



東北六魂祭



東北六魂祭公式キャラクター ロックン

東北六魂祭

東北の心はひとつ、さらに前へ。

5月30日(土)・31日(日) いよいよ開催!

東北六魂祭特集は4・5ページに



特集

健康な 今こそ受けよう がん検診
 集団健診・日曜健診・乳がん検診

◆目次は2ページに掲載しています

平成27年(2015)

5月1日号
 NO.1840



高木美保さん

大森山動物園 名誉園長講演会

「動物園で感じた命の絆」

5月16日(土)14:00~15:30

西部市民サービスセンター

参加無料 定員300人

この春大森山動物園の名誉園長に就任した、女優・高木美保さんの講演会です。動物園を訪れ、感じた、命の絆の大切さについてお話します。ぜひお越しください。

申し込み

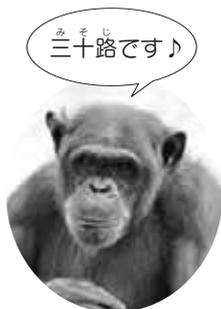
電話またはFAX、Eメールのいずれかで、代表者の住所、氏名、連絡先、参加人数をご連絡ください。

大森山動物園 ☎(828)5508・FAX(828)5509

Eメール ro-inzo@city.akita.akita.jp

チンパンジー「ココ」の誕生日会

メスのチンパンジー「ココ(1985年5月13日生まれ)」の30歳の誕生日会を、5月10日(日)14:00から開催します！野菜や果物などで作った特製ケーキでお祝いします。参加者にはすてきなプレゼントもあるよ！



動物園入園料 一般720円、高校生以下無料

開園時間 9:00~16:30(入園は16:00まで)

アルヴェとミルヴェの「命」のコラボレーション

日時▶5月24日(日)10:30~15:30

テーマ▶足の秘密

動物たちの“足の秘密”をテーマに、アルヴェ4階の自然科学学習館でクイズに挑戦した後、バスで大森山動物園へ移動し、獣医師の講話や体験学習を行います。

参加には大森山動物園の入園料(高校生以下無料、一般720円。年間パスポートの使用可)が必要です(昼食は各自)。先着30人。小学3年生以下のお子さんは保護者同伴でどうぞ。



何の足か分かるかな

申し込み 5月12日(火)16:00から
自然科学学習館 ☎(887)5330

どうぶつサイエンス



表紙のはなし♪

東北の6つの祭りを披露する六魂祭公式キャラクター・ロックんの6変化です。本番まであと1か月。どの祭りも早く間近で見たいですね。待ちきれない！

3 市長コラム「光の力」

4 東北六魂祭

東北の心はひとつ、さらに前へ。

6 新庁舎本体が来年3月完成

7 市役所からのお知らせ

…5/24 雄物川の一斉清掃、
児童手当の手続きを忘れずに、
春の全国交通安全運動、
自立した生活に向け支援

10 健康な今こそ受けよう がん検診 集団健診、日曜健診、乳がん検診

14 育児コーナー

…乳幼児健診日程、育児イベント

16 市政トピックス

…新たな文化財、民生委員・児童委員

17 情報チャンネルa

…プレミアム付き商品券を発行、
団体向け施設見学会、
みんなで行こう みゅーじあむ！、
脳の健康教室、チャレンジデー、
講座、催し、案内、健康

24 セリオンがリニューアルオープン！

■編集発行=秋田市広報広聴課 ☎018(866)2034

■〒010-8560 秋田市山王一丁目1番1号

■広報あきたは毎月第1・第3金曜日発行です。

公式ホームページ <http://www.city.akita.akita.jp/>

公式ツイッター <https://twitter.com/akitacity>

秋田市役所Facebookページ

<https://www.facebook.com/city.akita>

日々初心

市長コラム・日々初心
市長 ● 穂積 志(もとむ)



東北が一つになる瞬間をみなさんと
(写真は東北六魂祭2014山形の様子)

