

# 広報あきた

2012 平成24年  
1月20日号

NO.1761 毎月第1・第3金曜日発行



いい大豆に  
育つてくれた

“あきたファーマーズアワード”を受賞した山岡市男さん。作物を見る目は厳しくも温かい。➡5ページ

## 2 生ごみ減量実践中！

4 市役所新庁舎の設計案にご意見を

5 あきたファーマーズアワードの受賞者

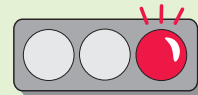
6 井戸端市民通信

8 市役所からお知らせ

12 保存版 インフルエンザの予防法

14 秋田市スポーツ賞 **健康 育児**

20 情報チャンネルa



家庭系ごみ有料化  
説明会がスタート！  
日程は3ページに。

エコアちゃんの

## ごみ減量速報

環境都市推進課 ☎(866)2943

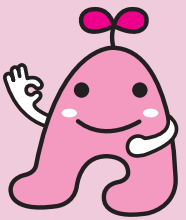


家庭系ごみの排出量 (資源化物を除く)

|                    |                      |                            |
|--------------------|----------------------|----------------------------|
| 昨年11月の<br>家庭系ごみ排出量 |                      | 5,768 トン<br>(昨年同月より614トン減) |
| 1人1日当たり            | 減量目標<br>(平成24年度まで)   | 556 グラム                    |
|                    | 4月～11月の<br>排出量累計から算出 | 624 グラム                    |
| 目標との差              |                      | 68 グラム<br>(ティッシュの空箱2個分)    |

人にも地球にもやさしいあきたをめざして

# 生ごみ減量実践中！



夫婦で協力してごみ減量に取り組んでいます

市では昨年7月、家庭でコンポスターなどを使って生ごみの減量に取り組んでくれる「生ごみ減量モニター」を30人募集しました。今回はモニターになってくれた吉田修さんと豊島様さんの「エコ生活」をちよっと拝見しました。環境都市推進課 ☎(866)2943



## コンポスター

穴を掘った地面の上に底が空いた容器を設置します。土中の微生物の働きを利用して生ごみを堆肥にします。

「ごみを減らす」という意識が大切



減量モニター  
吉田修さん  
(土崎)

市の事前説明会でコンポスターの上手な使い方や生

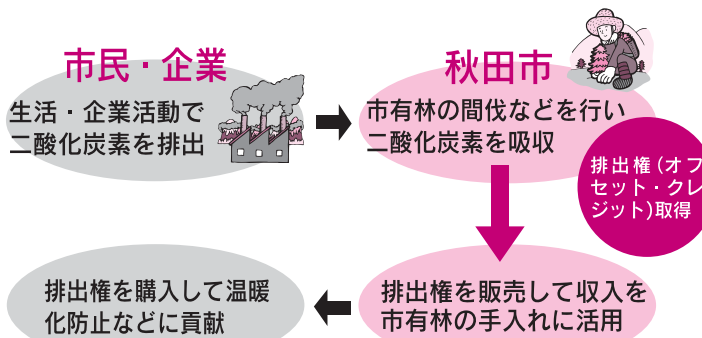
ごみの発酵を促進させるEM菌の利用方法などを教えてもらい、とても参考になりました。生ごみを入れるときに注意しているのは水分をよく切ること。また、気になる夏場の臭いはEMぼかしを混ぜるなどして解消しました。

生ごみを堆肥にすることでごみを出す回数が減ると励みになります。まずは「ごみを減らそう」という意識を持って始めてみるのが大事ですね。がんばりすぎず、無理をしないことも長く続けるコツですよ。

## カーボン・オフセットに取り組んでみませんか

カーボンは「炭素」、オフセットは「相殺」。カーボン・オフセットとは、森林の整備により吸収された二酸化炭素などの温室効果ガスの排出量を、排出権(オフセット・クレジット)として国が認証し、その排出権を企業などが購入することで地球温暖化防止や森林の整備などを進める取り組みです。

## カーボン・オフセットのしくみ



オフセット・クレジットを販売します

市では、市有林の間伐などで国から認証されたオフセット・クレジットを温室効果ガス削減に努力している企業



# 家庭系ごみ有料化 制度説明会を開催

有料になるごみの種類や出し方などを詳しく説明します。申し込みは不要です。直接会場へどうぞ。各会場とも駐車場が狭いので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

**1日3回開催します**

**①午前10時～ ②午後2時～ ③午後7時～**

| 月      | 日                       | 会場                      |
|--------|-------------------------|-------------------------|
| 1月     | 25日(水)                  | 雄和市民サービスセンター 岩見三内地区コミセン |
|        | 26日(木)                  | 大正寺連絡所 下新城地区コミセン        |
|        | 27日(金)                  | 金足地域センター 上新城地域センター      |
|        | 28日(土)                  | 北部市民サービスセンター 北部公民館      |
|        | 29日(日)                  | 河辺市民サービスセンター 飯島地区コミセン   |
|        | 30日(月)                  | 港北地区コミセン 將軍野地区コミセン      |
|        | 31日(火)                  | 外旭川地域センター 寺内地区コミセン      |
| 2月     | 2日(木)                   | 東部公民館 旭川地区コミセン          |
|        | 3日(金)                   | 旭北地区コミセン 東地区コミセン        |
|        | 4日(土)                   | 茨島地区コミセン 八橋地区コミセン       |
|        | 5日(日)                   | 泉地区コミセン 川尻地区コミセン        |
|        | 6日(月)                   | 明德地区コミセン 植山地区コミセン       |
|        | 7日(火)                   | 保戸野地区コミセン 旭南地区コミセン      |
|        | 9日(木)                   | 下北手地域センター 豊岩地区コミセン      |
|        | 10日(金)                  | 浜田地区コミセン 下浜地区コミセン       |
|        | 11日(土)                  | 西部市民サービスセンター 上北手地域センター  |
|        | 12日(日)                  | 南部公民館 大住地区コミセン          |
|        | 13日(月)                  | 御野場地域センター 秋田テルサ(御所野)    |
|        | 14日(火)                  | 太平地域センター 中央公民館(文化会館内)   |
|        | 16日(木)                  | 勝平地区コミセン 中央公民館(文化会館内)   |
|        | 17日(金)                  | 大正寺連絡所 上新城地域センター        |
| 18日(土) | 雄和市民サービスセンター 金足地域センター   |                         |
| 19日(日) | 北部市民サービスセンター 北部公民館      |                         |
| 20日(月) | 河辺市民サービスセンター 岩見三内地区コミセン |                         |
| 21日(火) | 下新城地区コミセン 飯島地区コミセン      |                         |

\* 上表以降の日程は、決まりしたい、広報あきたなどでお知らせします。

\* 町内会に出向いての説明会も開催します。詳しくは環境都市推進課へ。☎(866)2943

電気生ごみ処理機は機械が24時間生ごみをかき混ぜ



減量モニター  
豊島 穰<sup>ゆたか</sup>さん  
(御所野)

めざすは  
ごみ再利用Ⅱごみ減量

処理機内の微生物の働きを利用して生ごみを水と炭酸ガスに分解。分解後の残りは堆肥に利用できます。



バイオ式電気  
生ごみ処理機

てくれるので手間がかからず、分解されるまでの時間が短いと思います。分解後の堆肥は家庭菜園で利用し、できた野菜はおいしくいただけます。野菜くずも処理機に入れて再利用！  
また、冬場は電気代節約のため、処理機をコンクリートブロックの上に乗せたり毛布をかけたたりして処理機内の温度を下げないようにしています。  
モニターになることでごみ減量の意識が高くなり、紙ごみの分別なども積極的に行うようになりました。

勝手口に設置しました。愛犬ココアも興味津々！



市では平成24年度から、コンポスターの購入に対する補助を予定しています。詳しくは、今後の広報あきたでお知らせします。

## 環境保全型の 農業に補助します

国では、地球温暖化防止や生物多様性保全に効果の高い営農活動に取り組む農業者を支援しています。詳しくは、農業農村振興課へお問い合わせください。☎(866)2116

**補助対象者**：次の要件をすべて満たす農業者や集落営農など

● 販売目的に主作物を生産し、エコファーマー認定を受けている

● 農業環境規範に基づく点検を実施

**対象となる取り組み**：化学肥料・化学合成農薬を原則5割以上低減し、カバークロープの作付けやリピングマルチ、草木栽培、冬期湛水管理、有機農業などを行っている

**補助額**：10㎡当たり5千円～8千円

や団体などに販売します。購入方法など、詳しくは農地森林整備課へお問い合わせください。☎(866)2117

**クレジット購入のメリット**

- ・ 国に提出する温室効果ガス排出量の報告に活用できます。
- ・ 商品にカーボン・オフセットの認証ラベルを付けることで他の商品と差別化することができます。
- ・ 地球温暖化防止や森林保全につながり、企業のイメージアップに！



# 新庁舎の設計案が まとまりました

## 6つの基本コンセプト

**1** 市民に親しまれ、市民サービスの向上を実現化する、ユニバーサルデザイン(※1)を取り入れた、人にやさしい庁舎

**2** 防災拠点施設となる安全・安心な庁舎

**3** 環境共生へ取り組む地球にやさしい庁舎

**4** 秋田の地域性を生かし、周辺環境と調和した庁舎

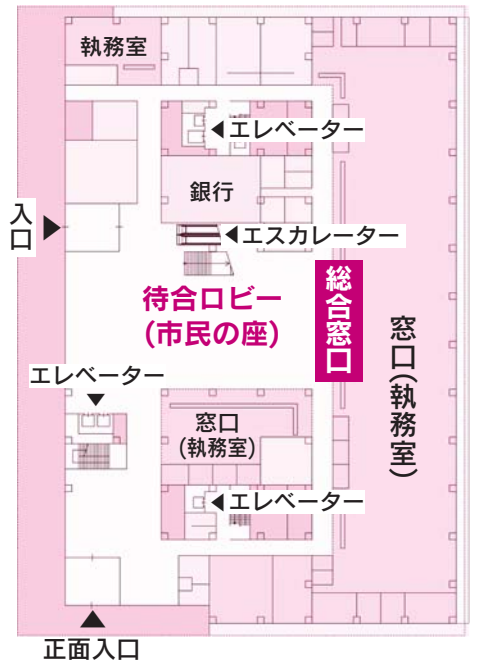
**5** ライフサイクルコスト(※2)の低減を実現化する庁舎

**6** 今ある資産を活用し、長く使い続けられる庁舎



新庁舎のイメージ図(変更の可能性がります)

1階平面図



### 誰にも分かりやすく 利用しやすい庁舎に

市役所の新しい庁舎の基本設計案がまとまりました。平成25年度に着工予定の新庁舎は、上記6つの基本コンセプトに基づいた地上6階、地下1階の建物で、建設場所は市役所の敷地の東側です。敷地の中心である現庁舎部分は広場(市民の広場)にして、イベント会場や避難場所に活用できるようにします。

庁舎の中心は待合ロビー「市民の座」。その近くに総合窓口を設置して複数の届出や手続きを1か所で行えるようにします。「市民の座」の上は吹き抜けにして、どの階からも全体を見渡せるようにします。また、耐震性に優れた構造、電力・通信ラインの複数確保など、災害への備えも十分考慮して設計を進めています。

問 新庁舎建設室 ☎(866)(8915)

