

相談に歯科衛生士が応じます。

日時▶9月28日(金)9:30~12:00

②食生活健康相談…肥満、高血圧、糖尿病のかたの食事について栄養士が相談に応じます。日時▶9月28日(金)9:30~15:30 先着▶5人(時間指定)

市立病院の呼吸教室

呼吸の検査について臨床検査技師が説明します。駐車無料スタンプあり。

日時▶9月13日(木)13:00~13:30

会場▶市立秋田総合病院2階講堂

問▶市立秋田総合病院☎(823)4171

精神障がい者家族相談

日時▶9月21日(金)10:00~15:00

会場▶市老人福祉センター2階和室

問▶秋田けやき会☎(833)1580

秋田の女性とメンタルヘルス

秋田大学教授の米山奈奈子さんが人間関係と心の悩みについて講演します。

日時▶9月17日(月)13:30~15:30

会場▶秋田市にぎわい交流館4階

申込▶秋田ソントクラブの中道さん

☎(846)8181

あきらめないパーキンソン病の治療とは

順天堂大学医学部神経内科教授の服部信孝さんが講演します。

日時▶9月23日(日)13:30~

会場▶県社会福祉会館10階大会議室

申込▶全国パーキンソン病友の会秋田県支部☎(823)6233

ふれあい交流相談会

多発性硬化症の患者さんとご家族が対象です。医師の講話や個別相談など。

日時▶9月25日(火)13:20~16:30

会場▶市保健所1階中会議室

申込▶健康管理課☎(883)1180

土岐地区

学校開放 スポーツ教室

秋田市スポーツ推進委員、市民スポーツ普及員が指導します。どなたでも受講できます。



時間▶19:00~21:00 保険料▶1回30円 定員▶各20人

9月12日(水)…土崎小学校体育館でミニテニス

9月19日(水)…飯島南小学校体育館でミニテニス

9月26日(水)…土崎南小学校体育館でフロアカーリング

申し込み スポーツ振興課☎(866)2247

運動と趣味の教室

会場・申し込みはサンライフ秋田(八橋)。9月15日(土)午
前10時から電話が窓口で受け付け。☎(863)1391

教室名(対象)	日程	受講料	先着
わく楽フィットネス (20歳以上)	10月5日(金)▶12月14日(金) 毎週金曜日、18:30~19:45	8,400円	25人
骨盤引き締めサン・エアロ (25歳以上)	10月10日(水)▶12月12日(水) 毎週水曜日、18:00~19:15	8,400円	25人
骨盤引き締めメディアムエアロ (20歳以上)	10月5日(金)▶12月14日(金) 毎週金曜日、10:00~11:15	8,400円	25人
リズム体操&ストレッチ (25歳以上)	10月10日(水)▶12月12日(水) 毎週水曜日、10:45~12:00	8,400円	25人
やさしい社交ダンス(Step1) (20歳以上)	10月6日(土)▶12月15日(土) 毎週土曜日、10:00~12:00	9,450円	26人
パッチワーク(初級) (20歳以上)	10月11日(木)▶12月20日(木) 毎週木曜日、10:00~12:00	9,450円 (別途材料費あり)	15人
フラワーアレンジメント (20歳以上)	10月11日(木)▶12月6日(木) 隔週木曜日、18:30~20:30	4,720円 (別途材料費あり)	15人
謡曲(喜多流) (20歳以上)	10月6日(土)▶12月15日(土) 毎週土曜日、18:00~20:00	7,560円	20人
疲労回復と至福の時(運動編) (20歳以上の女性)	10月6日(土)▶12月15日(土) 毎週土曜日、10:30~11:45	8,400円	20人
ヨガで癒す心と身体 (20歳以上の女性)	10月10日(水)▶12月12日(水) 毎週水曜日、13:30~14:45	8,400円	20人
心と身体の本極拳 (20歳以上)	10月9日(火)▶12月11日(火) 毎週火曜日、18:30~20:00	8,400円	20人
癒しのストレッチ&ピラティス (20歳以上)	10月5日(金)▶12月14日(金) 毎週金曜日、10:30~11:45	8,400円	20人
バランスボールで姿勢美人 (20歳以上)	10月9日(火)▶12月11日(火) 毎週火曜日、10:30~11:45	8,400円	20人
気分爽快ジャズダンス (20歳以上)	10月11日(木)▶12月13日(木) 毎週木曜日、19:00~20:15	8,400円	20人



放送日程は
広報広聴課へ!
☎(866)2034



5分間テレビ番組
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~

AAB いきいき秋田市から
月・水 午後2時50分~

AKT こんばんは秋田市から
水 午後10時54分~

9/7(金)

9/12(水)

9/14(金)

9/19(水)

●まもなく開幕! 秋田ノーザンブレッツ

●市民リポーターが紹介~佐竹史料館企画展

●市民リポーターが紹介~みるかネット・くるりん周遊バス

●救急救命士が新たに行う医療処置

※番組内容は、変更になる場合があります。

※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。

ABSおはよう秋田市長です(月1回)

9/30(日)午前7時30分~7時45分 ●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~

エフエム橋台 午後スタ

毎週水 午後2時00分~

●「美短祭」を紹介

●ワンコインバスを利用しよう!

