

歳以下のかたの悩みにキャリアカウンセラーなどが応じます。

日時▶10月15日(日)・18日(水)・29日(日)、10:00～16:00 会場▶にぎわい交流館4階 申込▶NPO法人秋田県就労・生活自立サポートセンター ☎090-6681-6677

◆ふれあい法律相談 嵯峨 宏 弁護士が応じます。申し込みは1つの相談につき年度内1回まで。

日時▶10月16日(月)10:00～12:00 会場▶市老人福祉センター(八橋) 先着▶6人(初めてのかた優先) 申込▶10月10日(火)10:00から市社協ふれあい福祉相談センター ☎(863)6006

◆秋田行政監視行政相談センターの特設相談 ①合同行政相談 10月18日(水)11:00～16:00、アルヴェ1階きらめき広場で。相続税・労働・年金などの行政相談は予約不要。借金・離婚・相続登記などの弁護士・司法書士相談は要予約で、定員各12人。申し込みは11日(水)9:00から下記電話番号へ。

②特設行政相談 10月26日(木)10:00～13:00、遊学舎で。国の行政などに関する苦情・要望など。問▶同相談センター ☎(823)1100

◆精神障がい者家族相談 ご家族の不安や悩みに応じます。日時▶10月20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

◆出前こころのケア相談 臨床心理士が、心の問題を抱えているかたの話を聞き、ご本人が問題解決できるようにサポートします。日時▶10月24日(火)13:30～16:00 会場▶南部市民SC 定員▶2人 申込▶健康管理課 ☎(883)1180

### みんなの掲示板③

■10月8日(日)、秋田国際ファミリーマラソン開催に伴う交通規制にご協力を  
千秋公園をスタートし、ゴールは八橋陸上競技場。部門によって、県児童会館交差点から八



65歳以上のかたが対象です。

時間は10:00～12:00。参加無料。直接会場へどうぞ。

#### ■ADL体操

- ①10月11日(水)、八橋老人いこいの家で。 ☎(862)6025
- ②10月18日(水)、雄和ふれあいプラザで。 ☎(886)5071

#### ■ラフター(笑い)ヨガ

10月12日(木)、大森山老人と子どもの家で。 ☎(828)1651

橋イサノ方面を往復するコースもあり。規制時間▶8:15～9:50頃 おもな規制箇所▶広小路、竿燈大通り、秋田中央道路、けやき通り、県児童会館から八橋イサノ方面まで 問▶同大会事務局 ☎(874)9591

#### ■市民スポーツ祭・弓道(少年の部)

日時▶11月3日(金)9:00～ 会場▶県立武道館 申込▶10月20日(金)まで秋田市弓道連盟の小松原さん ☎(889)6789

Eメール akitashi\_kyudo@yahoo.co.jp

#### ■KHJ秋田ばっけの会の集い

対象▶ひきこもりのかたやご家族 日時▶10月14日(土)13:30～15:30 会場▶文化会館4階第4会議室 問▶同会の菅原さん ☎090-6688-5216

■遺族の集い・コスモスの会 大切な人を自死や災害死などの突然死で亡くされたかたの集い。日時▶10月21日(土)13:00～15:00、個人ケア(要予約)は15:20～16:00 会場▶県社会福祉会館(旭北) お茶代▶300円 申込▶秋田グリーンケア研究会 ☎080-5000-8706

■やさしい相続・遺言セミナー 秋田県行政書士会秋田支部の主催。講演のほか、無料相談も。日時▶10月21日(土)13:30～16:30 会場▶南部市民SC 問▶南部地域づくり協議会 ☎(838)1211

■パネル展「明德館こんわ会20年の軌跡」 ボランティアグループの活動の歩み。会期▶10月29日(日)まで 会場▶ほくとライブラリー-明德館1階ホール 問▶同会の岩見さん ☎(836)7412

■一箱古本市 日時▶10月21日(土)11:00～15:00 会場▶ほくとライブラリー-明德館 問▶明德館

こんわ会 ☎(835)2708 (出店者も11日(水)まで 募集しています。参加費500円)

■グリーンリボンキャンペーン「いのちのリレー～提供者・移植者の想い～」 移植医療に関する講演や腎臓移植を受けたかたの体験談。日時▶10月15日(日)13:30～15:30 会場▶遊学舎 問▶あきた移植医療協会 ☎(832)9555

■森づくり体験 県緑化推進委員会市民グループ森づくり活動支援事業。河辺神内での下刈り、植樹などの林業体験。秋田駅東口から送迎バスあり。日時▶10月21日(土)8:30～15:00 定員(抽選)▶25人 申込▶はがきに住所、氏名、性別、年齢、電話番号を書いて10月14日(土)まで、〒010-1424 御所野四丁目1-15 森と木の国「あきた」21森林づくり隊の進藤富夫さん。 ☎090-8257-4817

■JICAボランティア募集「体験談&説明会」 青年海外協力隊は20～39歳、シニア海外ボランティアは40～69歳が対象です。日時▶10月21日(土)13:30～15:30 会場▶アトリオン7階 問▶JICA東北 ☎022-223-4772