### 新庁舎の基本設計案 に対する意見を募集

新庁舎建設の基本設計案の資料をご覧になり、ご意見をお寄せください。

資料閲覧場所(1月20日(金)から) 資料閲覧コーナー(市役所1階)、北部・西部・河辺・雄和市民サービスセンター、各公民館、アルヴェ駅東サービスセンター、市ホームページ  
http://www.city.akita.jp/city/gn/opj/  
募集期間  
1月20日(金)～2月10日(金)  
提出方法 郵便かファクス、Eメールで。※口頭では受け付けません。  
意見提出先  
〒010-8500  
秋田市役所新庁舎建設室  
ファクス(866)(8916)  
Eメール  
ro-gnop@city.akita.akita.jp

### 今後のスケジュール

- 24年度▼実施設計
- 25年度▼建設工事を着工
- 27年度▼新庁舎竣工
- 28年度▼外構工事

※1 誰でも使いやすいデザイン  
※2 建物の生涯費用

優秀な農家を表彰

あきた  
ファーマーズアワード

創意工夫とたゆまぬ努力で地域農業の担い手として  
確かな実績をあげている優秀な農家のみなさん(ファ-  
ーマーズ)を表彰しました。受賞おめでとうございます。

農業委員会事務局 ☎(866)2270



万全の栄養管理で優良牛を生産しています

最優秀賞

ベストファーマーズ部門  
伊藤善勇さん(雄和)

水稲と畜産の複合経営。飼料増産推進組合の代表を  
務め、低コスト化と省力化に取り組んでいます。

伊藤さん「家族経営だと農地や家畜を増やすのに限度  
があります。ホールクroppサイレイジ(稲を発酵さ  
せた飼料)を自家生産することで経費を減らしている  
推進組合員みんなの活動が評価されたと思います」



優秀賞

パフォーマンズ部門  
追分女性部しきさ  
い会(金足・下新城)

平成3年に、金足と下新城地  
区の農家の女性たちが設立。新  
鮮なおいしさと安全・安心をモ  
ットーに、旬の野菜をスーパ-  
やイベントで販売しています。  
会長の藤嶋貞子さん「会員みん  
なの積極的な取り組みに支えら  
れています。会員のつながりを  
大切にこれからも頑張ります」



調理法の研究のため冷凍  
保存したマコモダケ

優秀賞

ファームランド部門  
山岡市男さん(下浜)

水稲と大豆のほか、市の耕作放棄  
地解消モデル作物マコモダケを生産  
しています。農業機械を共同利用す  
る「耕友ファーム」の代表を務め、地  
域でコスト削減に取り組んでいます。

山岡さん「新作物への挑戦といった  
面白さや販路確保による収入の安定  
など、就職先としての農業を若い世  
代にアピールしたいです」



冬場も枝のせん定作業に励みます

優秀賞

ニューパワー部門  
宮原民春さん(太平)

平成17年、果樹園に就農。新  
品種導入やインターネット販売な  
どに積極的に取り組んでいます。  
宮原さん「青果市場はチャンスに  
あふれていると感じます。何をど  
う作って誰に売るかすべて自分し  
だいなのが農業の楽しさですね」

子ども絵画



最優秀賞「苗をくださあい」

佐賀祐奈さん

(豊岩小5年)



学校前の田  
んぼでクラス  
のみんなど田  
植えをしたときの絵で  
す。収穫したお米で作っ  
た炊き込みご飯はとって  
もおいしかったです。

優秀賞

高橋京佑(上新城小3年)

特別賞

高橋彩(東小2年)

別府春和(東小3年)

梅林果琳(広面小3年)

長坂拓磨(上新城小4年)

三浦昂(上新城小4年)

阿部桜(広面小5年)

木村真悟(豊岩小5年)

高橋そよぎ(秋田大学附  
属小5年)

|| 敬称略 ||

# 井戸端 市民通信

月刊

読者のみなさんのページです。  
21ページに掲載している広報ク  
イズの答えと一緒に、気ままなひ  
とこと、ちょっと言いたいひとこ  
とを、お待ちしております。

## 読者の伝言板



● ぼくの誕生日、3月11日に  
東日本大震災がおきました。  
忘れられない10歳の誕生日に  
なりました。平和な日本、平  
和な世界を願っています

(佐藤翔太さん 10歳・手形)

● ふるさとが大震災に遭い、  
胸がつぶれる思いでした。同  
時に今の当たり前の生活のあ  
りがたみを強く感じました。  
これから寒さが厳しくなりま  
すので被災地のみなさんの生  
活が心配です(レインボーマ  
マさん 36歳・山王)

● 冬の節電は大変ですね。冷  
え性の家族がいるので暖房関  
係はあまり節電できそうにな  
いですが、部屋の中でも厚着  
するなどしてできる限り努力  
しています

(ポツキーさん 74歳・濁川)

● 晩秋の晴れた日に買ってお  
いたチューリップの球根を植  
えました。春には5色の花が  
咲く予定ですので、それを楽  
しみに冬を乗り切りたいと思  
います。芽が出るの、待つて  
ますヨ(チューリップさん  
45歳・八橋)

● 先日、娘と妻と一緒に初雪  
を見ました。娘が大きくなっ  
たら一緒に雪だるまを作りた  
いです(ひなママ&パパ 21  
歳・新屋)

● 昨年4月にシルバー人材セ  
ンターの会員になりました。  
総会、親睦会、忘年会など  
も参加しています。作業に対  
するみなさんのパワーはすご  
いものがあります。健康に気  
を配り、仕事にプライドを持  
って今年も頑張りたいと思  
います(鈴木美知子さん 61歳  
・豊岩)

● 秋田に越えてきて1年半が  
過ぎました。実家や友だちに  
「きりたんぼ」や「いぶりが  
っこ」を送ったところ、とて  
も喜ばれました。北海道のス  
ーパーではいぶりがっこは売  
っておらず、きりたんぼは売  
っているものの調理法が浸透  
していないせいか手が伸びな  
いようです。作ってあげると  
「おいしい！」と言われるの  
ですが…。県外のスーパーや  
デパートとタイアップしても  
っとPRしたらいいのに、と  
思っています

(佐藤悦子さん 43歳・広面)

## 地域のお話 おしえて!!

### 飯島松根町内会50周年祝賀会で地域の歴史を紹介 まちの歴史を知る。愛着が生まれる

創立50周年を迎えた飯島松根町内会。昨年12月に開催された  
記念祝賀会で、その長い歴史を紹介する「松根町内の歴史紹介」が  
発表されました。これは祝賀会の運営委員長を務めた澤木隆志  
さんがパソコンを使って2か月がかりで制作したもの。町内の  
変遷や懐かしい写真などが会場のスクリーンに映し出されました。  
「自分が住むまちにこんな歴史があったんだなって分かるこ  
と、それが愛着につながるのだと思います。また、資料を調べ  
ていくうちに、町内会の諸先輩の功績、そして頑張りに改めて  
感銘を受けました」と澤木さん。飯島松根町内会の長い歴史は、  
地域を愛するみなさんの力でまだまだ長く続きそうです。



図書館の資料や、同町内  
会が平成11年に発行した  
「37年の歩みと由来」を  
参考にして制作しました。



会場の飯島地区コミュニティセンターに集まった  
みなさんはスクリーンを見て「ほお～」と関心の声。



# おしゃべりかわらばん



大森山ゆうえんちアニバのキャラクター「エクル」隊長

## パワーもらった恩返しに

震災があって心配したけど、遊園地(大森山動物園)で子どもたちが笑顔ではしゃいでいる姿を見て安心したよ。元気のパワーをいっぱいもらった恩返しに感謝の気持ちを込めて贈ります! またアニバで遊んでネ!!

## 絵本がいっぱい!

今日は紙芝居や歌を楽しみました。同じ階の子ども広場(フォンテAKITA6階)で遊んだことはありますが、フォンテ文庫は初めてです。絵本がいっぱいあるので絵本好きの息子にぴったりです。また来たいですね!



フォンテ文庫の催しに参加した猪原裕子さん(川尻)、康介ちゃん(1歳)

## 願い続ければ夢は叶う

アメリカ・カナダ間のロッキー山脈約5千キロを、日本人単独では初めて踏破しました。今後も冒険に挑戦し続けて、夢を追う素晴らしさ、そして、信じていれば夢は実現できるということを伝えていきたいです。



秋田大学を卒業後、世界各国の冒険に挑戦している阿部雅龍さん(東京都在住)

## 昔の遊びで元気に

子どもたちがたこ揚げや竹馬などで元気に遊ぶ姿を見るのが楽しみで、公民館の運営協力委員として世代間交流会のお手伝いをしています。お正月の恒例行事なのでこれからも続けていきたいですね。



東部公民館の世代間交流会に運営委員として参加した秋山勇吉さん(新藤田)

## そり遊び楽しいな!

わくわくランド(仁別のオーパス内)は初めてです。子どもたちが安全に遊べるのがいいですね。また来ます(美林(しげる)さん)。そり遊び楽しかったな(美心(みみ)ちゃん)。そりがおもしろかったよ(美琥(みく)ちゃん)。



わくわくランドに来ていた高橋美林さん(広面)、美心ちゃん(左)、美琥ちゃん



12月26日、大森山ゆうえんちアニバから、東日本大震災の義援金として100万円を寄附していただきました。



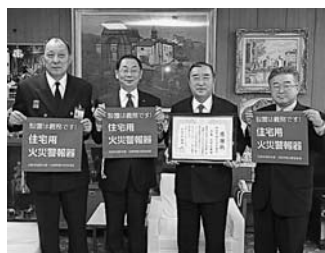
- 昨年は家庭菜園で、ミニトマト、キュウリ、ジャガイモ、ゴーヤを作りました。どれも豊作で大満足でした。今年も頑張って作ろうと思っっています(加藤礼子さん 62歳・外旭川)
- 版画講座に初参加! 版画の楽しさと難しさを体験しました。作品を鑑賞する目が変わります(高橋悦子さん 52歳・仁井田)
- ごみ袋はすくすと45リットルを使っていますが、いずれば20リットルのごみ袋になるようにごみ減量を頑張りたいです!(佐々木ゆみこさん 40歳・御野場)

## 係からひとこと

今年度から「広聴担当」として施設見学会も担当しています。市内のいろいろな場所を参加者のみなさんと一緒に見学し、私自身「発見中」の日々です。一番人気は「河辺」。河辺地域の施設見学会は夏から始まり最終回はみぞれ交じりの一日でした。涼しげな堰が走る鶴巻地区、紅葉の岨谷峡など、季節の移り変わりを一番楽しんだのは私かもしれません! ページに今年度最後の個人向け施設見学会のお知らせがあります。お見逃しなく!