光の力

2011年3月11日午後2時46分、私は市長室で執務中でした。グラググッときた瞬間、揺れの大きさと時間の長さから、「これはただ事ではない」と察しましたが、津波の被害といい、福島原発事故といい、まさかあれほどの大震災になるとは思いも及びませんでした。テレビのニュースで最初に飛びこんできたのは確か、名取市^{なりあけ}閉上地区の津波被害の報告だったかと記憶していますが、その後次々と伝えられる映像は、現実のものとは思えないほど悲惨なものでした。

あれから4年。東日本大震災により亡くなったかたの鎮魂と早期の復興を願い、東北の代表的な夏祭りが勢ぞろいする東北六魂祭がいよいよ今月の30日・31日、ここ秋田市を会場に行われます。そして今回初めて、夜の開催となります。ということとは、六魂祭で初めて竿燈の提灯に灯がともることになります。メインイベントの祭りパレードは山王大通りを西へ、臨海十字路に向かってスタートします。30日夕刻、西の空に太陽が沈む頃、夜空に竿燈の灯が浮かび上がります。

竿燈にはこれまで、祭り本番に宮古市や釜石市、多賀城市の被災されたかたや秋田県内に避難していたみなさんを招待しています。また、震災の年の9月、大船渡市で演技を披露した際には、高齢の女性が感激のあまり、私の手を握り離さなかったこともありました。竿燈の明かりは暗闇を照らすだけでなく、人の心に希望の灯をともしてくれれば、そのとき確信しました。

3・11の夜、被災した太平洋側の地域は、満天の星空だったそうです。光には力があります。被災し傷ついた人びとの目には、何か特別な星の光に映ったのではないのでしょうか。



「希望の灯」をともします

◆秋田市ホームページで市長の動向や記者会見の内容などをお伝えしています。
「市長ほっとコーナー」<http://www.city.akita.akita.jp/city/mayor/>



福島わらじまつり



盛岡さんさ踊り



青森ねぶた祭



秋田竿燈まつり



山形花笠まつり



仙台七夕まつり
(写真は仙台すずめ踊り)

東日本大震災による犠牲者の鎮魂と早期復興を願うとともに、東北の絆を一層強める一大イベント「東北六魂祭2015 秋田」の開催まであと1か月となりました。

当日は、パレード会場を中心に、市街地周辺ではさまざまな催し物が行われます。みなさんもぜひ会場にお越しいただき、「東北の元気」を体感してください！詳しい内容は、東北六魂祭公式ホームページまたは次回広報あきた5月15日号をご覧ください。

