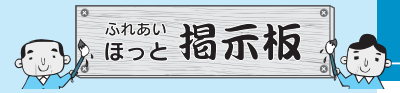


65歳以上のかたが対象。時間は10:00～12:00。参加無料。
直接会場へお越しください。①③は動きやすい服装でどうぞ。



- ①ラフターヨガ…実施日▶7月5日(火) 会場・問▶大森山老人と子どもの家☎(828)1651
- ②演歌・歌謡教室…実施日▶7月7日(木) 会場・問▶飯島老人いこいの家☎(845)3692
- ③ADL体操…実施日▶7月12日(火) 会場・問▶雄和ふれあいプラザ☎(886)5071
…実施日▶7月13日(水) 会場・問▶八橋老人いこいの家☎(862)6025

案内

- ・料金の記載がないものは無料です
- ・申込方法がないものは直接会場へ

竿燈まつりパレードで盛り上げよう!

8月6日(土)の竿燈入場前に、竿燈大通りをパレードしませんか。市民活動のPR、観光客の歓迎と被災地復興へのメッセージなどを会場でアピール! スポーツチーム、サークル、商店街など、ぜひご参加ください!
事前説明会▶7月19日(火)18:30～、中央市民SC(センター)洋室2・3
申込▶7月15日(金)までパレード実行委員会の武内さん

☎090-2363-0398

排水設備工事責任技術者試験

日時▶講習…9月27日(火)9:30～15:30、試験…10月28日(金)10:00～12:00 会場▶秋田県JAビル9階大ホール 受験手数料▶6,000円
申込▶上下水道局(川尻)1階の給排水課にある用紙を7月1日(金)から11日(月)までに同課へ。用紙は、ホームページからもダウンロードできます。
<http://www.gs-akita.com>
問▶秋田県下水道協会事務局

☎(864)1427

みんなの掲示板③

■清掃登山 ①②は朝5:00、③は朝6:00に秋田市役所臨時駐車場へ集合してください。会費各500円。申し込みは秋田清掃登山連絡協議会の大山さんへ。☎080-1654-5240
①7月10日(日)、森吉山へ
②7月24日(日)、鳥海山(御浜)へ
③9月4日(日)、横手市の保呂羽山へ

■廃校舎でそばを楽しむ会

市の6次産業化関連事業。石臼挽き体験やそば定食を堪能します。
日時▶7月16日(土)・17日(日)・18日(月)・30日(土)・31日(日)、11:00～、12:00～、13:00～(各1時間半程度)
会場▶旧上新城中学校 参加費▶大人

1,300円、中・高・大学生1,000円、小学生以下650円 先着▶各20人
申込▶上新城ノーザンビレッジ
☎(884)7441

■秋田県山岳連盟の「山の日」制定記念鳥海山(笙ガ岳)登山 県庁前に集合しバスで移動します。日時▶7月24日(日)6:00～18:00 交通費・保険料▶3,000円(中学生以下1,500円) 先着▶30人 申込▶はがきかFAX、Eメールに住所・氏名・性別・生年月日・電話番号、Eメールアドレスを書いて、〒010-1421 仁井田本町四丁目5-35 藤原健一さん FAX(839)3200 Eメール fuji-ken2@mint.odn.ne.jp ☎090-8784-2963(平日日中不可)

■精神障がい者家族相談

日時▶7月15日(金)10:00～15:00
会場▶市老人福祉センター2階和室(八橋) 問▶NPO法人秋田けやき会
☎(863)4481

■死別の苦しみ・悲しみを語る集い

日時▶7月16日(土)13:00～16:00
会場▶県社会福祉会館(旭北)
参加費▶300円 問▶秋田グリーンケア研究会☎080-5000-8706(遺族の個人ケアも行います。要予約)

■ふれあい法律相談 三浦広久 弁護士が応じます。申し込みは1つの相談内容につき年度内1回まで。

日時▶7月25日(月)10:00～12:00
会場▶市老人福祉センター 先着▶6人 申込▶7月4日(月)10:00から市社協ふれあい福祉相談センター
☎(863)6006(電話のみ)