新しい年を迎えまして、穏やかで良い1年でありますように。(寿子)



## 必ず設置しよう! 住宅用火災警報器

秋田市防火安全協会から住宅用火災警報器の普及促進に役立ててほしいと、同警報器の設置を啓発する小旗500枚を寄贈していただきました。小旗は消火栓などに設置します。ありがとうございました。



## 公共施設の修繕ありがとうございます!

御所野総合公園にある休憩所の補修や塗装をしてくれた秋田建築労働組合青年部のみなさんに感謝状をお贈りしました。同青年部は公共施設などを修繕するボランティア活動を毎年続けています。

**人口** 23.12.1 現在  
( )内は前月比

- 人口/323,325人(-30)
- 男/152,192人(-25)
- 女/171,133人(-5)

11月分・出生 171人  
・死亡 287人  
・転入 520人  
・転出 434人

- 世帯/135,648世帯(+64)



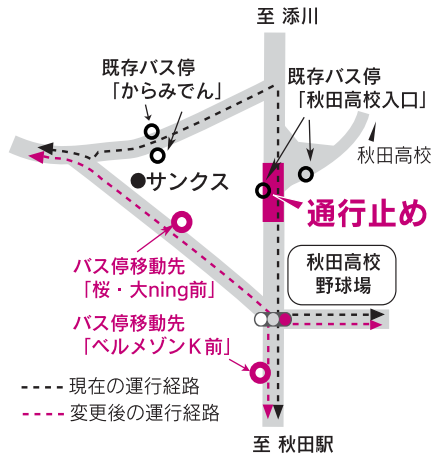
# INFORMATION

●市役所からののお知らせ

**1** 1月下旬～4月下旬の終日  
秋田高校前が車両  
通行止めになります

水道工事のため、秋田高校前の道路が1月下旬から4月下旬まで終日車両通行止めになります。また、バス停「からみでん」と「秋田高校入口」は左図のとおり移動します。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

●問い合わせ 上下水道局水道建設課  
☎(823)8435



**2** 就学援助制度を  
ご利用ください

市内の小・中学校に通うお子さんがいて経済的に困りのかたを対象に、申請により、学習に必要な費用や給食費などの一部を援助します。

●申し込み・問い合わせ 学校で配ら

れる申請書に必要事項を書いて、各学校または山王21ビル3階にある市教育委員会学事課へ。☎(866)2243

**3** 看護師と助産師を  
募集します

市立秋田総合病院では今年4月から勤務する看護師と助産師を計4人募集します。国家資格があるかた(取得見込み含む)が対象です。

試験 2月11日(土)、市立秋田総合病院で。科目は「適正」「論文」「面接」

●申し込み 市立病院総務課、市役所

1階総合案内、北部・西部市民サービスセンター、アルヴェ駅東サービセンター、東京事務所千代田区平河町二丁目4-1にある試験案内書に従って、1月31日(火)必着まで、市立病院総務課へ。☎(823)4171(内2123)

**4** 求職者の就職支援  
講座を開催します

求職中のかたが対象です。就職に必要な対人能力や自己PRの方法などを学びます。無料。定員各日10人。

日程(時間は午前10時～午後4時)

アルヴェ▼1月23日(月)・29日(日)、2月

3日(金)・9日(木)・13日(月)

秋田テルサ(御所野)▼1月24日(火)・31

日(火)、2月5日(日)・7日(火)・12日(日)

**5** インターネットで  
市有地を公売します

インターネット公有財産システムにより、市有地(河辺3区画、雄和3区画)を売払います。物件はヤフー・ジヤパンまたは市のホームページでご覧いただけます。参加申込や入札の手続きはホームページで行ってください。

◆ヤフー・ジヤパン官公庁オークション  
<http://koubai.auctions.yahoo.co.jp/>

◆市ホームページ  
[http://www.city.akita.akita.jp/city/in/pr/internet/internet\\_top.htm](http://www.city.akita.akita.jp/city/in/pr/internet/internet_top.htm)

参加申込 2月2日(木)まで  
入札期間 2月16日(木)～2月23日(木)

●問い合わせ 管財課

☎(866)2053

**6** 中国残留邦人などの  
かたへ高齢基礎年金

永住帰国した60歳以上の中国残留邦人・樺太残留邦人で、一定の要件を満たすかたに高齢基礎年金を満額支給します。まだ申請が済んでいないかたは、厚生労働省中国孤児等対策室へお問い合わせ

Look!

心肺蘇生法が変わりました…心肺蘇生法のガイドラインが変更され、手順の項目や順番が変わりました。市消防本部では、4月から新しい心肺蘇生法の講習を始めます。消防本部救急課☎(823)4019



おめでとうございます

## 厚生労働大臣表彰

更生援護功労者は、長年にわたり身体障がい者などの更生援護に尽力し、その功績が特に顕著なかに贈られます。

更生援護功労者 児玉タエさん、小森一昭さん



児玉タエさん



小森一昭さん

## 港北地区コミュニティセンターに宝くじからプレセント！

(財)自治総合センターから、宝くじの収入をコミュニティ活動の発展に役立ててほしいと助成があり、港北地区コミュニティセンターで卓球台と印刷機を購入しました。これから地域コミュニティ活動の充実や住民の福祉向上に役立てていきます。



卓球サークル「SSY」のみなさん

## 公立美術工芸短大の入学試験は2月16日(木)です

秋田公立美術工芸短期大学の一般入学試験・大学入試センター試験利用入学試験・社会人特別選抜(後期)を次の日程で行います。

出願期間 1月30日(月)~2月8日(水)

試験日 2月16日(木)

試験会場 秋田公立美術工芸短大(新屋大川町12-3)

### 募集人員

|          | 一般入試 | 大学入試センター試験利用入試 | 社会人特別選抜(後期) |
|----------|------|----------------|-------------|
| 工芸美術学科   | 16人  | 4人             | 若干名         |
| 産業デザイン学科 | 24人  | 6人             | 若干名         |
| 合計       | 40人  | 10人            | 若干名         |

募集要項の請求 秋田公立美術工芸短期大学  
問い合わせ 事務局管理課☎(888)8105

## 図画、書道などの児童生徒作品を表彰



平成23年度児童生徒作品コンクールの表彰式が11月19日、文化会館で行われました。最優秀賞25人を含む165人の小・中学生が表彰されました。

秋田市民憲章推進協議会☎(866)2253

### 最優秀賞を受賞したみなさん(敬称略)

図画の部▶佐藤成美(土崎中)

書写・書道の部▶佐々木亜胡・佐藤真唯子・進藤颯斗(仁井田小)、相場日奈(大住小)、加藤晟・富樫千尋(金足西小)、加藤倫花・水谷優希(川尻小)、渋谷朱音・奈良汐里(港北小)、小柳智晴(旭北小)、安部杏菜(広面小)、松田妃蘭(築山小)、斉藤柊華(川添小)、能味佑輔(旭南小)、古田彩花(城南中)、吉田大(泉中)

俳句の部▶竹越咲良・小西愛美(勝平小)、豊島弥咲(旭川小)、鈴木明日也(秋田南中)

短歌の部▶武田浩太(河辺中)

川柳の部▶梅林果琳(広面小)、安部奈々穂(築山小)



## 1月26日(木)は文化財防火デー みんなで文化財を守りましょう

天徳寺(国重要文化財) 「文化財防火デー」は、昭和24年1月26日に法隆寺金堂で火災が発生し、壁画が焼失したことを契機に昭和30年に制定されました。市内には貴重な文化財がたくさんあります。文化財を火災・震災などの災害から守り、後世に受け継いでいきましょう。

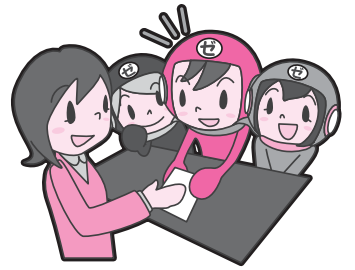
文化振興室☎(866)2246

## 7 如斯亭庭園の古い写真を探しています

旭川南町の如斯亭庭園(国名勝・旧秋田藩主佐竹氏別邸)の修復整備の参考とするため、古い写真を探しています。主屋、清音亭(茶室)、庭園(池・滝・庭石)、南門、東門、御萱門などが写っている写真をお持ちのかたは文化振興室へご連絡をお願いします。

☎(866)2246

合せを。☎03-5253-1111(内線3468)※中国語で対応可。



# 税の申告

## 平成23年分の確定申告を受け付け

秋田南税務署 ☎(832)4121・秋田北税務署 ☎(845)1161

### 受付期間

所得税 ▼ 2月16日(木)～3月15日(木)  
贈与税 ▼ 2月1日(水)～3月15日(木)  
消費税(個人事業者) ▼ 4月2日(月)まで

※所得税の還付申告書は受付期間前でも提出可。

### インターネットで確定申告できます



国税庁ホームページでは、「確定申告書等作成コーナー」から電子申告(e-tax)できるほか、税務署への提出書類が印刷できます。

e-taxは、事前に登録すればインターネットで国税の申告や納税などの手続きができる便利なシステム。要件を満たすと最大4千円の税額控除を受けられたり、添付書類の提出を省略できたりします。詳しくはホームページをご覧ください。 <http://www.nta.go.jp/>

### 申告センターをご利用ください

税務署内には申告書の作成会場を設置していませんので、左記の申告センターをご利用ください。

**日時** 2月1日(水)～3月15日(木)の平日、2月19日(日)・26日(日)  
午前9時～午後4時

**会場** 秋田県労働会館「フォーラムアキタ」内(中通六丁目7-36)  
\*会場には駐車場がありませんので公共交通機関をご利用ください。

★今年の申告書作成会場は南北合同の1か所です。昨年まで開設していたセリオンの会場は設置しませんのでご注意ください。

## 市・県民税の申告受け付けは2月7日(火)から

平成24年度の市・県民税の申告の受け付けを2月7日(火)から始めます。2月10日(金)以降の各地区の日程は、広報あきた2月3日号でお知らせします。

昨年まで日曜日も申告会場を開設していましたが、今年は設けませんのでご注意ください。

**対象** 土崎地区のかた  
(土崎港北・東を除く)

**日程** 2月7日(火)～9日(木)

**時間** 午前9時30分～午後4時

**会場** 北部市民サービスセンター

※所得税の確定申告や源泉所得税の還付申告をするかたは、上記の税務署申告センター(秋田県労働会館フォーラムアキタ内)をご利用ください。

**問** 市民税課 ☎(866)2055



市・県民税第4期と国民健康保険税第7期の納期限は1月31日(火)

納税課 ☎(866)2059  
国保年金課 ☎(866)2189

## 要介護・要支援のかた 税の障害者控除を受けられます

次の条件に該当するかたは、申請すると「障害者控除対象者認定書」が交付され、市・県民税や所得税の申告のときに障害者控除を受けることができます。

**対象：次の①～④をすべて満たすかた**

- ① 要介護または要支援の認定を受けている
- ② 65歳以上(昭和22年1月1日以前生まれ)
- ③ 障害者手帳を持っていない、または、障害者手帳を持っていて税法上の特別障害者に準ずる
- ④ 認知症や障がい程度の市の判定基準を満たしている

### 申請方法

対象者の印鑑(対象者以外が申請する場合はそのかたの印鑑も)を持って、介護・高齢福祉課、河辺市民サービスセンター、雄和市民サービスセンターへ。申請書は市ホームページからも入手できます。審査結果は後日郵送します。

**問い合わせ** 介護・高齢福祉課 ☎(866)2407



知って  
役立つ

## メタボ事情

特定健診課 ☎(866)8903

その③

### メタボ川柳の紹介と 特定健診のススメ



## メタボ川柳の 入賞作品決定

小学生から98歳まで283人のかたから千220点の作品を応募していただきました。どの作品からも「メタボ(メタボリックシンドローム)」がみなさんの身近な話題となつていふことが感じられました。

優秀賞はメタボ予防の啓発、ほのぼの賞はユニークさに主眼を置いて選考した結果、下記の作品が入賞しました。入賞作はメタボ予防の啓発に使わせていただきます。ご応募ありがとうございました。

## 特定健診で健康チェック

国民健康保険に加入している40歳以上のかたを対象に、3月末まで特定健診を実施しています。受診のチャンスをお逃さず健診を受けて健康管理に役立ちましょう。



## 優秀賞

食費増 体重増で エコじゃない

がんばろうさん(42歳)

消しゴムで 脂肪が消えたら いいのにな

小林花音さん(桜小5年)

メタボとは 病を呼び出す インターホン

高田海斗さん(桜小6年)

## ほのぼの賞

愛犬に 手綱引かれて メタボの散歩

長谷川孝雄さん(75歳)