●「広報あきた」から



案内

- ・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

招福狐行列の子狐を募集

10月13日(土)15:00から通町商店街で行う招福狐の行列にキツネのメイクで参加してくれる4歳～小学3年生のお子さんを募集します。参加費1,000円。定員20人(衣装サイズは先着順)。
申込▶はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、身長、性別を書いて、9月17日(月)(必着)まで、〒010-0912保戸野通町3-26 招福狐の行列実行委員会事務局 ☎(862)6837

弥生っこ村ボランティアを募集

地蔵田遺跡弥生っこ村(御所野)で史跡の補修や見学者の案内などをしてくれるボランティアを募集しています。
申込▶文化振興室 ☎(866)2246

河辺せせらぎ写真コンテスト

「河辺観光スポットの四季」をテーマにした写真を10月5日(金)まで募集中! 入賞者には河辺特産品をプレゼント。入賞作品は観光PRに使用します。
問▶河辺の郷自治協議会 ☎(882)5302

チャリティバザーを開催

食品、雑貨などを出品。縁日なども。収益は被災地支援などに充てられます。
日時▶9月23日(日)10:00～15:00
会場▶秋田市にぎわい交流館2階
問▶国際ソロプチミスト秋田歳入委員会 ☎(836)1607

組合病院救急センターが工事中

秋田組合総合病院の救急センターは10月中旬まで改修工事中です。診察場所が通常と異なるなどご不便をおかけしますがご協力をお願いします。
問▶秋田組合総合病院 ☎(880)3000

各種無料相談へどうぞ

人権相談…高齢者や障がい者に対する虐待などの相談に電話で応じます。9月10日(月)～14日(金)の8:30～19:00と、15日(土)・16日(日)の10:00～17:00
相談専用電話▶☎0570-003-110
調停相談会…離婚、相続、多重債務、交通事故などの相談に応じます。9月14日(金)10:00～15:00、裁判所合同

庁舎(山王七丁目)で。**問**▶秋田調停協会 ☎(824)3121(内線128)

法務局休日相談所…登記、戸籍、人権などの相談に応じます。9月23日(日)10:00～16:00、イオンモール秋田3階(御所野)で。

問▶秋田地方法務局 ☎(862)1428
法律相談…法律、相続などの相談に河合基裕弁護士が応じます。9月24日(月)10:00～12:00、市老人福祉センターで。先着6人。**申込**▶9月10日(月)10:00から市社協ふれあい福祉相談センター ☎(863)6006(電話のみ)
多重債務相談会…弁護士や司法書士が応じます。9月27日(木)・28日(金)、9:00～15:30、市民相談センター(市役所1階)で。事前予約が必要です。当日は関係書類をお持ちください。
問▶市民相談センター ☎(866)2016

健康

- ・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

はずむスポーツ都市 市民スポーツ祭

カヌー体験会…9月23日(日)10:00～12:00、岩見川特設会場(河辺)で。参加費1,000円、高校生以下500円。

申込▶9月18日(火)まで秋田市カヌー協会の石塚さん ☎(839)7859

陸上競技…10月6日(土)・7日(日)、9:00～、県営陸上競技場(雄和)で。参加費1,000円、中学生800円、小学生600円。**申込**▶9月22日(土)まで秋田市陸上競技協会の佐藤さん ☎(864)1625

ソフトテニス…会場は八橋テニスコート。①一般▶10月7日(日)12:00～。参加費500円。②小・中学生▶10月8日(月)9:00～。参加費は中学生500円、小学生250円。**申込**▶9月24日(月)まで秋田市ソフトテニス連盟の加藤さん ☎090-2277-3143

弓道…10月8日(月)9:30～、一つ森公園弓道場で。**申込**▶Eメールか電話で9月24日(月)まで秋田市弓道連盟の小松原さん ☎(889)6789

Eメール onoba693@ybb.ne.jp

老若男女テニス交流会

1チーム4人以上(年齢性別問わず)、ダブルス2組で試合。定員32チーム。
日時▶9月28日(金)8:30～

会場▶北野田公園テニスコート(河辺)
申込▶秋田市総合振興公社 ☎(829)0221

ぶりこ・はたはたテニス大会

10月3日(水)、県立中央公園テニスコート(雄和)で開催。女子ダブルスC級・D級(参加費1組3,200円)とチーム戦(50歳以上のかた。参加費1人1,600円)。

申込▶9月13日(木)まで日本女子テニス連盟の辻さん ☎080-1826-0552

グラウンド・ゴルフ交流大会

日時▶10月8日(月)9:00～14:00

会場▶太平山グラウンド・ゴルフ場

参加費▶1,000円 **定員**▶320人

申込▶9月28日(金)まで秋田市グラウンド・ゴルフ協会 ☎(845)7338

社交ダンスパーティー

日時▶9月22日(土)18:00～20:00

会場▶秋田テルサ(御所野) **入場料**▶前売り1,000円(テルサ、サンライフ秋田、西部体育館で販売)、当日1,300円
問▶秋田テルサ ☎(826)1800

ビューティヘルスセミナー

40歳～64歳の女性が対象です。講話や調理実習、運動(ピラティス)など。
日時▶10月2日(火)・18日(木)・30日(火)、11月13日(火)、10:00～12:00(11月13日(火)は14:00まで)の全4回
会場▶市保健センター **先着**▶25人
申込▶9月11日(火)8:30から保健予防課 ☎(883)1178

65歳以上のかたへ いきいきサロン

時間は10:00～12:00。

①大森山老人と子ども家 ☎(828)1651…9月11日(火)「ハーモニカ演奏」

②八橋老人いこいの家 ☎(862)6025…9月12日(水)「3B体操」

③雄和ふれあいプラザ ☎(886)5071…9月19日(水)「3B体操」

④飯島老人いこいの家 ☎(845)3692…9月20日(木)「太極拳」

60歳以上のかたへ 敬老マッサージ

手ぬぐいを持って直接会場へ。

日時▶9月18日(火)13:00～15:00

会場▶秋田県立盲学校(上北手)

問▶秋田県立盲学校 ☎(889)8571

市保健所の健康相談

会場▶市保健センター(八橋南一丁目)

申込▶9月10日(月)8:30から保健予防課 ☎(883)1178

①歯科健康相談…虫歯や歯周病などの