



11月末まで実施しています 子宮(頸部)がん検診 を受けましょう

子宮頸部がんは特に20歳代で増えており、この20年間で、20歳～24歳で2倍、25歳～29歳では約4倍に増えています。初期段階では自覚症状がほとんどないので、進んで検診を受けましょう。申し込みは直接、市内の実施医療機関へ。医療機関の連絡先など、詳しくは広報あきた6月20日号とその別冊をご覧ください。☎(883)1176

対象 来年3月31日現在で20歳～39歳、または40歳以上で偶数歳の女性

会場 市内実施医療機関

料金 1,800円

内容 問診・細胞診

● — あなたのとなりに
元気な笑顔 ♪

健康

9月24日(水)▼30日(火) **結核予防週間** 結核は、せき、くしゃみのしぶきでうつり、初期症状はかぜにそっくり。2週間以上せきが続くなど、体に異変を感じたら早めに受診を！
健康管理課☎(883)1180

健康



はつらつ情報

市保健所で健康づくり

女性のための食生活講座 高齢期の食生活と骨粗しょう症の予防に関する講話と調理実習。**対象**／65歳以上の女性 **日時**／10月10日(金)午前10時～午後1時30分 **会場**／市保健センター **受講料**／無料 **定員**／32人 **申し込み**／9月22日(月)から保健予防課☎(883)1175

メタリックシンドローム解消教室 講話と実技。**対象**／保戸野地区のおおむね40歳～74歳のかた **日時**／10月16日(木)・29日(水)、11月17日(月)、午後1時30分～3時15分 **会場**／保戸野地区コミセン **受講料**／無料 **定員**／20人 **申し込み**／保健予防課☎(883)1176

健康判定 食習慣、生活習慣、運動習慣などについて、栄養士や保健師、健康運動指導士が個別にアドバイス。運動の実技指導も。受講無料。**対象**／20歳以上のかた **日時**／10月2日(木)・16日(木)、午後1時～5時 **会場**／市保健センター **申し込み**／市保健所保健予防課栄養指導担当☎(883)1175

豊かで潤いのある食卓を

(社)日本食品衛生協会の松木容彦さんが、「食生活と農業」をテーマに講演します。託児あります(要申込)。**日時**／10月9日(木)午後1時30分～3時30分 **会場**／アトリオン7階会議室 **入場料**／無料
●**申し込み** 9月30日(火)まで、秋

田地域振興局環境・食品衛生班
☎(855)5173

市立病院の肝臓教室

C型肝炎の治療を中心に医師たちが話します。受講無料。直接会場へ。**日時**／10月4日(土)午前10時～11時30分 **会場**／市立病院1階ホール
●**問い合わせ** 市立秋田総合病院医事課☎(823)4171

ゾンタクラブ健康セミナー

テーマは「知っておきたい介護保険とケアマネジメント」。直接会場へ。**日時**／9月28日(日)午後1時～4時 **会場**／文化会館 **入場料**／無料
●**問い合わせ** 秋田ゾンタクラブの中道さん☎(846)8181

西部体育館の運動教室

時間は午前9時30分～10時30分。受講料1回630円。先着各20人。
足を鍛える筋力運動▶10月8日(水)
らくらくストレッチ▶10月22日(水)
らくらく筋力運動▶11月12日(水)
脳活性化運動▶11月26日(水)
タオルでストレッチ▶12月10日(水)
らくらくステップ運動▶12月24日(水)
●**申し込み** 9月24日(水)午前10時から西部体育館☎(828)1180

青空スポーツ教室

会場は八橋運動公園内の健康広場。申し込みは①は9月22日(月)午前9時から、②は9月29日(月)午前9時からスポーツ振興課へ。☎(866)2247
①**フットベースボール**
日時／10月3日(金)・7日(火)・23日(木)・30日(木)、午後6時～7時

30分 保険料／1日30円

②グラウンドゴルフ

日時／10月15日(水)午前9時～正午
保険料／30円 **定員**／先着30人

市民スポーツ祭・硬式テニス

種目はミックスダブルスです。申し込みは、10月9日(木)まで、秋田市テニス協会の渡部さんへ。☎(865)1107
日時／10月19日(日)午前9時～
会場／八橋テニスコート(砂入り人工芝) **参加費**／1ペア4,000円

グラウンドゴルフ交流大会

市内にお住まいのかたが対象。申し込みは、9月29日(月)まで太平山グラウンド・ゴルフ場、または9月29日(月)・30日(火)の午後1時～3時、市体育協会(八橋球技場内)へ。
日時／10月13日(月)午前8時50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
●**問い合わせ** 秋田市グラウンドゴルフ協会の八百屋さん☎(845)2731

吹き矢体験教室

参加無料。直接会場へどうぞ。
日時／9月22日(月)午後1時～4時
会場／八橋地区コミセン
●**問い合わせ** 日本吹き矢連盟の谷口さん☎(867)1219

車いす社交ダンス体験

どなたでも参加できます。10月4日(土)午後1時～3時、県社会福祉会館で。内履きを持って、直接会場へ。詳しくは、秋田車いす社交ダンスクラブへ。☎090-7663-0890