バイキング メタボと分かれ ハイキング

伊藤颯馬さん(桜小5年)

お父さんはらに乗ったら トランポリン

北嶋大輝さん(桜小5年)

食べすぎた 気付けば腹は 3D

スリッパ  
佐藤 颯さん(桜小6年)

もう無理と さげぶズボンに すいません

鈴木智景さん(桜小6年)

# 納税標語が決定しました

市と納税貯蓄組合連合会が共催で募集した納税標語。応募総数244点の中から左記のみなさんが入選しました。

## あなたの税

### 笑顔輝く コインバス

第一席 柏木武男さん(泉)

第二席 ▼ 高橋隆さん(手形) 布袋屋初音さん(桜台) 第三席 ▼ 武藤竹千代さん(將軍野) 白木嬉子さん(御所野) 佐藤修治さん(広面) 佳作 ▼ 赤川智仁子さん(中通) 越後一信さん(南通) 佐藤セイ子さん(榎山) 鈴木綾子さん(桜) 柏木ヒサさん(泉) 白井智子さん(広面) 小林誠さん(泉) 黒澤みのりさん(横森) 小林涼花さん(横森) 富樫洸太さん(大平台)



12月5日の表彰式に出席した第三席以上の受賞者と青木信義会長(前列左から2番目)

## 除排雪業者の訂正と追加

広報あきた12月16日号11ページで紹介した「除排雪業者」に誤りと追加がありました。訂正しておわびします。

防災安全対策課 ☎(866)2021

### 訂正

生活支援管理部ヒポスの電話番号は、正しくは☎080-6014-5482です。

### 追加

**山建開発(株)** 対応地区/市内全域  
対応作業/屋根の雪下ろし・排雪作業可 費用/除雪作業1人・1日15,000円~20,000円(トラック使用料含む)

☎(835)7797 ファクス(835)7177

**ササキリフォーム** 対応地区/旧秋田市内  
対応作業/屋根の雪下ろし・排雪作業可 費用/除雪作業1人・1日12,000円。軽トラック(運転手付き)1台・1日15,000円 ☎090-7525-6839  
ファクス(828)0456

インフルエンザを防ぐ

# 7つの特効薬

インフルエンザが

流行しています！

7つの予防法を実践して

感染を防ぎましょう。



①流水で両手を十分に濡らす



②石けんを泡立て、手の上5センチまで15秒〜30秒間もみ洗い



④指先や爪は入念に。指の間、親指、手首も忘れずに



⑤指先を上に向け、洗い流します



③手の平と甲をこすり洗い



⑥よく乾いた清潔なタオルで拭きます



屋外から屋内に入った場合、手洗いとともにうがいをする習慣をつけましょう。

うがいは口やのどを洗浄するだけでなく、のどの粘膜を潤して、

ウイルスへの

防御機能を高めます。



## 知っておこう インフルエンザ



インフルエンザには、数十年間隔で発生する「新型インフルエンザ」と、毎年流行を繰り返す「季節性インフルエンザ」の2種類があります。個人でできる感染防止策は「新型」であっても「季節性」であっても変わりません。

**新型インフルエンザ**▼これまで「ヒト(人)」の世界で流行を起こしたことがないウイルスが、「トリ」の世界や「ブタ」の世界からヒトの世界に入ってきて、ヒトからヒトへ感染できるようになったものです。多くのか

3



マスクを着用する…咳やくしゃみの症状があるときはマスクを着用してウイルスの飛散を防ぎましょう。また、周囲に咳をしている人がいたらマスクの着用を勧めましょう。



### 咳やくしゃみをするとき

- ティッシュなどで口と鼻を押さえ、ほかの人から顔を背けて2m以上離れる
- ティッシュがない場合は手ではなく、周囲に触れにくいひじのあたりで口と鼻をふさぐ
- 鼻水や痰を含んだティッシュはすぐにふた付きのごみ箱に捨てるか、ビニール袋に入れて密封する

4



一番の予防策はウイルスに近づかないこと。人混みや繁華街への不要不急な外出は控えましょう。やむを得ず外出をする場合は不織布製マスクを着用し、短時間で！

5



インフルエンザワクチンの予防接種には発症をある程度抑える効果や重症化を予防する効果があります。インフルエンザの流行のピークは例年1月～2月頃です。ワクチンの効果が現れるまでに2週間程度かかるので早めに接種しましょう。



6



ウイルスは低温、低湿を好み、乾燥した空気中では長時間漂っています。また、空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。加湿器などを使って、適切な湿度(50%～60%)を保つことも効果的です。

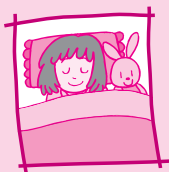


加湿器も有効

7



体の抵抗力を高めるために、日頃から十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を心がけましょう。



たが免疫を持っていないため感染が拡大しやすく、私たちの健康や社会生活に大きな影響を与える可能性があります。

季節性インフルエンザ▼「新型」のウイルスが多くの人に免疫ができた結果、普通のインフルエンザになったものです。

インフルエンザウイルスのおもな感染経路は「飛沫(ひま)感染」と「接触感染」です。

飛沫感染：感染した人の咳、くしゃみ、つばなどの飛沫とともに放出されたウイルスが健康な人の鼻やのどの粘膜に付着したり吸い込まれたりして感染します。一般的に咳やくしゃみによる感染の危険がある距離は約2mです。また、換気の悪い部屋などでは比較的長くウイルスが空气中に浮遊することもあり、そのウイルスを吸入することによって感染することもあります。

接触感染：感染した人がくしゃみや咳を手で押さえた後や、鼻水を手でぬぐった後に机やドアノブ、スイッチなどに触れると、その触れた場所にウイルスが付着します。その付着したウイルスに健康な人が手で触れ、汚染された手で目や鼻、口に触れることにより感染します。

市保健所健康管理課  
☎(8003)1180



秋田市スポーツ賞は、スポーツ振興に功績のあったかたや各種スポーツ大会で優秀な成績を取めたかたに、秋田市体育協会から贈られます。平成23年度の受賞者は228人、23団体。表彰式は2月3日(金)午後4時15分から秋田ビューホテルで行われます。  
(財)秋田市体育協会 ☎(896)5331

# 秋田市スポーツ賞

## 功労賞

長年にわたりスポーツに深い理解と熱意を持ち、スポーツの普及・振興に貢献しました



尾川宏子さん  
(秋田市スポーツ少年団副本部長)

市スポーツ少年団副本部長として組織の運営・事業の推進に尽力するとともに、団員の健全育成に貢献しました。



藤澤秀男さん  
(秋田中学校体育連盟会長)

連盟会長として運営組織の充実、競技力向上、中学生の健全育成などに寄与し、生涯スポーツの普及に貢献しました。

## 【競技団体推薦】



佐藤昭一さん  
(秋田市銃剣道連盟会長)

連盟会長として競技力向上や底辺拡大に尽力するとともに、市体協の評議員などを歴任し会の運営に貢献しました。

## 【地区体育協会推薦】



片岡 強さん  
(八橋地区体育協会前会長)

協会役員として組織の充実・発展に尽力するとともに、市体協の審査委員などを歴任し市のスポーツ振興に貢献しました。



鈴木文男さん  
(飯島地区体育協会会長)

協会会長として地域スポーツの活性化に尽力するとともに、市体協の理事などを歴任し市のスポーツ振興に貢献しました。

## 普及振興賞

選手の育成や地域スポーツの普及振興などに貢献しました(以下敬称略)

### 【競技団体推薦】

加賀谷吉勝(秋田市相撲連盟理事長)  
故安部昭子(秋田市8人制バレーボール連盟前会長)

### 【地区体育協会推薦】

工藤民男(勝平地区体育協会参与)  
佐藤光春(仁井田地区体育協会理事長)  
折原和子(東地区体育協会前副会長)  
菅もと子(飯島南地区体育協会副会長)  
吉川隆三(牛島学区体育協会顧問兼専門部部长)  
大門哲(新屋地区体育協会理事長)

## 普及活動賞

体育・スポーツの育成指導に尽力しました

### 【競技団体推薦】

泉谷和弘(秋田市柔道連盟理事長)  
佐々木徹(秋田市ラグビーフットボール協会少年部会副委員長)

### 【地区体育協会推薦】

橋本洋子(牛島学区体育協会幹事長)  
佐々木治(御所野地区体育協会会長)  
秦諒子(土崎小地区体育協会常任理事)

## 特別賞

オリンピックや世界大会など大きな大会で活躍しました

バレーボール 土井さくら(全日本ユース女子チーム・秋田北高校)



## 栄光賞

国体や全国高校総体などの全国大会で3位以上の成績を収めました

ライフル 高橋駿平(泉中学校)  
水泳 佐藤勲平(土崎中学校)  
フエンスィング

高橋風子(聖霊女子高校) 第66回国民体育大会フエンスィング競技秋田県少年女子フエンスィングチーム 聖霊女子高校フエンスィング部

レスリング 櫻庭正義・齋藤拳斗・菅原 躍(秋田商業高校) 多胡島伸佳(明桜高校) 門間順揮(城東消防署)  
ウエイトリフティング

奈良翔平・腰山浩汰(金足農業高校)  
剣道 前田真咲・掛田彩華(秋田明徳館高校) 平成23年度全国高等学校定時制通信制体育大会剣道大会秋田県選抜女子剣道チーム



石川雅規 選手

東京ヤクルトスワローズ

## 特別功績賞

不屈の闘志とひたむきな努力を重ね、プロ野球で100勝を達成。ふるさと秋田に大きな感動と夢を与えてくれた石川選手が特別功績賞に決まりました。

陸上競技 今野忠彦(栗田養護学校)  
佐藤直美  
卓球 三浦拓郎(県立聾学校) 阿部勝彦 鎌田順子 白瀬廣子 中嶋英子  
清水祥子  
水泳 千田眞紀子

## 優良賞

身体に障がいがあるかたの全国大会や生涯スポーツなどの全国大会で3位以上の成績を収めました

柔道 齊藤るみ(秋田明徳館高校)  
ラグビー 将軍野中学校ラグビーフットボール部  
バレーボール 秋田工業高等専門学校女子バレーボール部  
サッカー 第66回国民体育大会サッカー競技秋田県選抜成年男子チーム

## 優秀賞

栄光賞以外の全国大会で3位以上の成績を収めました

レスリング 鈴木花奈(桜中学校) 杉田健吾(秋田市役所) 織山昭仁(秋田消防署) 秋田市役所レスリング部  
陸上競技 高橋美香子(和洋女子高校)  
柔道 秋田大学柔道部  
バスケットボール 秋田銀行バスケットボールチーム  
バレーボール V C秋田バレーボールチーム

## 奨励賞

小学生が全国大会で3位以上、小・中学生が東北大会で1位の成績を収めました

バスケットボール 第11回全国障害者スポーツ大会男子バスケットボールチーム 第11回全国障害者スポーツ大会女子バスケットボールチーム  
軟式野球 秋田還球クラブ

フエンスィング 土佐千乃(仁井田小学校) 松淵真平(外旭川小学校) 秋田市ジュニアフエンスィングサーズA 第24回全国少年フエンスィング大会秋田県混合フエンスィングチーム  
レスリング 保坂典樹(寺内小学校) 塚田京(明徳小学校) 金子尚悟(外旭川小学校) 鈴木豪太(牛島小学校) 江橋元氣(港北小学校) 鈴木里奈(桜小学校) 佐藤 旭(高清水小学校) 山田修太郎(旭北小学校) 高田侑玄(下新城小学校)