東北の心はひとつ、さらに前へ。



5月30日(土)10:00~20:00
31日(日)10:00~17:00

秋田市観光案内所 ☎(832)7941
観光物産課 ☎(866)6642(平日)
<http://www.rokkon.jp>

問い合わせ
ホームページ

東北六魂祭 検索

東北六魂祭の今年の一文字テーマは「輝」。右の一筆は、若き書道家・高橋卓也さん(盛岡市)によるものです。



東北六魂祭会場周辺の交通規制にご理解とご協力をお願いします。

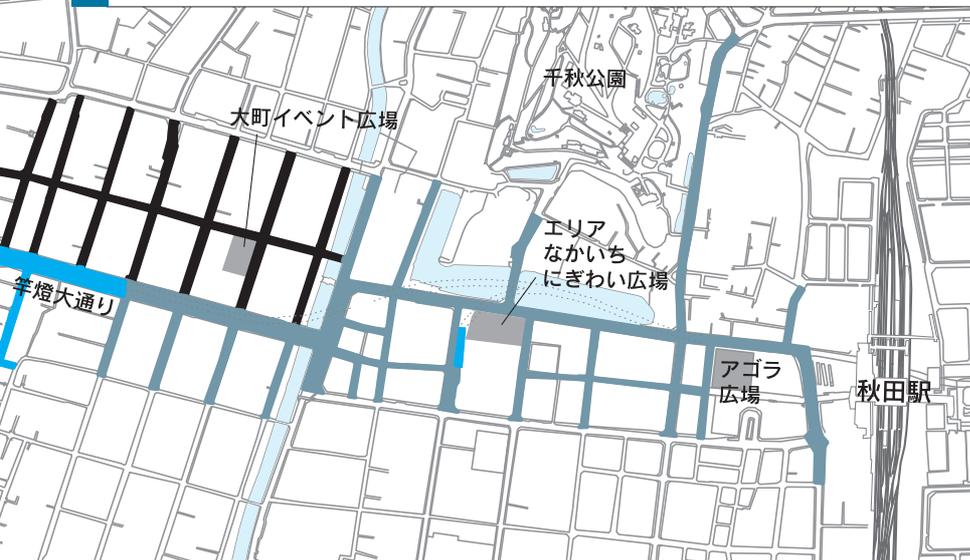
規制時間

30日(土)9:00~22:00
一次規制 31日(日)9:00~19:00

30日(土)12:00~22:00
二次規制 31日(日) 9:00~19:00

30日(土)15:00~22:00
三次規制 31日(日)11:00~19:00

* 秋田中央道路を含む。



東北六魂祭当日の5月30日(土)31日(日)は、1日当たり10万人を超す県内外の来場者が予想されます。来場するかたを安全・安心に受け入れるため、当日は秋田駅から臨海十字路まで、広い範囲で大規模な車両(自転車も含む)の交通規制を行います。市民のみなさんご理解とご協力をお願いします。

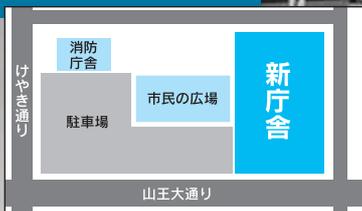




■問い合わせ 新庁舎建設室 ☎(866)8915
 ■ホームページ <http://www.city.akita.akita.jp/city/gn/op/>



見えてきた！新庁舎



新庁舎位置図

来年3月、 新庁舎本体が完成！

平成28年3月の本体部分の完成をめざし、工事は順調に進んでいます。日に日に建物の姿が見えるようになってきており、現在(4月中旬)は2階の築造に着手しています。

今後、地上部分の主要な構造体を作る躯体工事が7月下旬まで続き、年内には内外装工事が完了する予定です。工事期間中、騒音などをご迷惑をお掛けしますが、引き続きご理解のほどよろしくお願ひします。

■新庁舎概要

構造▶鉄筋コンクリート造(免震構造)
 階数▶地上6階、地下1階
 高さ▶約30m
 敷地面積▶約2万5千900㎡
 延べ面積▶約3万1千㎡

- ▶「5本の柱」で「秋田らしい新庁舎」づくり
- ▶市民に親しまれ、市民サービスの向上を実現する、人によさしい庁舎
- ▶防災拠点となる、市民に安全・安心な庁舎
- ▶環境共生へ取り組む、地球によさしい庁舎
- ▶秋田の地域性を生かし、周辺環境と調和した庁舎
- ▶今ある資産を活用し、長く使い続けられる庁舎



新庁舎建設工事 第2回現場見学会

対象▶市内在住で小学4年生以上のかた(小学生は保護者同伴)

日時▶5月24日(日)の①午前10時～11時30分、②午後0時30分～2時、③午後3時～4時30分

集合場所▶市役所本庁舎2階正庁

工事の概要と進捗状況の説明の後、現地を見学します。見学会では、免震装置の見学、免震体験車(下写真)や工事車両の乗車体験などを行います。参加無料。定員は各回40人。動きやすい服装でどうぞ。



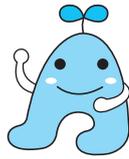
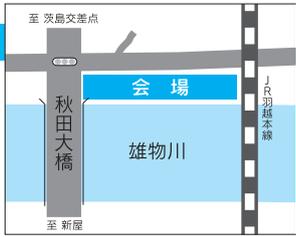
*高血圧、心臓疾患があるかた、妊娠中のかたの免震体験車への乗車はご遠慮願ひます。また、状況により乗車をお断りする場合があります。