■がんと就労シンポジウム ハローワークの就労支援、治療と仕事の両立支援についての講演など。参加申込は10月15日(日)まで。詳しくはホームページをご覧ください。日時▶10月31日(火)13:30～16:00 会場▶秋田大学医学部附属病院内本道40周年記念会館 定員▶150人 問▶秋田大学医学部附属病院がん相談支援センター ☎(884)6229 <http://www.hos.akita-u.ac.jp/onco>

■文中「SC」はサービスセンターの略。

## 案内・健康

### 学校開放スポーツ教室

時間は19:00～21:00。会場は各小学校体育館。種目はフロアカーリング(土崎小はミニテニス)。先着各20人(小・中学生は保護者同伴)。

10月11日(水)開催▶築山小、浜田小、土崎小 10月18日(水)開催▶明德小、御所野小、勝平小、下新城小、港北小、岩見三内小 10月25日(水)開催▶広面小、旧八田小、金足西小、戸島小、雄和小 11月1日(水)開催▶雄和小 11月8日(水)開催▶上新城小  
申込▶スポーツ振興課

☎(888)5611

### 秋の山を散策しませんか

#### ◆自然と親しむ会

北部公民館からバスで森吉山へ向かい、ゴンドラで山頂へ。



対象▶北部公民館管内のかた  
日時▶10月12日(木)9:00～16:00  
参加費▶1,750円 先着▶20人  
申込▶10月10日(火)9:00から北部公民館☎(873)4839

#### ◆紅葉ウォーキング

太平洋山リゾート公園周辺を散策。  
日時▶10月22日(日)9:00～12:00  
集合▶クアドーム ザ・ブーン  
参加費▶600円 先着▶50人

申込▶10月10日(火)9:00から太平洋山観光開発(株)☎(827)2001

◆鳥海山獅子ヶ鼻湿原トレッキング  
北部市民SCに集合しバスで移動します。対象▶小・中学生と保護者  
日時▶10月22日(日)9:15～16:00  
保険料▶1人50円 先着▶10組  
申込▶10月10日(火)9:00から北部市民SC☎(893)5969

### 秋田城史跡めぐり

菅江真澄の墓や高清水霊泉など、寺内地区の名所旧跡を巡ります。  
日時▶10月28日(土)10:00～12:00  
集合▶秋田城跡歴史資料館 先着▶15人 申込▶10月10日(火)8:30から同資料館☎(845)1837

### 市民協働ミーティング

わたしのまちの「わ」～輪・和・話～

市民活動団体のブース設置による情報交換やワークショップ、まちづくりの講座など。日時▶10月21日(土)13:00～16:00 会場▶中央市民SC多目的ホール(市役所3階) 問▶中央市民SC☎(888)5642

### 千秋美術館 ギャラリートーク

11月5日(日)まで開催中の企画展「遠山記念館名品展 至高の日本美術」の作品を解説。参加には、展覧会のチケット(大人1,000円、大学生700円、高校生以下無料)が必要です。日時▶10月14日(土)・28日(土)、14:00～ 会場▶千秋美術館2階展示室 問▶☎(836)7860

### 秋田市社会福祉大会

119番通報のデモンストレーションのほか、「救急医療、在宅医療から見た地域包括システム」と題した講演。手話通訳・要約筆記あり。  
日時▶10月13日(金)13:30～16:10  
会場▶文化会館大ホール 問▶秋田市社会福祉協議会☎(862)7445

### 「あなたに贈る銀線細工」デザイン募集

秋田商工会議所創立110周年を記念し、新たな商品化をめざすことを目的に、銀線細工のデザインを募集します。入賞・入選したデザイン案などは、来年2月、にぎわい交流館で展示予定です。優秀賞(1点)には30万円、特別賞(2点)には5万円をさしあげます。申込▶詳しくは、同会議所ホームページをご覧ください。☎(866)6679 <http://www.akitacci.or.jp/local/kogei>

### 難病医療相談会

患者さんとご家族が対象です。医師による講話のほか、療養生活などの情報交換や個別相談など。  
日時・テーマ▶10月17日(火)・27日(金)、13:20～16:00。17日は「特発性血小板減少性紫斑病」、27日は「特発性大腿骨頭壊死症」  
会場▶市保健所 先着▶各20人  
申込▶健康管理課☎(883)1180

### 悩まずにご相談ください

◆若者の心といのちの相談会 39

## 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長です」  
国指定名勝 旧秋田藩主佐竹氏別邸(如斯亭)庭園を紹介▶10/15(日)放送



今号の表紙&特集でも紹介している、如斯亭庭園。その代名詞ともいえる「園内十五景」をはじめ、修復を終え、往時の姿に蘇った風情ある庭園の見どころを穂積市長がご案内します。

テレビ	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」	月 15:50～ 水 15:50～
		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長です」(手話通訳放送)	10/15 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 10:30～
		エフエム橋台「午後スタ」	水 13:20～

\*最新の情報は、広報広聴課ホームページで。☎(888)5471 [http://www.city.akita.akita.jp/stream/tvkouhou\\_default.htm](http://www.city.akita.akita.jp/stream/tvkouhou_default.htm)