

クアドーム ザ・ブーン 9・10月の健康講座

申し込み ザ・ブーン ☎(827)2301
開催日 = 毎週月・火・水・金
午前10時45分～午後3時15分
料 金 = 1日1,000円(その日開かれて
いる講座を全部受講可能) フリ
ー7,000円(9・10月の講座を全部受
講可能)。別途入場料が必要

プールプログラム

月曜日

ストレッチ、アクアビクス、ク
ロール初級、バリバリウォーキ
ング、平泳ぎ(初・中級)ほか

火曜日

水中ダンベルトレーニング、チ
ャレンジ個人メドレー、アクア
ビクス、クロール(初・中級)、
かんたんウォーキングほか

水曜日

初めての水泳、バタフライ、ク
ロール呼吸、背泳ぎ、かんたん
アクアビクスほか

金曜日

初めての水泳、バリバリウォー
キング、徹底的にクロールマス
ター、きれいに泳ぐコツ、スタ
ート&ターンほか

ジムプログラム

月・金曜日 ストレッチ&シェイプアップ
スタジオプログラム
火曜日 やさしいエアロビクス

シルバー人材センター祭り

9月2日(日)午前9時～午後4時

市老人福祉センター前庭(八橋・サンライフ秋田隣り)

再生自転車16台の無料抽選会
(午前11時～、正午～、午後2時～)
再生自転車の販売
高齢者のための就業相談コーナー
ふすまや障子の張り替え、盆栽の手
入れ実演
シルバー創作展
書、日本画、洋画、手芸、工芸品
バザーコーナー
やきそば、やきとり、くじ引き、
金魚すくい、ヨーヨーつり

問い合わせ シルバー人材センター ☎(863)5900

千秋美術館

勝平得之展

8月29日(水)まで開催中

秋田生まれの版画家・勝平得之の没後30年
を記念し、約100点の作品を展示します。

問い合わせ 千秋美術館 ☎(836)7860

赤れんが郷土館

「勝平得之とそのコレクション展」

9月2日(日)まで開催中

9月3日(月)～8日(土)は展示替えのため
臨時休館します。☎(864)6851

育児

マタニティビクス教室

妊娠14週目から32週目までの妊
婦さんが対象です。妊娠期のスト
レスを解消しよう。先着20人。

とき / 9月21日(金)から10月12日
(金)までの毎週金曜日に4回、午後
1時15分～3時 ところ / サンラ
イフ秋田 受講料 / 4,830円

申し込み 8月29日(水)午前10時か
らサンライフ秋田 ☎(863)1391

初期離乳食教室

生後4～5か月の赤ちゃんのい
るかたが対象です。離乳食の進め
方や食品の調理法、試食。受講無
料。お子さんと一緒に直接会場へ。

とき / 9月19日(水)午前10時～正午
ところ / 市保健センター

用意する物 / 母子健康手帳、おし
ぼり、筆記用具

問い合わせ 保健予防課

☎(883)1174

ぱくぱく教室

2歳前後のお子さんのいるかた
が対象です。幼児食の進め方や調
理法、試食。お子さんも一緒に。
先着35人。受講無料。

とき / 9月10日(月)午前10時～正午
ところ / 市保健センター

申し込み 8月27日(月)から保健
予防課 ☎(883)1174

とんとんくらぶで遊ぼう

下北手地区にお住まいの3歳未
満のお子さんをご家族が対象です。
参加無料。直接会場へどうぞ。

とき / 9月3日(月)午前10時～11時
30分

ところ / 下北手児童センター

問い合わせ 下北手地区主任児
童委員の玉尾さん ☎(838)3657

ちびっこの集い

川尻・保戸野・旭南・茨島・旭
北地区にお住まいの未就園のお子
さんと保護者が対象です。親子で
おもちゃを作ろう。先着30組。参
加無料。

とき / 9月17日(月)午前10時～11時
30分 ところ / 旭北児童館

申し込み 川尻主任児童委員の
伊藤さん ☎(824)1349



北・ら・らキッズ

入園前のお子さんとお母さんが
対象。豊かな心の育て方や親子・
友人関係を学びましょう。先着30
組。受講無料。

とき / 9月18日(火)から12月18日
(火)までの第3火曜日に4回、午前
10時～正午 ところ / 北部公民館

申し込み 8月29日(水)午前8時
30分から北部公民館

☎(873)4839

赤ちゃんの救命講習会

乳幼児の心肺蘇生法や窒息時の
対応、医師による病気の基礎知識
など。先着50人。受講無料。

とき / 9月9日(日)午前9時30分～
午後零時30分 ところ / 一ツ森公
園コミュニティ体育館

申し込み 9月3日(月)まで城東
消防署 ☎(832)3404

親子で保育所体験を

申し込みは、8月29日(水)午前10
時から各保育所へどうぞ。

土崎保育所 ☎(845)1571

おともだちといっしょに砂遊び

9月4日(火)午前9時30分～11時

手形第二保育所 ☎(832)8833

みんなといっしょにかけっこ

9月8日(土)午前9時40分～11

時、東小体育館で

川口保育所 ☎(832)4582

運動会ごっこ

9月12日(水)午前9時30分～11時

保戸野保育所 ☎(823)6928

ミニ運動会

9月12日(水)午前10時～11時

児童館に遊びにおいて

小学校入学前のお子さんをご家
族が対象です。平日の午前9時～
正午、下記の5つの児童館を開放
しています。楽しい巡回訪問にも
遊びに来てね。時間は午前10時～。

開放する児童館と9月の巡回日程

下北手児童センター = 9月3日(月)

明德児童センター = 9月4日(火)

清水児童センター = 9月7日(金)

外旭川児童センター = 9月10日(月)

広面児童館 = 9月25日(火)

問い合わせ 子育て総合センタ
ー ☎(863)9555