

14:00まで) **会場**市保健センター
申込▶9月9日(月)8:30から保健予防課☎(883)1178

しりつびょういん きょうしつ 市立病院の教室



会場は市立秋田総合病院2階講堂。車でお越しのかたには、駐車場の無料スタンプを押します。詳しくは市立秋田総合病院へ。☎(823)4171

■**感染予防教室**…夏から秋にかけて流行する食中毒の予防について、栄養士・看護師が話します。

日時▶9月9日(月)13:30~14:30

■**呼吸教室**…運動療法や自宅で使う呼吸ケア機器などについて、理学療法士、臨床心理士、看護師が講話。

日時▶9月12日(木)13:00~14:10

■**緩和ケア教室**…がん患者の口腔ケアについて、医師が話します。

日時▶9月19日(木)13:30~14:30

はずむスポーツ都市 市民スポーツ祭

■**カヌー体験会**…日時▶9月22日(日)10:00~ **会場**岩見川特設会場(河辺)
参加費▶1,000円(高校生以下500円)
申込▶9月19日(木)まで秋田市カヌー協会の石塚さん ☎(839)7859

■**陸上競技**…日時▶10月5日(土)・6日(日)9:30~ **会場**▶八橋陸上競技場

参加費▶1,000円(中学生800円、小学生600円) **申込**▶9月20日(金)まで秋田市陸上競技協会の安田さん

☎090-4479-3166

■**テニス(ミックスダブルス)**…日時▶10月6日(日)9:00~ **会場**▶八橋テニスコート **参加費**▶1チーム4,000円

申込▶9月26日(木)まで秋田市テニス協会の土舘さん ☎090-1370-2947

■**ゲートボール**…日時▶10月9日(水)9:00~ **会場**▶あきたスカイドーム(雄和) **参加費**▶1人600円 **申込**▶9月30日(月)まで秋田市ゲートボール協会の菅原さん ☎(824)5494

■**レスリング**…日時▶10月13日(日)9:30~ **会場**▶秋田商業高校

申込▶9月30日(月)まで秋田市レスリング協会の宮原さん ☎(862)3237

■**ソフトテニス**…会場は八橋テニスコート。申し込みは、9月24日(火)まで秋田市ソフトテニス連盟の三浦さんへ。☎090-7337-6918

■**一般の部**▶10月13日(日)12:00~。参加費1ペア1,000円 小・中学生の部▶10月14日(月)9:00~。参加費1ペア1,000円(小学生は500円)

■**弓道(一般の部)**…日時▶10月14日(月)9:30~ **会場**▶一つ森公園弓道場

申込▶9月30日(月)まで秋田市弓道連

盟の小松原さんへ☎(889)6789またはEメールで。onoba693@ybb.ne.jp

けいじばん みんなの掲示板④

■**健康セミナー**…講師は秋田栄養短大名誉教授の田中玲子さん。

日時▶9月22日(日)14:00~16:00

会場▶にぎわい交流館4階 **問**▶秋田ゾントクラブの中道さん☎(846)8181

■**ぶりこ・はたはたテニス大会**…開催日▶10月2日(水) **会場**▶県立中央公園(雄和) **内容**▶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(金)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14日(月)8:00~14:00

会場▶グリーンパル(太平山リゾート公園内) **参加費**▶1人1,000円 **定員**▶320人 **申込・問**▶10月3日(木)まで参加費を持ってグリーンパルへ。詳しくは秋田市グラウンド・ゴルフ協会の高橋さん☎(845)7338

■**バザー&イキイキ若返りDay**…体操、健康相談など。日時▶9月14日(月)10:00~14:00 **会場**▶ごろりんはうす(県立図書館後ろ) **問**▶NPO法人あきた福祉共生会☎(893)6991



高齢のかた向けの健康や生活に関する教室・講座です。すべて無料。お気軽にご参加ください。

介護予防教室 地域型はつらつくらぶ

対象▶65歳以上で要支援・要介護認定を受けていないかた

内容▶健康運動や講話など

日時▶10月9日(水)から来年3月までに毎月2回開催、10:00~11:30 **会場**▶五十嵐記念病院6階ホール(土崎) **定員**▶20人

申込▶9月25日(水)まで土崎地域包括支援センター永覚町

☎(846)6471

秋田県立盲学校 敬老マッサージ

あん摩・マッサージ・指圧など。手ぬぐいを持って直接会場へ。

対象▶60歳以上のかた

日時▶9月17日(火)13:00~15:00

会場・問▶秋田県立盲学校(上北手)☎(889)8571

老人クラブ連合会 シルバー文化祭



各クラブによる歌や踊りなどの芸能発表。直接会場へどうぞ。

日時▶9月18日(水)10:00~15:00

会場▶文化会館大ホール

問▶秋田市老人クラブ連合会

☎(866)1341(内線131)

いきいきサロン

65歳以上のかたが対象です。時間はいずれも10:00~12:00。直接会場へお越しください。

★**ハーモニカ演奏を楽しもう**

日時▶9月10日(火) **会場**▶大森山老人と子どもの家☎(828)1651

★**3B体操**…動きやすい服装で。

日時▶9月11日(水) **会場**▶八橋老人いこいの家☎(862)6025

★**作って楽しい布草履教室**…必要な持ち物がありますので、会場にお問い合わせください。

日時▶9月19日(木)、10月10日(木)、11月21日(木)、12月19日(木)

