

働大町ビルで開催する短歌大会の作品を募集します。申込▶200字詰め原稿用紙に作品(1人1首。未発表に限る)、住所、氏名、電話番号、6月13日の大会と総会の出欠を書いて、出詠料1,000円(小為替か現金書留)と一緒に5月7日(月)(消印有効)まで、〒010-0921 大町四丁目3-44-204 田中安さん ☎(864)7679

■若者の語り場

対象▶39歳以下のかた
日時▶5月12日(土)15:00~17:00
会場▶中央市民SC洋室2(市役所3階) 参加費▶500円
問▶NPO目的のある旅の草野さん
☎080-3088-7506

■森林学習館「木こりの宿」が臨時休館 施設点検のため、5月7日(月)から10日(木)まで休館します。
☎(827)2111

健康

サンライフ秋田の教室

19歳以上のかたで、①~③は女性のみ、④は初心者対象です。会場はサンライフ秋田。申し込みは4月21日(土)10:00から。

☎(863)1391

①火曜日のピラティス

日時▶5月8日(火)から29日(火)までの毎週火曜、13:30~14:45
受講料▶3,850円 定員▶15人

②心と身体を変えるピラティス

日時▶5月11日(金)から25日(金)までの毎週金曜、13:00~14:15
受講料▶2,890円 定員▶15人

③ピラティス夜コース 日時▶5月11日(金)から25日(金)までの毎週金曜、18:30~19:45
受講料▶2,890円 定員▶15人

④アクアリラックス

日時▶5月11日(金)から25日(金)までの毎週金曜、9:15~10:30
受講料▶2,320円 定員▶25人

呼吸教室

薬剤師が「COPD(慢性閉塞性肺疾

いきいきサロン



フラワーアレンジメントを学びます。直接会場へどうぞ。

対象▶65歳以上のかた 日時▶4月26日(木)10:00~12:00

会場▶雄和ふれあいプラザ 材料費▶1,000円 持ち物▶筆記用具、はさみ 問▶雄和ふれあいプラザ ☎(886)5071

高齢者学級「花陽クラブ」受講生募集

健康で充実した人生を送るための講話、創作活動、体験学習など。対象▶雄和地域のおおむね65歳以上のかた 日時▶5月から3月まで

に毎月1回、10:00~11:30、13:30~15:00 会場▶雄和市民SCほか 年会費▶500円(実費負担あり) 先着▶10人
申込▶4月23日(月)9:00から雄和市民SC ☎(886)5540



患)と禁煙の治療薬」について、管理栄養士が「喫煙と食事」について話します。車のかたに、駐車場無料スタンプを押します。

日時▶5月10日(木)13:00~13:40

会場▶市立病院2階講堂

問▶市立病院リハビリテーション科 ☎(823)4171(代表)

食生活相談

栄養士が相談に応じます(1人につき50分程度)。

日時▶5月11日(金)9:30~16:30

会場▶市保健センター(八橋) 先着▶5人 申込▶4月23日(月)8:30から保健予防課 ☎(883)1178

みんなの掲示板④

■看護の日~看護のころをみんなのころに~ ストレスチェックや栄養指導など。日時▶5月11日(金)10:00~12:00 会場▶秋田大学医学部附属病院外来棟1階 問▶秋田大学医学系研究科・医学部医事課 ☎(884)6039

■秋田県民と集う「看護の日」フェア 「認知症のある方と家族を支える地域の取り組み」と題した講演や健康相談、ちびっこナーズの写真撮影など。日時▶5月12日(土)10:00~14:45 会場▶アルヴェ1階のきらめき広場

問▶秋田県看護協会 ☎(831)8020

■硬式テニスクラブ(シニア) 対象▶男性60歳以上、女性50歳以上

日時▶10月29日(月)までの毎週月曜、9:00~15:00 会場▶太平山リゾート公園テニスコート 参加費▶2,000円とコート代1日200円 申込▶秋田県シニアテニス協会の時田さん ☎080-1666-1430

■地域型はつらつくらぶ 介護予防体操など。対象▶介護者なしで参加できる65歳以上のかた 日時▶6月から3月までの第3金曜、13:30~15:00 会場▶東地区コミュニティセンター 定員▶20人 申込▶5月2日(水)まで広面地域包括支援センター桜の園 ☎(853)7240

■ここからサロン ミスマイルストレッチ、と茶話会。対象▶60歳以上のかた 日時▶5月25日(金)13:30~15:30 会場▶勝平地区コミュニティセンター 参加費▶300円 申込▶5月21日(月)まで勝平地域包括支援センターシニア ☎(883)3055