公民館まつり



サンパル秋田のお茶会

東部公民館 9月26日(金)~28日(日) ☎(834)2206

- 3日間 作品展示9:00~ 生涯学習相談10:00~ 軽食10:00~
- 26日 講演会「歯の健康と口腔ケア」 講師：県健康推進課の田村光平さん10:00~ ふれあいバザー13:30~
- 27日 子ども縁日10:00~ 秋田東・城東中学校、広面・山谷小学校のステージ発表10:00~ ダンスパーティー(参加費300円)18:30~
- 28日 芸能発表会10:00~ 子ども縁日10:00~

西部公民館 9月26日(金)~28日(日) ☎(828)4217

- 3日間 作品展示9:00~ 生涯学習相談9:00~ 秋野菜の販売9:00~ 軽食10:00~
- 26日 菓草試飲(27日も)10:00~ チャリティーダンスパーティー(参加費300円)18:30~
- 27日 バザー10:00~ 講演会「秋田にガラス文化を根付かせたい」 講師：公立美術工芸短大教授の小牟禮尊人さん13:00~
- 28日 芸能発表会10:30~ 縁日コーナー11:00~

サンパル秋田 10月3日(金)~5日(日) 中央公民館・女性学習センター・青少年センター ☎(824)5377

- 3日間 作品展示・喫茶10:00~ お茶会10:30~
- 3日 チャリティー(バザー10:30~、13:30~) ダンスパーティー(参加費200円)18:30~
- 4日 野菜の即売(5日も)10:00~ 講演会「動物にみる親子の愛」 講師：大森山動物園の小松守園長13:30~
- 5日 講演会「人 地域 家族のきずな」 講師：生涯学習講師の澤井輝子さん10:30~ ステージ発表10:30~

南部公民館 10月3日(金)~5日(日) ☎(832)2457

- 3日間 作品展示9:00~ 生涯学習相談10:00~ 軽食10:00~
- 3日 講演会「秋田の祭り」 講師：県文化財保護審議委員の飯塚喜市さん10:00~ バザー13:30~ ダンスパーティー(参加費500円)18:00~
- 4日 秋野菜の即売(5日も)9:00~ サークル体験10:00~ お茶会(裏千家)10:00~ チビッコタイム13:00~
- 5日 お茶会(表千家)10:00~ 芸能発表会10:30~

土崎公民館 10月3日(金)~5日(日) ☎(846)1133

- 3日間 作品展示 生涯学習相談 軽食・喫茶 鏡のふしぎ 囲碁体験
- 3日 無料鍼灸マッサージ10:00~ バザー10:00~ 太極拳体験13:00~
- 4日 健康相談10:00~ 農産物即売(5日も)10:30~ 困りごと相談13:00~ 記念イベント13:30~ ダンスパーティー(参加費300円)18:30~
- 5日 お寺・神社めぐりウオーク9:00~ 銀の指輪&漆のはしづくり体験10:00~ 芸能発表・抽選会10:30~

竿燈が！



ヤートセが！

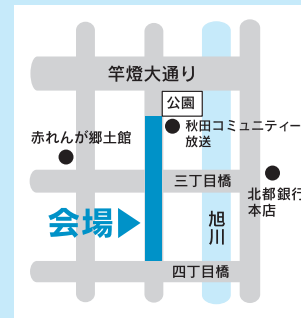
秋の夜長を熱くする！

川反秋の夜祭り

かわまちナイトフェスティバル

10月3日(金)・4日(土) 18:30~21:00

秋田市の繁華街「川反」ににぎわいを取り戻すべく、川反振興会を中心に設立された「秋田川反げんき合同会社」。彼らによる活性化の企画第一弾「川反秋の夜祭り」が開催されます。



イベント満載！

- 竿燈
- ヤートセ踊り
- 旭川カヌー体験
- 秋田の若手クリエイターたちによる夜店
- ファイヤーダンスパフォーマンス…など

問い合わせ 秋田川反げんき合同会社☎(866)0643

秋田空港 空の日祭り

9月28日(日)

午前9時30分~午後3時



管制塔見学

秋田空港の、ふだん入ることができない施設を見学！飛行機や特殊車両も間近で見られます。

- 空港内バスツアー(定員240人)
整理券が必要。午前の運行分は午前9時30分から、午後の運行分は午後零時30分から配布します。
 - 管制塔・気象施設見学会
小学生以上が対象。当日午前9時30分から管制塔入口で配布する整理券が必要です(定員120人)。
 - 防災ヘリ「なまはげ」のデモフライト(12:30~)
 - 航空自衛隊秋田救難隊基地見学・救難実演
基地までバスで移動します。
 - 県警音楽隊の演奏、白バイなどの展示
 - 子ども制服試着会(パイロットなど) ●物産展
 - 八郎潟町伝統芸能「願人踊り」 ●抽選会 など
- ※駐車場は、県立中央公園ピクニックゾーンとスポーツゾーンの駐車場をご利用ください。空港まで無料シャトルバスを運行します。空港駐車場はご遠慮ください。※天候などにより、内容を変更する場合があります。

問い合わせ 秋田空港「空の日」実行委員会☎(886)3161