往復はがき、FAX、Eメールのいずれかで、見学希望回、氏名(1通で4人まで)、住所、電話番号、FAX番号(お持ちのかた)を書いて5月15日(金)までお申し込みください。電話では受け付けません。

〒010-8560 秋田市新庁舎建設室 FAX(866)8916
 Eメール ro-gnop@city.akita.akita.jp

申し込み(応募多数の場合は抽選)

市役所からの お知らせ



●文中「SC」はサービスセンターの略です。

コンポスターを使った 生ごみ堆肥づくり講座

コンポスター(生ごみ堆肥化容器)の活用法や、堆肥化の促進剤を身近なもので作る方法などを学びます。時間は午前10時～11時30分。受講無料。定員各25人。

開催日と会場

5月22日(金)雄和市民SC

23日(土)南部市民SC

24日(日)河辺市民SC

●申し込み 5月7日(木)午前8時30分から環境都市推進課

☎(866)2943

みんなで雄物川を きれいにしよう!

みんなの雄物川をきれいにするため、毎年、流域8市町村の住民が一斉清掃を行っています。ぜひご参加ください。

日時▶5月24日(日)午前8時～9時30分(小雨決行)

集合場所▶雄物川右岸(秋田大橋たもと茨島側)

申し込み▶5月20日(水)まで電話またはEメールで。

環境保全課 ☎(866)2075

スポーツ大会出場者に 補助します

学校教育活動以外のスポーツ活動で、秋田県大会以上の予選大会で3位以内の成績を収め、県外で開催する東北または全国規模の大会へ出場する小・中学生へ補助金を交付します。

対象にならない大会もありますので、お問い合わせください。

問い合わせ

☎(866)2247

就職に役立つ資格の 取得に助成します

市では、就職などに役立つ資格を取得した際の受講料・受験料などに助成しています。この4月から対象者の年齢制限がなくなりました。

対象▶平成27年3月1日(35歳以上)のかたは3月6日以降に資格を取得し、次のどれか一つにあてはまるかた

- ①求職者 ②非正規雇用者
- ③再就職のために学校に入学し、資格を取得したかた

対象資格▶ホームヘルパー、介護福祉士、看護師、社会福祉士、保育士、医療事務、大型自動車免

許、土木施工管理技士など
助成額▶受講料・受験料などの2分の1(上限は10万円)

問い合わせ

☎(866)2114

軽自動車税の 減免手続きはお早めに

平成27年度軽自動車税の納税通知書を5月1日(金)に発送予定です。なお、次の車両には減免制度があります。減免申請の期限は5月25日(月)。

減免対象車

- ・身体に障がいがあるかたが所有し、使用するもの(障がいがあるかた1人につき1台)
- ・身体に障がいがあるかたが使用するために改造したもの
- ・居宅介護、訪問介護などを行う事業者が、その事業のために使用するもの

申請窓口

市民税課13番、河辺・雄和の各市民SC

軽自動車税の税率の引き上げの 延長とグリーン化特例の実施

3月に「地方税法等の一部を改正する法律」が公布され、原動機付自転車、小型特殊自動車、二輪の軽自動車、被けん引車、雪上車、二輪の小型自動車の税率の引き上げが1年延期されました。

また、平成27年度中に新規取得した一定の環境性能を有する三輪・四輪以上の軽自動車には、平成28年度に、その性能に応じて税率を軽減する「グリーン化特例」が適用されます。

問い合わせ

☎(866)8944

児童手当の手続きは お忘れなく

児童手当は、中学3年生まで(15歳になった最初の年度末まで)の児童を養育しているかたへ支給されます。出生などで新たに対象になる場合は、申請月の翌月分から支給対象です。

ただし、月末に事由(誕生日、前住所地の転出予定日、施設退所日など)が発生した場合、その翌日から15日以内の申請であれば、事由発生の翌月分から支給できますので、遅れずに申請してください。

公務員(独立行政法人職員を除く)は、児童手当が勤務先から支給されます。採用、派遣、退職などにより、勤務先から認定または消滅となる時は、お住まいの市町村への手続きが必要な場合があります。