水泳 高野雪愛(秋大附属小学校) 菊地芽唯・池本翔悟(八橋小学校) 鈴木菜奈子(桜中学校) 三浦 心・豊嶋保乃佳(城南中学校) 飛鳥奈菜・佐藤 綾・谷内あすか(山王中学校) 加藤希穂(城東中学校) 原田翔晟(土崎中学校) 戸島竜大(泉中学校) 工藤千遥・山本采実(聖霊中学校) 秋田アスレティッククラブ水泳チーム(男子200リレー・200リレー、女子200リレー・400リレー・400リレー)

体操 布袋屋博和(桜小学校) 佐々木唯・伊藤裕大(秋大附属小学校) 若狭天太(太平中学校)  
新体操 二木妃菜(旭川小学校)  
陸上競技 土田 涼(泉中学校) 田口碧(城南中学校) 岩崎初音(秋田東中学校) 西野早紀(桜中学校) 下田美穂(秋田南中学校)  
剣道 米谷亮祐(秋田北中学校)  
柔道 御野場石川道場スポーツ少年団



## はずむスポーツ都市 スポーツ愛好者の 講話と交歓の夕べ

2月3日(金)午後5時30分

秋田ビューホテル

参加費7千円(食事付き)

秋田市スポーツ賞受賞を祝う会と同時に開催します。秋田県警察本部長の石田高久さんが「2002年W杯警備の回顧と警察本部長様へ感謝と笑顔の気持ちで」と題して講演します。定員500人。

申し込み

(財)秋田市体育協会  
☎(096)53331

# 健康 はつらつ情報

## たのスポーツを楽しもう

**陣取り雪合戦** 小学生が対象。1月28日(土)午前10時～11時30分、八橋陸上競技場で。保険料30円。定員20人。申し込みは1月26日(木)までスポーツ振興課へ。☎(866)2247

**初心者ミニテニス** 日時/2月2日(木)・14日(火)、午前10時～正午、2月21日(火)午後2時～4時  
会場/市立体育館 保険料/1回30円 定員/各30人 申し込み/スポーツ振興課☎(866)2247

**スキー教室(1泊2日)** 小学生以上が対象(小・中学生は保護者同伴)。50歳以上のかたもどうぞ。日程/2月4日(土)・5日(日) 会場/田沢湖スキー場(往復送迎可。宿泊はハイランドホテル山荘) 参加費/13,000円(宿泊費込み。リフト代別。小学生は11,000円) 申し込み/1月27日(金)まで高清水スキークラブの藤嶋さん☎090-2797-9296

**スピードスケート** 対象/小・中学生 日時/2月5日(日)・12日(日)・19日(日)・26日(日)、3月11日(日)、午前9時30分～11時、3月15日(木)午後5時～6時30分(全6回) 会場/県立スケート場 参加費/3,000円 定員/20人 申し込み/電話かEメールで秋田県スケート連盟の鎌田さん☎090-7792-8067 Eメール tetsuro@celery.ocn.ne.jp

## たいそう リフレッシュ体操

おおむね50歳以上が対象。ストレッチ、筋力運動など、全身と脳の機能回復運動。1月26日(木)・30日(月)、2月9日(木)・13日(月)・23日(木)・27日(月)、午前10時30分～11時30分、西部市民サービスセンター(新屋)で。参加費1回500円。  
●申し込み NPO法人スポーツクラブあきた☎(828)8676

## まようしつ ザ・ブーン

申し込みはクアドームザ・ブーンへどうぞ。☎(827)2301

## 2月のプール健康増進教室

2月28日(火)までの火・水・金曜日に開講します。水中歩行、初級～上級水泳など(曜日によってメニューが違います)。全日程受講可能なフリーコースが4,000円、1日体験コースが550円(いずれも入館料別)

**バス送迎付健康増進教室** 火曜日は水中歩行初級と水泳初級、金曜日は水中歩行中・上級と水泳。2月3日(金)から28日(火)までの火・金曜日、午前9時45分秋田駅発、午後3時秋田駅着(発着は東口5番線)。受講料各1,050円(入館料込み)。申し込みは1月24日(火)午前9時から  
**歩くスキー(ラングラウフ)体験** 20歳以上が対象です。2月4日(土)午前8時20分秋田駅東口発(バス。帰りは午後2時「木こりの宿」発)。参加費3,000円(貸し用具・昼食・入浴代含む)。定員20人(抽選)。申し込みは1月24日(火)まで。当選者へ1月25日(水)にご連絡します。

## まようしつ フラダンス教室

対象/20歳以上 日時/2月6日(月)・13日(月)・20日(月)、3月12日(月)・19日(月)、午後6時30分～7時45分 会場/サンライフ秋田(八橋) 受講料/4,800円 定員/20人  
●申し込み 1月20日(金)からサンライフ秋田☎(863)1391

## しょくば たいこう たつきゅうたいかい 職場対抗卓球大会

職場単位の団体戦で、レベルに応じて分けて行います。2月12日(日)午前9時～、北部市民サービスセンター体育館(土崎港西五丁目)で。参加費1チーム3,000円。申し込みは2月2日(木)まで秋田市卓球連盟の細谷さんへ。☎090-2958-2441

## かんえん 肝炎ウイルス無料検査

職場の健診や人間ドックなどでB型・C型肝炎ウイルス検査を受けたことがないかたが対象です。申し込みは健康管理課へ。☎(883)1180 市保健所(八橋南一丁目)で検査…毎月第3水曜日の午前9時～10時に採血などの検査(15分程度)を行います。結果は約2週間後に郵送  
**医療機関で検査**…市内受託医療機関の受診券をお送りします。受診日時は医療機関により異なります。結果は検査後、再度受診してご確認ください。予約受付は2月6日(月)まで

## しほけんじよ わりょうそうだん 市保健所の無料相談

会場は、市保健センター(八橋)。  
**食生活健康相談** 肥満、高血圧、糖尿病のかたの食事の相談に、栄養士が個別に応じます。日時/1月31日(火)午前9時～午後2時30分 定員/先着5人 申し込み/1月23日(月)午前8時30分から市保健所保健予防課☎(883)1178



## 市立病院にもの忘れ外来を開設

次のような症状は認知症の疑いがあります。市立病院の「もの忘れ外来(精神科)」へお気軽にご相談を。

●今までできていたことが最近でなくなつた ●記憶があやふやになつた ●やる気がしないなど

まずは電話でご連絡を…相談・診察日を決定し、予約日にご家族のかたと一緒に来院していただきます。

市立秋田総合病院精神科外来 ☎(823)4171(内線3160) 平日の午後1時～3時

**歯科相談** 歯周病、むし歯など、歯の健康の相談に歯科衛生士が応じます。日時/1月31日(火)午前9時30分～正午 申し込み/市保健所保健予防課☎(883)1178

## ざいたくかい ごしや 在宅介護者のつどい

寝たきりや認知症のかたなどを現在家庭で介護しているかたが悩みなどを話し合う場です。1月23日(月)午後1時30分～3時、市保健センター(八橋)で。参加無料。直接会場へ。詳しくは、在宅介護者のつどい代表の廣田さんへ。☎(863)0935

## かいあきた つど うつ会秋田の集い

うつ病患者やご家族が悩みなどを語り合う場です。2月5日(日)、3月4日(日)、午後2時～4時、遊学舎(上北手)で。参加費各500円。申し込みは、うつコミュニティ・うつ会秋田の堀さんへ。☎(862)8491

## いりょう けんこう こうえんかい 医療と健康の講演会

**医療を考える集い** 秋田大学医学部附属病院准教授の中永士師明さんの講演「医食同源～漢方外来医師の立場から」と「食」に関するシンポジウム。無料。直接会場へ。日時/1月21日(土)午後1時30分～4時30分 会場/秋田ビューホテル4階 問い合わせ/秋田市医師会☎(865)0252  
**環境と健康のつどい** 秋田緑ヶ丘病院医師の坂本哲也さんの講演「認知症を理解する～いのち輝かそう秋田の未来」と、河辺わさび座の演劇。直接会場へ。日時/1月28日(土)午後1時30分～ 会場/北部市民サービスセンター 参加費/無料 問い合わせ/同センター☎(893)5969

\*スペースの都合などにより「健康はつらつ情報」に掲載依頼があつたものすべてを掲載できない場合があります。ご了承ください。





## 秋田寿大学で学ぼう

社会、文化、健康などを学ぼう。定員10人(抽選)。  
 詳しくは寿大学の加賀谷さんへ。☎(845)5716  
 対象/60歳以上 日時/4月から毎月10日ころ、  
 午後1時~3時 会場/八橋老人いこいの家  
 会費/入学金1,000円、年会費2,500円  
 ●申し込み はがきに住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号を書いて、2月10日(金)(必着)まで、〒010-0951山王二丁目1-53 生涯学習室・秋田寿大学学生募集係

## 健康講座へどうぞ

60歳以上が対象です。秋田労災病院医師の関展寿さんが「人生を走り続けるための医学」と題して講演。2月5日(日)午前10時30分~正午、八橋老人いこいの家で。受講無料。直接会場へどうぞ。詳しくは秋田県走友会の進藤さんへ。☎(823)3986

## ご検診のご案内

●次の検診は2月で終了。  
 医療機関で忘れずに受診を!

大腸がん検診▶40歳以上  
 前立腺がん検診▶50歳以上の男性  
 歯周疾患検診▶30歳・40歳・50歳・60歳・70歳  
 ※年齢は3月31日時点の年齢です。

## ●日曜健診は今年度あと2回です!

大腸がん・前立腺がん・胃がん・胸部検診、特定健診を実施します。2月5日(日)、3月4日(日)、午前8時~10時、中央健診センター(川尻町)で。直接会場へ。

## ●乳がん検診の日程(2月で終了します)

3月31日時点で40歳以上の偶数歳の女性と、検診無料クーポン券をお持ちのかたが対象です。申し込みは市保健所保健予防課へ。☎(883)1176

### マンモグラフィ撮影(後日、視触診検査)

中通健康クリニック(南通)は2月9日(木)までの火・水・木曜日、中央健診センター(川尻町)は2月5日(日)、秋田県総合保健センター(千秋)は2月10日(金)

マンモグラフィ撮影と視触診 西部市民サービスセンター(新屋)は2月1日(水)、中央健診センター(川尻町)は2月3日(金)・8日(水)・17日(金)・22日(水)

問い合わせ 保健予防課☎(883)1176



高橋 仁美 技師長  
 (市立秋田総合病院 リハビリテーション科・理学療法士)

このコーナーでは、みんなが健康で元気に過ごすためのちょっとしたアドバイスを紹介します。

## 増え続ける「たばこ病(COPD)」に対する呼吸リハビリテーション

呼吸リハビリは肺の病気がある患者さんのニーズに応えるための医療で、対象となるのはおもに慢性閉塞性肺疾患の患者さんです。慢性閉塞性肺疾患は英語でChronic(慢性) Obstructive(閉塞性) Pulmonary(肺) Disease(疾患)と訳され、頭文字をとってCOPD(シーオーピーディー)と呼ばれています。

### 息切れのため、動きたくても動けなくなる

COPDは肺に慢性の炎症が起こって気道の空気の通りが悪くなり、せきやたんが出て、ちょっとした動作でも息切れがして、体を動かさなくなってしまう病気です。問題なのは、安静な生活を送ることで徐々に体力・筋力が低下し、食欲も落ち、動きたくても動けないという悪循環に陥ってしまうことです。