会場▶雄和ふれあいプラザ

☎(886)5071

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

しょうふくぎつねぎょうれつ こぎつね ほしゅう 招福狐行列の子狐を募集

10月12日(土)15:00から通町商店街で行われる「招福狐の行列」に、狐のメイクで参加するお子さんを募集します。参加費1,000円。

対象▶4歳～小学3年生(保護者の同伴が必要。保護者も狐メイクで)

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16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

むりょうそうだん 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。9月9日(月)～13日(金)の8:30～19:00と、14日(土)・15日(日)の10:00～17:00

専用相談電話▶☎0570-003-110

■精神障がい者家族相談…けやき会の相談員が応じます。**日時**▶9月20日(金)10:00～15:00 **会場**▶市老人福祉センター2階和室 **問**▶NPO法人秋田けやき会☎(833)1580

■法律相談…法律、相続などの相談に上野裕幸弁護士が応じます。

日時▶9月30日(月)10:00～12:00

会場▶市老人福祉センター **先着**▶6人

申込▶9月9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)

みんなの掲示板③



■在宅介護者のつらい…寝たきりや認知症のかたなどを介護する悩みを語り合う場です。**日時**▶9月20日(金)13:30～15:00 **会場**▶市保健センター

問▶代表の廣田さん ☎(863)0935

■死別の苦しみ・悲しみを語る集い…大切な人を失った苦しみや悲しみを分かち合う場です。遺族の個人ケアも(15:00～)。**日時**▶9月21日(土)13:00～15:00 **会場**▶県社会福祉会館 **お茶代**▶300円 **申込**▶9月20日(金)まで

秋田グリーンケア研究会☎080-5000-8706(平日10:00～16:00)

■成年後見制度公開講座…制度の説明。**日時**▶9月14日(土)①講座13:00～16:00 ②相談会16:00～ **会場**▶秋田県司法書士会館(山王) **問**▶リーガルサポートあきたの小玉さん ☎(846)7173

■成年後見制度の講座と相談所…成年後見制度をテーマにした市民講座と、公証人・司法書士が応じる相続・遺言相談。相談は定員20人。**日時**▶10月24日(木)①講座13:30～14:30 ②相談14:30～16:30

会場▶秋田地方法務局(山王) **申込**▶秋田地方法務局総務課☎(862)1428

■子ども作文コンクール…小学3年～6年生を対象に、「私の住むまち」をテーマにした作品を募集します。原稿用紙2枚(800字程度)。応募者全員に記念品を贈呈。9月27日(金)までに各学校へ提出してください。

問▶秋田県印刷工業組合☎(823)0413

■管理理容師・美容師資格認定講習会

…**対象**▶9月18日(水)までに、理容師・

美容師免許登録から3年以上業務に従事したかた **日程**▶10月21日(月)・28日(月)、11月11日(月) **定員**▶50人 **受講料**▶18,000円 **会場**▶県社会福祉会館(旭北栄町) **申込**▶9月18日(水)まで(公財)理容師美容師試験研修センター☎022-721-6366

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

こうざ こころ けんこう 講座「心の健康について」

心の疲労やストレス、身近な人の心の変化に気づいた場合の対処について、メンタルクリニック秋田駅前の稲村院長がお話します。先着90人。

日時▶9月26日(木)18:30～20:00

会場▶サンパル秋田(文化会館内)

申込▶9月9日(月)9:00から生涯学習室☎(866)2245またはEメールで

アドレス ro-edlf@city.akita.akita.jp

けんこう こころ こうざ こころの健康アップ講座

健康運動指導士による呼吸法やストレッチの実技指導。先着30人。

日時▶9月28日(土)10:00～11:30

会場▶市保健センター(八橋)

申込▶9月9日(月)8:30から健康管理課☎(883)1180

ビューティーヘルスセミナー

健康についての講話や調理実習、エクササイズなど。定員25人(抽選)。

対象▶40歳～64歳の女性 **日時**▶10月3日(木)・17日(木)・31日(木)、11月14日(木)、10:00～12:00(最終日は



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

金曜日 11:25～
土曜日 11:40～
日曜日 11:55～

9/6(金)

●市民リポーターが紹介・国重要文化財「三浦館」

9/11(水)

●秋田市ほっと情報

AAB いきいき秋田市から

月・水曜日 13:55～

9/13(金)

●開園40周年! 大森山動物園

9/18(水)

●市民リポーターが紹介・秋田市の誘致企業

AKT こんばんは秋田市から

水曜日 22:54～

*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

わがまち大好き秋田市長です(月1回)

9/28(土) 11:00～11:15 ●秋田市の北部地域を探訪

エフエム秋田 秋田市マンデー555

毎週月曜日 17:55～

ABSラジオ 秋田市今週のいちネタ

毎週火曜日 10:30～

エフエム樺台 午後スタ

毎週水曜日 14:00～

●歯周疾患検診を受けましょう

●千秋美術館「細見美術館名品展」

●“広報あきた”から