なお、児童手当現況届は5月末に発送予定です。

問い合わせ

☎(866)2072

市役所からの お知らせ



*市の事業について、詳しくは各課へお問い合わせいただくか、秋田市ホームページをご覧ください。http://www.city.akita.akita.jp/

●文中「SC」はサービスセンターの略です。

春の全国交通安全運動

5月11日(月)から20日(水)までは「春の全国交通安全運動」期間、また、5月20日(水)は「交通事故死ゼロを目指す日」です。

特に、子どもと高齢者の事故防止を徹底しましょう。

守ろう！自転車の安全利用五則

- ① 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- ② 車道は左側を通行
- ③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- ④ 安全ルールを守る



・飲酒運転、二人乗り、並進(並んで走行)の禁止
・夜間はライト点灯、信号を守る、交差点での一時停止と安全確認

- ⑤ 子どもはヘルメットを着用
- お問い合わせ
交通政策課 ☎(866)2035

自立した生活に向け 支援を行います

働きたくても働けない、住む所がないなど、生活全般にわたる困

りごとの相談窓口を、福祉総務課内に開設しました。

生活の困りごとや不安を抱えている場合、支援員が相談を受け、どのような支援が必要かを一緒に考え、自立に向けた具体的な支援プランを作成します。

離職などにより住宅を失ったかたや失う恐れの高いかたには、就職に向けた活動を行うことなどを条件に、一定期間、家賃相当額を支給します。

また、お子さん(中学生向け)に對しては、社会的な居場所づくりや進学のための学習に関する指導など、必要な支援を行いますので、まずはご相談ください。

●お問い合わせ 福祉総務課生活支援担当(市福祉棟1階)
☎(866)6646

土地区画整理審議会委員の選挙人名簿の縦覧

秋田駅東第三地区土地区画整理審議会委員補欠選挙の選挙人名簿を次のとおりご覧いただけます。選挙は7月12日(日)の予定です。

縦覧期間▶5月25日(月)から6月7日(日)まで、午前8時30分〜午後5時15分

縦覧場所▶秋田駅東地区土地区画整理工事事務所(手形字山崎44番地3) ☎(834)2204

北部墓地の使用者を募集します

北部墓地(飯島100区画(4㎡)の使用者を募集します。永代使用料などはお問い合わせください。

対象(次のすべてを満たすかた)

- ・市内に住所か本籍があるかた
- ・市内に住所があり、独立した生計を営む保証人を届け出できるかた

・遺骨がありながら墓地がなく寺院や自宅に保管している、または改葬(現在の墓地から遺骨すべて移すこと)を希望するかた

受付日時▶5月1日(金)から12月25日(金)までの平日
受付窓口▶生活総務課(市役所分館3階) ☎(866)2074

5月は市税完納 強調月間です



平成26年度分までの市税に未納があるかたは、5月中に納付されるようお願いいたします。市税の納付には、納め忘れがなく、手続きも簡単に便利な口座振替をご利用ください。

なお、今月納期の市税は、軽自動車税全期と固定資産税第1期です。納税通知書は、軽自動車税が5月1日(金)、固定資産税が5月8

日(金)に発送予定です。納期限はいずれも6月1日(月)。

休日納付窓口をご利用ください

次の日時に、市役所2階の納税課に休日納付窓口を開設します。市県民税、固定資産税、軽自動車税などの納付を受け付けるほか、納付相談にも応じます。

開設日▶5月16日(土)・17日(日)・23日(土)・24日(日)、午前8時30分〜午後5時15分

●お問い合わせ
開設場所▶市役所2階納税課
納税課 ☎(866)2058

オール秋田市で農産加工品を売り込みます!