### 発症の最大の原因はたばこ

COPDは空気中の有害物質を吸い込むことで発症します。中でも最大の原因は「喫煙」。このため、

COPDは「たばこ病」とか「肺の生活習慣病」とも言われます。現在、国内の40歳以上の約10人に1人がCOPDで、患者数は530万人に上ると推定されています。しかし、実際に治療を受けているかたは約22万人にすぎません。これはCOPDの病状はゆっくり進むので、初期には「かぜ」や「年齢のせい」と思い、自分がCOPDにかかっていることに気づかないのが大きな理由の一つです。

### 呼吸リハビリの効果は薬物療法に上乗せできる

COPDを放置するとどんどん悪化し、全身にさまざまな影響が出て、命の問題に関わってきます。しかし、治療をしっかり行えば病状の進行を遅らせ、生活の質を保つことができます。最大の原因であるたばこを止め、その上で運動を中心とした呼吸リハビリを行い、残された呼吸機能を維持・増進することが重要です。呼吸リハビリを続けることで、息切れが楽になり、動けるようになります。呼吸リハビリはCOPD患者さんの日常生活を心身にわたり、良好な状態に保つように改善する医療であり、その効果は薬物療法に上乗せすることができるのです。



歯むし歯予防教室  
歯ッピースデー

2月7日(火)  
午前10時～11時30分  
市保健センター 無料

1月～3月に1歳になる親子を対象に歯みがきレッスン。定員30組。

申し込み 子ども健康課  
☎(883)1174



後1時、東部ガス(楢山)で。参加費1組500円。定員6組。要申込  
**親子ピクス** 親子でエアロビ。会場はセリオンプラザ(土崎)。参加費各1組500円。内履き、飲み物、タオル(ベビーはバスタオルも)を持って直接会場へ。ベビー(生後6週～1歳)▶2月10日(金)・24日(金)、午前11時～正午 ママクラス▶2月10日(金)午前10時～10時50分 キッズ(1歳～就園前)▶2月24日(金)午前10時～10時50分

ばっけの会の講座

会場はひよっこサロン(南通亀の町)。申し込みは、1月23日(月)午前10時からNPO法人ばっけの会へどうぞ。☎(834)4733

**初めての沐浴** 赤ちゃんのお世話をするかたが対象。お風呂の入れ方、おむつ交換の方法など。2月7日(火)午前10時30分～11時30分。参加費500円。定員8人

**賢く使おうベビーフード** 生後7か月～12か月の親子が対象。ベビーフードやフォローアップミルクの試食など。2月8日(水)午前10時30分～11時30分。参加費1組500円(おみやげ付き)。定員6組

**ベビーマッサージ** 生後2か月～12か月の親子が対象です。2月14日(火)・28日(火)、午前10時30分～正午。参加費1組1,500円(2回分のオイル代含む)。定員7組

**ファーストサイン** 生後2か月～12か月の親子が対象です。赤ちゃんとのコミュニケーションなどを学びます。2月14日(火)・28日(火)、午後1時30分～3時30分。参加費1組1,500円。定員7組

けんしん いたく いりょう きかん  
健診の委託医療機関

妊婦・2歳児歯科健康診査の委託医療機関が追加になりました。泉南デンタルクリニック(泉南一丁目2-2)☎(867)8880

★子ども未来センター(アルヴェ5階)  
★市民サービスセンター子育て交流ひろば

参加無料。直接会場へどうぞ。

親子で遊ぼう



はっぴいるーむ(河辺)

| 会場                              | 催し(対象)            | 内容             | 日時                     |
|---------------------------------|-------------------|----------------|------------------------|
| 子ども未来センター(アルヴェ5階)<br>☎(887)5340 | あそびのとびら(就学前)      | 手遊び、絵本読み聞かせ、工作 | 1/25(水)<br>10:30～11:00 |
|                                 | つくっちゃオ(就園前)       | 身近な材料でおもちゃづくり  | 1/26(木)<br>10:30～11:00 |
|                                 | おはなし会(就学前)        | ボランティアさんの読み聞かせ | 2/7(火)<br>10:30～11:00  |
| 北部市民サービスセンター☎(893)5985          | ころんころんタイム(0歳～1歳)  | パネルシアター、ふれあい遊び | 1/25(水)<br>10:30～10:50 |
|                                 | にっこりあそぶday(就学前)   | 豆まき、体操         | 1/30(月)<br>10:00～12:00 |
|                                 | とっとこタイム(就学前)      | 親子でバスごっこ       | 2/8(水)<br>10:30～10:50  |
| 西部市民サービスセンター☎(826)9007          | バナナるーむ(2歳～3歳)     | パネルシアター、ダンス    | 1/25(水)<br>10:30～10:50 |
|                                 | 冬のわくわく子どもデイ(就学前)  | 鬼の面作り、けん玉、こま回し | 1/28(土)<br>10:00～12:00 |
|                                 | おもいつきりあそぶday(就学前) | かけっこ、トンネルくぐり   | 1/31(火)<br>10:00～12:00 |
| 河辺市民サービスセンター☎(882)5146          | はっぴいるーむ(0歳～3歳)    | ふれあい遊びや歌を楽しもう  | 2/7(火)<br>10:30～10:50  |

本がいっぱい!



フォンテ文庫に集まれ!

会場は秋田駅西口フォンテAKITA 6階のフォンテ文庫です。無料。直接会場へどうぞ。詳しくはフォンテ文庫へ。☎(893)6167

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <p><b>工作会</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ジャンピングうさぎを作ります。</li> <li>対象/2歳～小学3年生の親子</li> <li>日時/2月4日(土)午前11時30分～正午</li> </ul> | <p><b>おはなしの会</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>大型絵本や紙芝居、手遊びなど。</li> <li>対象/2歳～6歳の親子</li> <li>日時/2月12日(日)・26日(日)、午後2時30分～3時</li> </ul> | <p><b>親子で楽しむわらべ歌</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>手遊びやわらべ歌などを楽しもう!</li> <li>対象/0歳～3歳の親子</li> <li>日時/2月28日(火)午前11時～11時30分</li> </ul> |
|--|--|---|

ママと赤ちゃんのやさしい時間

生後3か月～11か月のお子さんとお母さんが対象です。ベビーマッサージと育児相談。参加無料。先着各15組。

2月3日(金)、  
3月2日(金)・15日(木)  
午前10時30分～正午  
西部市民サービスセンター2階

申し込み

1月26日(木)午前9時から西部市民サービスセンター子育て交流ひろば☎(826)9007



子どもを預かる協力会員を募集

ファミリー・サポート・センターでは、利用会員が急な用事などの時に有償で子どもを預かる協力会員を募集中。下記の研修を受講してください。受講・登録は無料。

日程  
1月26日(木)・27日(金)・31日(火)、午前9時30分～午後4時30分▶アルヴェ4階洋室B  
2月1日(水)午前8時30分～午後零時30分▶公立保育所

申し込み 秋田市ファミリー・サポート・センター☎(887)5336

※スペースの都合などにより「育児コーナー」に掲載依頼があったものすべてに掲載できない場合があります。ご了承ください。

# 育児

## 離乳食教室

生後4か月～11か月のお子さんが対象。離乳食の進め方、食品の調理法、試食、個別相談など。2月3日(金)午後1時30分～3時30分、河辺総合福祉交流センターで。受講無料。筆記用具、母子健康手帳、おしほり、バスタオルを持って直接会場へどうぞ。詳しくは子ども健康課へ。☎(883)1175

## 2人でTry! パパ・ママれっすん

秋田市に住民票がある、開催日に妊娠16週～35週の妊婦さんとパートナーが対象です。赤ちゃんのお風呂の入れ方体験、助産師の講話など。2月25日(土)午後1時～3時40分、市保健センター(八橋)で。参加無料。定員36組(抽選)。

●申し込み 往復はがき、または封書(返信用のはがきを同封)で、往信用に、住所、2人の氏名(ふりがな)・年齢、電話番号、2月25日現在での妊娠週数、出産予定日を、返信用に住所、氏名を書いて、2月6日(月)(必着)まで、〒010-0976八橋南一丁目8-3子ども健康課☎(883)1174

## 雄和図書館のおはなし会

小学校低学年までの親子が対象です。大型絵本、紙芝居など。1月28日(土)午前11時～正午、雄和図書館で。参加無料。直接会場へ。

●問い合わせ 雄和図書館  
☎(886)2853

## 保育所で遊ぼう!

川口保育所 0歳～5歳の親子が対象。1月25日(水)午前9時45分～11時。無料。直接保育所へ。将来の父母、祖父母が対象の保育体験も。川口保育所☎(832)4582

こまどり幼稚園附属保育園 1歳～就園前の親子が対象です。1月



## 育児相談 & 産後のママトーク

会場は市保健センター(八橋)。無料。いずれも、子ども健康課へ電話予約が必要です。☎(883)1174

★産後のママトーク 1月30日(月)午前10時～11時30分  
産後6か月ころまでのかたが対象です。助産師を囲んでママ同士でおしゃべり。お子さんも一緒にどうぞ。定員10組

★育児相談 1月31日(火)午前10時～午後3時30分  
保健師、栄養士、歯科衛生士が育児などの相談に応じます

25日(水)午前9時45分～11時。参加無料。定員12組。申し込みは同保育園☎(834)8130

上北手保育園 0歳～5歳の親子が対象です。1月27日(金)午前9時45分～11時。無料。直接保育所へ。上北手保育園☎(839)3595

## 幼稚園に集まれ!

土崎カトリック幼稚園 就園前の親子が対象。1月31日(火)午前10時30分～11時30分。参加無料。直接幼稚園へ。☎(845)1786

御所野幼稚園 就園前の親子が対象です。外で雪遊び。2月2日(木)午前10時30分～11時45分。無料。着替えを持って寒くない服装で直接幼稚園へ。☎(826)1005

聖園学園短大附属幼稚園 1歳～4歳の親子が対象です。豆まき。2月3日(金)午前10時～11時30分。参加無料。申し込みは聖園学園短大附属幼稚園☎(823)2695

## あそびにおいて!

すこやか広面 0歳～5歳の親子が対象です。自由遊び。1月23日(月)・30日(月)、午前10時～11時30分、広面児童館で。保険料1回1家族50円。直接会場へどうぞ。詳しくは広面地区主任児童委員の佐々木さん☎(832)2172

川尻ちびっこ広場 就園前の親子が対象です。1月24日(火)午前10時～11時30分、川尻地区コミュニティセンターで。参加無料。直接会場へどうぞ。詳しくは代表の加賀屋さん☎(823)0561

東きらきらくらぶ 0歳～5歳の親子が対象です。1月24日(火)午前10時～正午、東児童センターで。参加無料。直接会場へどうぞ。詳しくは東地区主任児童委員の折原さん☎(835)5384

ふれあい広場 就園前の親子が対象。1月24日(火)・31日(火)、2月

7日(火)、午前10時～11時30分、金足地域センターで。無料。直接会場へ。詳しくは金足地区主任児童委員の安田さん☎090-9539-2130  
こんにちは広場 就園前の親子が対象。1月25日(水)午前10時～、下浜地区コミュニティセンターで。無料。直接会場へ。詳しくは、子ども未来センター☎(887)5340

しゃぼんだま広場 就学前の親子が対象です。みそおやき作りと健康相談。1月27日(金)午前10時～11時30分、四ツ小屋児童センターで。参加無料。直接会場へどうぞ。詳しくは四ツ小屋地区主任児童委員の伊藤さん☎(839)3891

おひさまPARK(パーク) 就園前の親子が対象です。工作と紙芝居。1月30日(月)午前10時～11時30分、八橋地区コミセンで。直接会場へ。詳しくは、八橋地区主任児童委員の鈴木さん☎(867)0182