■講演会「笑顔あふれる重症児在宅医療を目指して」講師は、医療法人財団はるたか会の前田浩利理事長。日時▶5月26日(土)14:00~ 会場▶カレッジプラザ(中通の明徳館ビル2階) 問▶秋田大学大学院医学系研究科小児科学講座 ☎(884)6159

情報チャンネルa

▶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

■文中「SC」はサービスセンターの略。

案内

なんかヤッペーの会

太平山リゾート公園内の「市民手作り公園」の整備活動にボランティアとして参加しませんか。花壇作り、花苗植栽、除草などの作業を10月まで月2回程度行います。会員特典あり。

問▶同事務局の佐藤さん(太平山観光開発内)☎(827)2001



水田からの濁水流出防止に協力を

代かきから田植え期に排出される濁水が、八郎湖や河川下流の水質悪化の一因になっています。水田からの排水削減に努めましょう。

▶水田を点検し、畦畔の補修などにより漏水を防ぎましょう

▶代かきは、土面が7、8割見える程度の状態で行いましょう

▶代かき後も、田植え時の落水を極力少なくしましょう

問▶県環境管理課八郎湖環境対策室☎(860)1631

石油機器技術管理士講習・認定試験

対象▶石油燃焼機器の点検整備業務に従事しているか、従事しようとするかた 日時▶6月11日(月)・12日(火)、9:00～18:00 会場▶ルポールみずほ(山王) 手数料

▶17,280円 定員▶120人 申込▶5月18日(金)まで日本石油燃焼機器保守協会☎03-3499-2928

各種相談をご利用ください

■精神障がい者家族相談
ご家族の不安や悩みなど。

日時▶4月27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

■若者の心といのちの相談会
対象▶39歳以下の悩みのあるかた
日時▶4月28日(土)10:00～16:00
会場▶にぎわい交流館(中通)
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

■障がい児者総合相談会
生活や就労など。日時▶5月13日(日)13:30～16:00 会場▶中央市民SC洋室2(市役所3階) 問▶障がい者生活支援センターはくと
☎(873)7804・FAX(853)4977

■わかくさ相談電話
少年の悩みや心配事について。
時間▶平日9:00～16:00(月曜のみ10:00から)。アルヴェ5階の少年指導センターでは来所相談にも応じます(要予約)
相談電話▶(884)3868

■秋田県司法書士会の相談会
不動産・会社・法人の登記、多重債務など。時間▶平日13:30～15:00
会場▶秋田県司法書士会館(山王)

先着▶2人(1人あたり30分)
申込期限▶前日(平日)の15:00まで。☎(824)0055

みんなの掲示板③

■三庁見学ツアー 山王にある裁判所、検察庁、法務局を見学! 日時▶5月21日(月)13:30～16:00 定員▶40人 申込▶5月8日(火)から17日(木)まで、秋田地方・家庭裁判所事務局総務課

☎(824)3121(内線590)

■地図作成のための土地調査・測量を実施します 秋田地方法務局では、今年度、土崎港中央六丁目、将軍野南一丁目・二丁目で、登記所備付地図作成作業を行います。その際、土地所有者のかたへの境界確認立ち会いのお願いや、測量のため土地に入らせていただく場合がありますので、ご協力をお願いします。

問▶秋田地方法務局地図作成現地事務所☎(880)6551

■かがやきの丘ボランティア募集 上北手にある、かがやきの丘3校(視覚支援学校、聴覚支援学校、秋田きらり支援学校)では、自分の特技(ダンス・茶道・華道・水泳・音楽・読み聞かせなど)を指導できるかたを募集しています。

対象▶高校生以上のかた
申込▶視覚支援学校☎(889)8571

■秋田市歌人協会短歌大会作品募集 同協会が、6月13日(水)に協



市民相談センターの無料相談

	相談の種類	相談日時	相談場所	申し込み
要予約 定員各6人	行政書士	5/7(月)13:00～16:00	市民相談センター	4/24(火)8:30から、市役所1階の市民相談センターの窓口か電話でご予約ください。☎(888)5646 *「要予約」の相談利用は、同年度内に1人各1回までです。
	司法書士	5/8(火)・22(火)、13:00～16:00		
	法律	5/9(水)・17(木)・24(木)、9:00～12:00	西部市民SC	
		5/10(木) 9:00～12:00	市民相談センター	
	年金・社保	5/11(金)13:00～16:00	市民相談センター	
	公証人・遺言 税務相談	5/15(火) 9:00～12:00 5/15(火)13:00～16:00	市民相談センター	
予約不要 定員各6人	行政	5/9(水)13:00～16:00	市民相談センター	当日直接、市役所1階の市民相談センターへどうぞ。 先着順(15:30で受付終了)
	人権・困りごと	5/10(木)13:00～16:00		