健康

- ・料金の記載がないものは無料です
- ・申込方法がないものは直接会場へ

市立病院&タニタ食堂 健康カフェ

「口コモと骨粗しょう症」をテーマに医師と理学療法士が話します。メニュー解説あり。先着40人。
日時▶7月14日(木)16:00～18:00
会場▶あきたタニタ食堂(エリアなか

いち内) 食事代▶750円
申込▶あきたタニタ食堂

☎(827)5125

市立病院&あらや健康セミナー

「脳卒中」をテーマに、医師が話します。医療相談会も開催。
日時▶7月28日(木)16:00～17:30
会場▶西部市民SC(ウエスター)
問▶市立病院医事課☎(823)4171

健康づくり体験講座

ミニテニス教室。
日時▶7月26日(火)9:30～11:30
会場▶雄和体育館 先着▶20人
申込▶7月4日(月)9:00から雄和市民SC☎(886)5540

心の相談へどうぞ

会場はいずれも市保健所(八橋)。心の重荷をひとりで抱え込まずに相談してみませんか。申し込みは健康管理課へ。☎(883)1180

■精神科医による相談

原則通院中でないかたが対象です。
日時▶7月14日(木)・21日(木)、13:30～16:00 定員▶各日2人

■臨床心理士によるこころのケア相談

日時▶毎週水曜(祝日を除く)、13:15～17:15 定員▶各日3人

みんなの掲示板④

■市民公開講座 「それでもわたしは山に登る」と題し、登山家でがんを克服した田部井淳子さんが講演。
日時▶7月15日(金)18:00～19:00
会場▶秋田大学本道キャンパス医学系研究棟4階 定員▶200人 問▶秋田大学胸部外科学講座☎(884)6132

■ここからサロン 健康ストレッチと茶話会。対象▶60歳以上のかた(勝平地区のかたを優先) 日時▶7月22日(金)13:30～15:30 会場▶勝平地区コミセン お茶代など▶100円 定員(抽選)▶20人 申込▶7月14日(木)まで勝平地域包括支援センターシンシア☎(883)3055



■文中「SC」はサービスセンターの略です。

催し

・料金の記載がないものは無料で
・申込方法がないものは直接会場へ

不思議アートのぞき箱

立方体型の万華鏡を作ります。

対象▶小学生以上(小3以下は保護者同伴) **日時**▶7月27日(水)・28日(木)、10:00~11:30、13:00~14:30

会場▶アルヴェ2階多目的ホール

材料費▶500円 **先着**▶各30人

申込▶7月12日(火)16:00から自然科学学習館☎(887)5330

親子わくわく地引き綱(浜田浜)

対象▶西部地域の小学生と保護者

日時▶7月31日(日)6:00~7:30(荒天時は8月7日(日)に延期)

保険料など▶1人100円 **先着**▶70組

申込▶7月5日(火)9:00から西部市民SC☎(828)4217

親子水めぐりの旅

上下水道局川尻庁舎または秋田駅東口に集合して、バスで移動。浄水場(仁井田)や下水処理場(八橋)の見学など。昼食は自己負担です。

対象▶小学4・5・6年生の親子

日時▶7月30日(土)9:00~15:30

定員(抽選)▶10組

申込▶はがきに住所・親子の氏名・年齢(学年)・電話番号・希望する集合場所を書いて、〒010-0945 川尻みよし町14-8 上下水道局総務課へ。同局ホームページから電子申請もできます。申込期間は7月6日(水)9:00から20日(水)まで。☎(823)8434

自然を満喫♪

■自然と親しむ会

獅子ヶ鼻湿原(にかほ市)を散策します。北部公民館に集合し、バスで移動。

対象▶北部公民館管内のかた

日時▶7月8日(金)9:00~16:00

参加費▶100円 **先着**▶20人

申込▶7月4日(月)9:00から北部公民館☎(873)4839

■仁別の森林で遊ぼう! 森林散策や木工製作体験。東北森林管理局(中通)に集合し、バスで移動。**対象**▶小学生



と保護者 **日時**▶7月25日(月)8:30~15:55 **保険料**▶1人100円 **定員(抽選)**▶13組 **申込**▶7月14日(木)(必着)まで、はがきかFAXで東北森林管理局へ。記載内容など、詳しくはお問い合わせを。☎(836)2211