すすくサロンきしゃぼっぽ 就園前の親子が対象です。2月1日(水)午前10時～11時30分、南部公民館で。無料。直接会場へ。詳しくは南部公民館☎(832)2457

あおぞらキッズ 就学前の親子が対象です。2月5日(日)午前10時～11時30分、外旭川児童センターで。参加無料。直接会場へどうぞ。詳しくは外旭川地区主任児童委員の栗山さん☎(868)3688

このゆびとまれ! 就園前の親子が対象です。豆まき。2月7日(火)午前10時～正午、明德児童センターで。参加無料。直接会場へどうぞ。詳しくは明德地区主任児童委員の田中さん☎(831)8089

## 子育て応援Seedの催し

申し込み、問い合わせは子育て応援Seedへどうぞ。☎(833)8104  
ビタミンキッズ 5歳～小学生の親子が対象です。ギョウザを作ります。2月4日(土)午前10時～午

## 千秋美術館企画展

# カンヴァスに描かれた女性たち



ジャン=マルク・ナティエ「花の神フローラに扮する女性」

2月10日(金)▶3月25日(日)

\*2月25日(土)・26日(日)は休館。

午前10時～午後6時

(入館は午後5時30分まで)

観覧料▶800円

(高・大学生600円、中学生以下無料)

ポーランドのヨハネ・パウロ2世美術館所蔵のコレクションから、ティントレット、ヴァン・ダイクなど、16世紀～19世紀の芸術家が捉えた女性の姿を「聖母子」「貴婦人の肖像」など5つのテーマに分けて紹介します。

### 特別講座 西洋絵画における女性表現の流れ

2月19日(日)午後2時～ 千秋美術館3階講堂

講師は実践女子大学准教授の駒田亜紀子さん。受講無料。先着50人。申し込みは、1月24日(火)午前9時から千秋美術館へどうぞ。☎(836)7860

### ギャラリートーク

3月3日(土)・17日(土)午後2時～ 千秋美術館

千秋美術館の学芸員が作品を解説します。観覧チケットが必要です。

問い合わせ 千秋美術館☎(836)7860

千秋美術館館長の連続講座(全4回)

## たのしい漆芸のはなし

～第1回「古代の漆芸」～

日時 2月4日(土) 14:00～15:30

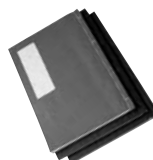
会場 千秋美術館3階講堂

千秋美術館の小松大秀館長が縄文時代～平安時代の漆芸を画像を使って解説。無料。先着50人。

申し込み 1月23日(月)午前9時30分から  
千秋美術館☎(836)7860



螺鈿紫檀五弦琵琶



和綴じの本

## 赤れんが郷土館の講座

①昔ながらの和綴じ製本講座

2月9日(木)午後1時～4時30分

②本格的な洋式製本講座

2月24日(金)午前10時～午後4時

会場は大町の赤れんが郷土館。講師は民俗研究者の齊藤壽胤さん。材料費各300円。定員各20人(抽選)。

申し込み 往復はがきに希望の講座名、住所、氏名、電話番号を書いて、1月31日(火)(必着)まで、〒010-0921 大町三丁目3-21 赤れんが郷土館☎(864)6851

\*赤れんが郷土館の臨時休館…展示替えのため1月30日(月)から2月3日(金)まではお休みします

秋田 男鹿 仙北

## 来たかさっさー

…秋田市と男鹿市、仙北市では、お互いの広報紙で旬の観光情報をお届けします。今回は男鹿市情報です。

## 3千円割引で男鹿市に泊まろう

右記の宿泊施設が3千円割引の料金で宿泊できます。対象人数は5千人!(定員になりしだい終了)。ほかの宿泊補助券などと併用できない場合がありますので、詳しくはお問い合わせを。

対象期間 3月18日(日)まで(2月9日(木)～12日(日)を除く)

電話予約 宿泊施設か男鹿市観光協会(☎0185-24-4700)へ

問い合わせ 男鹿市観光商工課☎0185-24-9141

### 市外局番0185をつけて電話してください

- 男鹿観光ホテル☎33-2121 ●温泉旅館ゆもと☎33-3151 ●国民宿舎「男鹿」☎33-3181
- セイコーグランドホテル☎33-2131 ●男鹿萬盛閣☎33-3161 ●元湯雄山閣☎33-3121
- 亀屋旅館☎33-2049 ●海と入り陽の宿帝水☎37-2331 ●HOTELきららか☎37-2311
- かもめ荘☎37-2543 ●三浦荘☎37-2518 ●海辺のおうち青の砂☎37-2580 ●磯乃家旅館☎27-2011 ●汐瀬旅館☎27-2711 ●旅館親栄館☎27-2511 ●旅館浜彩☎27-2733
- 民宿新地☎35-3092

対象施設

詳しい放送日程は  
広報広聴課へ  
☎(866)2034



5分間 AAB おはよう秋田市から  
月～木 午前10時30分～

ABS こんにちは秋田市から  
金 午前11時25分～  
土 午前11時40分～  
日 午前11時55分～

AKT こんばんは秋田市から  
水 午後10時54分～

1月20(金)▶1/24(火)

- 市民リポーターが紹介!
- ①新成人のつどい
- ②雪の動物園に行こう

1/25(水)▶1/31(火)

- お年寄り必見! 暮らしのよろずご用聞き「まめだすか」を紹介
- 特定健診を受けよう

※5分間テレビ番組は、秋田ケーブルテレビでも放送しています。

15分 ●1/29(日)午前7時30分～ ABS おはよう秋田市長です「最近の市政情報」



エフエム秋田 秋田市マンデー555 毎週月 午後5時55分～

ABSラジオ 秋田市今週のいちネタ 毎週火 午前10時30分～

エフエム椿台 午後スタ 毎週水 午後2時00分～

- 家庭ごみの有料化が7月から始まります
- 2月11日～15日は秋田市工芸品まつり

●「広報あきた」から



# 案内

## 無料相談へどうぞ

**法務局の市民講座 & 相談所** 相続をテーマに講演会と相談会を開催します。1月26日(木)午前11時～正午(講演)、午後1時～3時(相談)、イオンモール秋田(御所野)で。定員は講座100人、相談20人。申し込み/秋田地方法務局総務課 ☎(862)1428

**行政と暮らしの困りごと相談所** 相続などの法律相談や税務相談などに応じます。1月28日(土)午後1時～4時、アルヴェ1階きらめき広場で。直接会場へどうぞ。弁理士、税理士、社会保険労務士の相談は申し込みが必要です。先着各9人。申し込み/1月23日(月)午前8時30分から秋田行政評価事務所 ☎(823)1100

## ブック・リサイクル

保存期限が過ぎた雑誌や寄贈された本を無料でさしあげます。2月19日(日)午前10時～、新屋図書館で。1人10冊まで。直接会場へ。詳しくは新屋図書館へ。☎(828)4215  
※読んだ小説などの本を寄贈していただけますか。2月18日(土)まで同館へ連絡の上お持ちください。

## 育英会の学生寮入寮生募集

秋田県育英会が運営する男子寮(東京都世田谷区)と女子寮(神奈川県川崎市)の入寮者を募集します。今年4月に大学、短大などに入学するかたで、育英会の奨学金を受けないかたが対象です。申込受付期間は、前期募集は1月31日(火)(必着)まで、後期募集は2月6日(月)から17日(金)(必着)まで。募集要項など詳しくは、(財)秋田県育英会へ。☎(860)3552

# 弥生っこ村出土品展

観覧無料



出土した土器

**日時** 1月20日(金)▶3月20日(火) 10:00~20:00

**会場** 情報発信コーナー(秋田駅西口フォンテAKITA6階)

御所野にある史跡地蔵田遺跡「弥生っこ村」の土器や土偶など、ふだん見ることができない貴重な出土品を出張展示。文化振興室 ☎(866)2246

### ◆ギャラリートーク「弥生っこ村出土品から分かる秋田の弥生時代」

2月3日(金)午後2時～3時30分、情報発信コーナーで。無料。先着30人。申し込みは1月23日(月)午前8時30分から文化振興室へ。☎(866)2246

大人の

## 個人向け施設見学会

### 総合環境センター見学と新聞エコバッグ作り

2月16日(木)・23日(木) 午前9時30分～午後零時30分

**コース** 秋田市観光案内所前集合(JR秋田駅・新幹線改札前)→総合環境センター(見学後、エコバッグ作り)→秋田駅東口(解散)

ごみ処理やリサイクルの現場を見学した後、新聞エコバッグを作ります。保険料各50円。定員各20人(抽選)。広報広聴課 ☎(866)2034

**申し込み** 往復はがきかEメールに(1通2人まで。電話・ファクスは不可。就学前のお子さんはご遠慮ください)、希望日、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、1月30日(月)(必着)まで、〒010-8560 秋田市役所広報広聴課 Eメール skengaku@city.akita.akita.jp



## 子どもの居場所づくり

### 泉の冬まつり

2月4日(土)午後1時30分～4時  
秋操近隣公園(駐車場なし)

- 豆まき ●子どもみこし ●箱そり ●ステージパフォーマンス ●たこ揚げ ●ミニかまくら作り ●的当て ●ホットドリンクサービス
- ★午後4時から光のページェント

**問い合わせ** 実行委員長の湯浅さん ☎090-2888-1109

10周年記念 がんばろう東北  
あちや大川散歩道  
雪まつり

1月28日(土)  
午後零時30分～8時  
新屋大川散歩道  
(新屋駅～美短)

- ★ミニかまくら…製作13:00～、点灯17:00～
- ★子どもの遊び(美短グラウンドで)12:30～
- ★餅つき、お汁粉などの無料提供15:00～
- \*ミニかまくらを親子などペアで作るかたを募集。定員20組。要申込

**かまくら申込・問い合わせ** 実行委員会の高橋さん ☎090-1064-4800

広報クイズは、毎月第3金曜日発行号に掲載。

正解者には、抽選で10人に「図書カード1000円分」をプレゼント!

広報あきたや市政テレビ番組の感想、気ままなひとことを添えて、ご応募ください。



読者のひとは  
6～7ページで紹介!

# 広報クイズ 233



1

地震に備えて、少なくとも●日分の飲料水や食料などの備蓄品を用意しておきましょう。●に入る数字は?

2

インフルエンザを防ぐ7つの予防法の1つ「咳●●●●●」。咳などをするときには忘れずに! ●に入る文字は?

※答えは1月6日・20日号の「広報あきた」の記事中に!

