンド・ゴルフ場「グリーンパル」で。無料。景品あり

健康

はつらつ情報



南部地区ニュースポーツトライアルデー

ウォーキング、ペタンクなど。

日時/9月21日(火)・24日(金)・25日(土)、午後7時～9時 会場/一つ森公園コミュニティ体育館 保険料/100円(3日分) 定員/20人

●申し込み スポーツ振興課

☎(866)2247

吹き矢体験教室

9月24日(金)正午～午後2時、八橋地区コミセン体育館で。無料。直接会場へどうぞ。詳しくは、楽しく吹き矢の谷口さんへ。☎(867)1219

グラウンド・ゴルフ交流大会

詳しくは、秋田市グラウンドゴルフ協会の八百屋さんへ。☎(845)2731
日時/10月11日(月)午前8時40分～午後2時 会場/太平山リゾート公園グラウンド・ゴルフ場 参加費/1,000円 定員/先着320人

●申し込み 申込書に参加費を添えて、9月28日(火)・29日(水)の午後1時～3時に秋田市体育協会事務局(八橋球技場内)へ。または9月29日(水)まで太平山グラウンド・ゴルフ場へ

食生活健康相談

肥満、高血圧、糖尿病のかたなどの食事について、栄養士が個別に相談に応じます。9月30日(木)午前10時～午後2時30分、市保健センター(八橋)で。無料。申し込みは、市保健所保健予防課へ。☎(883)1175

ビューティスリムクラス

食事や運動についての講話、調理実習、運動の実技指導。受講無料。
対象/20歳～64歳の女性 日時/

9月27日(月)、10月4日(月)・12日(火)・26日(火)、午前9時30分～正午(10月26日は午後2時まで) 会場/市保健センター(八橋) 定員/30人
●申し込み 9月7日(火)から市保健所保健予防課☎(883)1175

在宅介護者のつどい

寝たきりや認知症のかたなどを家庭で介護しているかたが対象です。9月13日(月)午後1時30分～3時、市保健センター(八橋)で。無料。直接会場へ。詳しくは在宅介護者のつどい代表の廣田さんへ。☎(863)0935

市立病院の呼吸教室

呼吸器疾患と栄養療法について管理栄養士が話します。無料。直接会場へ。
日時/9月9日(木)午後1時～1時30分 会場/市立病院2階講堂

●問い合わせ 市立病院リハビリテーション科☎(823)4171

がん患者の集い

いずれも参加無料。直接会場へ。

もっと知りたい緩和ケア

テーマは「社会的なつらさとは」。9月15日(水)、11月17日(水)、午後2時～3時、秋田大学医学部附属病院外来ホールで。詳しくは同病院医療サービス室☎(884)6039

あけぼのサロン

がん患者やご家族が語り合う場です。9月21日(火)午後2時～4時、中通総合病院1階がん相談支援センターで。詳しくは、あけぼの秋田の佐藤さん☎(824)2750

がんサロン「きぼうの虹」 がん患者やご家族が語り合う場です。毎月第2土曜日、午後1時～3時30分、コミュニティサロン クローバー(中通)で。詳しくは、秋田県がん患者団体連絡協議会☎090-7526-1345



いきいきサロン

65歳以上のかたが対象です。無料。直接会場へ。

ADL体操 9月8日(水)午前10時～正午、八橋老人いこいの家で。動きやすい服装でお越しください。☎(862)6025

ハーモニカを楽しもう 9月15日(水)午前10時～正午、大森山老人と子どもの家で。☎(828)1651

ペン習字教室 9月16日(木)午前10時～正午、雄和ふれあいプラザで。筆ペンかボールペンをお持ちください。☎(886)5071

フットケア資格取得体験・説明会

フットケア、リンパマッサージの資格取得のための体験・説明会。

日時/9月9日(木)・14日(火)、午後1時30分～3時 会場/西部市民サービスセンター 参加費/無料

●申し込み 事務局の中村さん

☎090-5595-0800

検査を受けよう！

市保健所(八橋)で行います。いずれも無料。予約は、市保健所健康管理課へどうぞ。☎(883)1180

エイズクリニック(相談・検査)

匿名で受けることができ、1時間程度で結果が分かります。

実施日/第2金曜日、午前8時50分～9時30分。第3木曜日、午後1時50分～2時30分。第4木曜日、午後5時50分～6時30分

肝炎ウイルス検査(B型・C型)

肝炎ウイルス検査を受けたことがないかたが対象です。結果は後日郵送。実施日/第3水曜日、午前9時～10時