■森で遊ぼう

秋田県環境と文化のむら(五城目町)で自然観察と自由工作。西部市民SC(ウエスター)に集合し、バスで移動。

対象▶西部地域の小学生(小3以下は保護者同伴) **日時**▶7月28日(木)8:50~16:00 **保険料など**▶1人100円

先着▶45人 **申込**▶7月5日(火)9:00から西部市民SC☎(828)4217

みんなの掲示板②

■お天気フェアあきた

気象台の施設見学やお天気相談、気象に関する実験コーナーなど。

日時▶7月9日(土)10:00~15:00

会場・問▶秋田地方気象台(山王)

☎(824)0376

■金刀比羅神社宵宮祭「みちこい座」や民謡、いずみ太鼓のステージなど。**日時**▶7月9日(土)17:00~20:00 **会場**▶金刀比羅神社境内(土崎港中央六丁目) **問**▶土崎中央通り商店会の加藤さん☎(845)0422

■第59回秋田市芸術祭

日時▶7月10日(日)13:00~

催し▶四季の彩…会場は文化会館大ホール。歌謡曲、大正琴、フラダンス、タップダンス、ジャズダンス、美容着付け。入場料1,000円

秋田市民文芸大会(短歌・俳句・川柳)…会場は文化会館各会議室など **問**▶(一社)秋田市文化団体連盟

☎(866)4026

■よさとせ歌舞輝10周年記念

市文化振興助成金事業。秋田大学よさこいサークルの結成10周年を記念し、県内外10チームが集結します。

日時▶7月18日(月)13:00~17:00

会場▶エリアなかいち **問**▶代表の伊藤さん☎090-8257-1450

■土崎図書館朗読会

日時▶7月23日(土)13:30~15:00

会場▶はくとライブラリー土崎図書館研修室 **問**▶朗読ボランティアはまなす代表の安藤さん

☎(857)4037(17:00以降)

■マリンウィーク体験スクール ①

②③とも、定員を超えた場合は抽選。

日時▶7月17日(日)10:00~12:00と13:00~15:00 **会場**▶秋田マリーナ(飯島)

①ヨット乗船体験 小学生以上(小・中学生は保護者同伴)が対象。参加費300円。定員各15人(1組5人まで)

②ボートフィッシング体験 小学生以上(小・中学生は保護者同伴)が対象。参加費800円。定員各12人(1組4人まで)

③ボート免許講習体験 16歳以上が対象。定員各12人(1組3人まで)

申込▶往復はがきに、希望体験名と午前・午後の別(第2希望まで)、代表者の住所、乗船者全員の氏名・年齢・性別、連絡先を書いて、7月11日(月)(必着)まで、〒011-0911 飯島字堀川118 秋田マリーナ「マリンウィーク体験スクール」係☎(847)1851

■あきたガラスフェスタ展示即売会

「秋田のガラスプロジェクト」の招待作家・マイケル・シャイナーさんによる公開制作(美大で7月9日(土)・10日(日))での作品を展示。秋田在住作家の作品の展示即売も。**日時**▶7月25日(月)から8月7日(日)まで、10:00~18:30(水曜定休) **会場・問**▶秋田轟眞(大町)☎(853)7470

■第26回暴力団壊滅秋田県民大会

県警音楽隊の演奏や「暴力団情勢」と題した講演のほか、ブラボー中谷のトーク&マジックショーも。**日時**▶7月28日(木)13:00~16:00 **会場**▶文化会館大ホール **問**▶(公財)暴力団壊滅秋田県民会議☎(824)8989

■秋田大学子ども見学デー ドクター体験やミニ実験など。申し込みは7月15日(金)まで。参加方法など、詳しくはお問い合わせください。

対象▶小学生と保護者

日時▶8月5日(金)9:30~12:00

会場▶秋田大学手形および本道キャンパス **定員**▶236人 **問**▶秋田大学地方創生・研究推進課☎(889)2270

■市民スポーツ祭・サッカー 日程▶

9月5日(月)から10月30日(日)まで、18:00~ **会場**▶勝平市民グラウンド、スペースプロジェクト・ドリームフィールド **参加費**▶1チーム7,000円 **申込**▶7月25日(月)まで秋田市サッカー協会事務局☎(864)6117