### ●12月16日号の当選者

前回のクイズの答え 問1=路上「駐車」 問2=「10」リットル  
応募総数179通、全問正解176通でした。

**当選者**▶ HAYA(八橋)、you(牛島)、小野芳朗(植山)、さくらちよこ(桜)、チューリップ(八橋)、

塚田トクエ(浜田)、茨島さくらんぼ(茨島)、保泉ひな(植山)、保坂富士夫(牛島)、モモ子(川尻) =敬称略=

## 応募方法

はがき、ファクス、Eメールに、答えと住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、1月30日(月)(必着)まで、〒010-8560 秋田市役所広報広聴課

ファクス(866)2287

Eメール ro-plpb@city.akita.akita.jp

※Eメールで応募するかたは、件名を「広報クイズ」としてください。

※当選した際、氏名の掲載を希望しないかたは、氏名と一緒にペンネームなどをお書き添えください。

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               | 定員       | 申し込み   |
|---------|--------------------------|--------------------|----------|--|
| 法律      | 2月2日(木)・16日(木)9:00~11:40 | 市民相談センター           | 各8人      | 予約は1月24日(火)午前8時30分から、電話または市役所1階の市民相談センターで受け付けます。☎(866)2039 |
|         | 2月2日(木)13:30~16:10       | 秋田テルサ              |          |  |
|         | 2月9日(木)9:00~11:40        | 北部市民サービスセンター       |          |  |
| 年金・社会保険 | 2月10日(金)13:00~16:00      | 市民相談センター           | 各6人      |  |
| 司法書士    | 2月14日(火)14:00~16:00      |                    |          |  |
| 遺言・相続   | 2月21日(火)9:00~12:00       |                    |          |  |
| 税務      | 2月21日(火)13:00~16:00      |                    |          |  |
| 予約不要    | 行政書士                     | 2月3日(金)13:00~16:00 | 市民相談センター | 相談の順番は当日の先着順です。直接、市役所1階の市民相談センターへお越しください。                  |
|         | 行政                       | 2月8日(水)13:00~16:00 |          |  |
|         | 人権・困りごと                  | 2月9日(木)13:00~16:00 |          |  |

日時/2月2日(木)・9日(木)・16日(木)・23日(木)、午前9時30分~正午  
会場/南部公民館 材料費/2,500円 定員/15人(抽選。受講経験があるかたはご遠慮ください)  
●申し込み 往復はがきに、講座名、住所、氏名、電話番号を書いて、1月27日(金)(必着)まで、〒010-0062牛島東六丁目4-5 南部公民館☎(832)2457

土崎図書館「本を愉しむ会」

読む楽しみをテーマにしたお話や朗読。お茶代各300円。定員各40人。  
日時/1月25日(水)、2月1日(水)、午前10時~正午 会場/土崎図書館  
●申し込み 本を愉しむ会代表の高橋さん☎(873)7250(午後7時~)

ボランティア養成講座・手話

手話、要約筆記などを学びます。2月4日(土)・11日(土)・18日(土)・25日(土)、午後2時~4時30分、障害者生活支援センターほくと(下新城)で。受講無料。定員10人。  
●申し込み 1月31日(火)まで障害者生活支援センターほくと ☎(873)7804

催し物

スノートレッキング

高校生以上が対象です。2月11日(土)午前10時~午後3時、太平山自然学習センター「まんたらめ」で(秋田駅東口から無料送迎バスあり)。参加費1,000円(昼食代含む)。定員20人(1月27日(金)に公開抽選)。  
●申し込み はがきに、催し名、住所、氏名、年齢、電話・ファクス番号、グループの場合は人数を書いて、1月26日(木)(必着)まで、〒010-0824仁別字マンタラメ227-1 太平山自然学習センター☎(827)2171

わらしべ貯金箱

買う人が値段を決めるフリーマーケット。売り上げの一部を被災地の支援に活用します。1月23日(月)から29日(日)まで(25日は休み)、午前10時~午後7時(29日は午後3時まで)、大町のイーホテルショッピングモールで。28日(土)は大町・通町で商店街スゴロクも開催。詳しくは、わらしべ貯金箱実行委員会の武内さんへどうぞ。☎090-2363-0398

書き損じはがきキャンペーン

書き損じたはがきを集めます。はがきは社会福祉法人ゆたか会が運営する「つどいの家」などの活動支援に活用します。1月28日(土)午前11時~正午、秋田駅ばほろ一どで。  
●問い合わせ つどいの家の高橋さん☎(828)4472

キタス力新春お笑い演芸会

出演は落語家の桂三若さんとダースコちんどん隊。入場無料。  
日時/1月29日(日)午後1時30分~3時 会場/北部市民サービスセンター1階地域文化ホール 定員/先着280人(1人で2人分申込可)  
●申し込み 1月23日(月)午前8時30分から1月27日(金)まで北部地域住民自治協議会事務局(同センター内)の窓口か電話で。☎(846)1133

講演会「秋田の食文化と健康」

講師は(株)食生活科学研究所取締役社長の菊地亮也さん。入場無料。  
日時/2月4日(土)午後1時30分~3時 会場/西部市民サービスセンター3階洋室  
●申し込み 1月23日(月)午前9時から同センター☎(826)9004

青少年音楽の家 演奏会

「レクイエム(フォーレ作曲)」など。2月4日(土)午後2時30分~、アト

リオン4階音楽ホールで。入場料2,000円(小・中・高校生1,000円)。詳しくは、青少年音楽の家事務局の松尾さんへ。☎(864)6726

ミュージカル「白瀬中尉物語」

総勢100人の県民が参加するミュージカル。2月5日(日)午後1時30分~(午後1時開場)、文化会館で。前売り1,000円(中・高校生700円、小学生500円)。当日券1,500円(中・高校生1,000円、小学生800円)。  
●問い合わせ 白瀬日本南極探検隊100周年記念プロジェクト実行委員会☎0184-38-4670

福祉の就職総合フェア

福祉の仕事を探しているかたと今年3月に卒業予定の学生が対象。福祉施設などの就職面談や福祉の仕事や資格の個別相談など。直接会場へ。  
日時/2月8日(水)午後1時30分~4時30分 会場/秋田ビューホテル4階「飛翔の間」  
●問い合わせ 秋田県福祉保健人材・研修センター☎(864)2880

ネイチャーウオークinかわべ

河辺鶴養地区の伏伸の滝周辺や大又川沿いの林道などをスノーシュー(かんじき)を履いて散策。散策後はユフォーレで入浴も。先着20人。  
日時/2月9日(木)午前9時30分~午後4時 参加費/2,000円  
●申し込み 1月23日(月)午前9時から河辺市民サービスセンター ☎(882)5171

留学生と行く語学ツアー

中国・韓国人留学生と一緒に酒蔵見学や雄和「里の家」で餅つきなど。2月18日(土)午前10時~午後4時(午前9時50分に秋田駅集合)。参加費2,000円(食事代含む)。定員20人。  
●申し込み 旅のサポートAKITA(フォンテAKITA7階)☎(893)3506

# 情報チャンネルa

スコップとスノーダンプの立ち話 ヒサト



## 講座

### デッサン講習会

高校生以上が対象です。講師は洋画家の伊藤康夫さん。2月11日(土)午後2時～4時、千秋美術館3階講堂で。材料費400円。先着20人。

●申し込み 1月25日(水)午前10時から千秋美術館☎(836)7860

### 子育て応援「家庭教育講座」

講話「育てたように子は育つ」など。1月27日(金)午前10時～正午、サンパル秋田(文化会館内)で。無料。定員80人。無料託児あり(要予約)。

●申し込み 生涯学習室

☎(866)2245

### 高齢者・障がい者パソコン教室

高齢者、障がい者が対象です。会場は遊学舎(上北手)。受講料各7,000円。①のみテキスト代840円。定員各8人。申し込みは、NPO法人あいへどうぞ。☎(829)1113

①パソコン初心者向け 文字入力・変換など、タイピングを学習。2月3日(金)から27日(月)までの月・金曜日に8回。午前10時～正午

②写真加工と編集 2月2日(木)から28日(火)までの火・木曜日に8回。午前10時～正午

③エクセル(表計算)基礎 2月2日(木)から28日(火)までの火・木曜日に8回。午後1時30分～3時30分

### 女性学習センターの講座

サンパル秋田(文化会館内)で開きます。申し込みは①③④は1月23日(月)午前9時から女性学習センター☎(824)7764、②は往復はがき(1人1通)に講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、職業の有無を書いて、1月26日(木)まで〒010-0951山王

七丁目3-1女性学習センターへ。

①サンパルカレッジ「今年の日本の経済・政治」 受講無料。先着各30人(無料託児あり。先着各5人)。

今年の日本の政治情勢▶講師は秋田魁新報社編集局長の佐川博之さん。

2月7日(火)午前10時～11時30分

今年の日本の経済情勢▶講師は秋田大学教育文化学部准教授の島澤諭さん。3月6日(火)午前10時～正午

②再就職支援IT講習・ビジネス文書の作成 ワード(文書作成ソフト)

の操作方法を学びます。対象/再就職をめざす女性でマウス操作ができるかた 日時/2月15日(水)・16日(木)、午前10時～午後3時 受講料/1,600円 定員/10人(抽選)

③コミュニケーション講座

コミュニケーションの基本や自分の目標に近づくコツを学びます。対象/女性 日時/2月2日(木)・16日(木)・23日(木)、午後6時30分～8時 受講料/無料 定員/先着20人(無料託児あり。先着5人)

④シングルマザーの子育て・仕事・暮らしセミナー シングルマザーのかたが個性や能力を發揮して輝くための学習と交流。ランチの調理実習も。対象/シングルマザーのかた(子どもの年齢制限なし)

日時/2月12日(日)午前10時30分～午後1時、2月22日(水)午後6時30分～8時、2月26日(日)午前10時30分～正午

材料費/600円 定員/先着15人(無料託児あり。先着10人)

### みそ造り体験教室

約32<sup>キロ</sup>の手作りみそができます。1月26日(木)午前9時～午後零時30分(河辺三内にある「お食事処やまぶき」に午前8時50分集合)。参加費13,500円(材料費、たる代、昼食など含む)。定員16人。

●申し込み 河辺農産加工組合の加藤さん☎(883)2711

### テルサの料理教室

会場は秋田テルサ(御所野)。時間は午前10時～午後1時。申し込みは秋田テルサへ。☎(826)1800

バレンタインケーキとクッキー▶2月6日(月)

受講料/1,800円 定員/20人

塩麴のおかず▶2月10日(金)

受講料/1,800円 定員/20人

ホワイトロールケーキ▶2月15日(水)

受講料/1,800円 定員/20人

### 異文化国際交流講座

秋田市在住のロシア人ソボレフ・ワジムさんがロシアの料理や生活文化などをテーマに話します。1月25日(水)午前10時～11時30分、東部公民館で。受講無料。先着20人。

●申し込み 1月23日(月)午前8時30分から東部公民館☎(834)2206

### ヨーロッパ宮廷文化を学ぶ

横浜国立大学准教授の小宮正安さんが「ヨーロッパ宮廷文化タイムトラベル」と題して話します。1月28日(土)・29日(日)、午前11時～午後3時、カレッジプラザ(中通の明徳館ビル)で。受講料2,000円。

●申し込み 大学コンソーシアムあきた☎(889)2843

### 市民活動支援講座

市民・地域活動で起こる問題を、全員参加の話し合いで解決する手法を学びます。講師は地域社会デザイン・ラボ代表の遠藤ちえさん。受講無料(受講は2日間)。定員20人。

日時/2月4日(土)午後1時～5時、2月5日(日)午前9時～午後3時 会場/アルヴェ1階音楽交流室D

●申し込み 2月3日(金)午後7時まで市民交流サロン☎(887)5312

### つるし飾りでひなまつり

糸の先に布製の人形などをつるして飾る「つるし飾り」を作ります。

# 緑のカーテン 写真コンテスト

応募作品36点をフォンテ  
AKITAの「まちの駅あきた」  
で展示して来館者に投票し  
ていただいた結果、次のみ  
なさんが入賞しました。  
環境総務課 ☎(863)6862



12月22日の表彰式で



★最優秀賞★

今野桂子さん(御所野)



★優秀賞★  
下間敏夫さん(八橋)



★最優秀賞★  
勝平幼稚園のみなさん  
(新屋)

ゴーヤや朝顔など、つる性の植物で作る緑のカーテンは楽しみながらできる地球温暖化対策です。これからもみんなで取り組もう！