秋田市農産加工品等販売促進協議会は、秋田市産の農産物を使用した加工品の販売促進に取り組み農業者などで構成する団体です(現在27会員)。

同会では、新規会員を募集しています。販路開拓や販売促進に取り組むかたは、お気軽にご相談ください。

活動内容▶県内外の物産展やイベントなどに出店し、農産加工品の販売を行うほか、インターネットやパンフレットなどで商品をPRします

●お問い合わせ 農林総務課6次産業担当 ☎(866)2115

●人口▶316,297人(-1,534)…3月分 出生▶188人
 ・男▶148,620人(-876) 死亡▶296人
 ・女▶167,677人(-658) 転入▶2,156人
 *1年前の人口▶318,186人 転出▶3,582人
 ●世帯▶134,630世帯(-154) ()内は前月比



4月2日、穂積市長へ報告に訪れた布谷博理事長(中央)と尾形一美専務理事

表彰おめでとうございます

秋田市がESCO事業(※)として行った、「町内防犯灯LED化事業」を受託している秋田電気工事協同組合が、「がんばる中小企業・小規模事業者300社」に選ばれ、経済産業大臣から表彰されました。

事業協同組合としては、このような事業に全国で初めて取り組んだことが高く評価されました。

生活総務課 ☎(866)2036

※建物などの省エネ診断・施工・維持管理などを、民間の事業者が一括してサービス提供を行う事業のこと。

東北六魂祭当日は市役所への車の乗り入れが規制されます

5月30日(土)・31日(日)、東北六魂祭に伴う交通規制のため、次の日時は市役所へ車両の乗り入れができません。

また、周辺の混雑が予想されますので戸籍届出、自動交付機は各市民SCなどをご利用ください。ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

車両乗り入れ規制時間
 5月30日(土)午前9時～午後10時
 5月31日(日)午前9時～午後7時
SCなどでの戸籍届出の休日対応
 北部・西部の各市民SC

午前8時30分～午後9時30分
 河辺・雄和の各市民SC
 午前8時30分～午後5時15分
 駅前SC
 午前9時～午後5時
自動交付機の設置場所

●北部・西部・南部の各市民SC
 ●駅前SC ●秋田テルサ
 ●にぎわい交流館
 *利用時間は午前9時～午後5時(テルサのみ午前9時30分)。

●問い合わせ
 戸籍届出は市民課戸籍担当
 ☎(866)2073
 交通規制は観光物産課東北六魂祭担当 ☎(866)6642

5月は消費者月間です

平成27年度の消費者月間のテーマは、「みんなであつくりよう！消費者が主役の社会!!」です。

市民相談センター消費生活担当
 ☎(866)2016

■消費者講座
 5月28日(木)午後1時30分～3時、アルヴェエ2階多目的ホールで。犯罪被害防止ユニット「女組バスターズ」が、特殊詐欺の対処法などに関する寸劇を行うほか、消費生活相談員が、最近の消費者トラブルについて話します。

●問い合わせ
 受講無料。定員80人。市民相談センターへ申し込みが必要です。

■消費生活パネル展
 5月18日(月)から29日(金)までの平日、午前8時30分～午後5時15分、市役所1階の市民相談センター脇の通路で実施します。

■消費生活相談
 平日の午前8時30分～午後5時15分、市民相談センターで受け付けます。商品などの契約に関するトラブル、多重債務などの相談に応じ、問題解決の助言や情報提供などを行います。

山菜の食中毒にご注意ください

有毒な植物を山菜と間違えて食べ、食中毒にならないよう、正しい知識を身につけましょう。

■山菜はあまいな知識で食べな

いようにしましょう

- ・食用と判断できない植物は、絶対食べないようにしましょう
- ・新芽や根だけで種類を見分けるのは難しいことです。正しい知識、鑑別法は専門家の指導を受けましょう
- ・山菜採りでは、有毒植物が混ざらないように注意しましょう。
- ・シドケ(食用)とトリカブト(有毒)は間違えやすいので特に注意してください。また、畑や庭でもニラ(食用)とスイセンの葉(有毒)を間違えることも多いので注意しましょう

●問い合わせ
 衛生検査課 ☎(883)1181

仁井田の大久保古川橋が全面通行止めに

仁井田本町三丁目地内の古川に架かる大久保古川橋の補修工事に伴い、5月7日(木)から10月9日(金)まで全面通行止めになり、路線バスも迂回します。ご不便をお掛けしますが、ご協力願います。



●問い合わせ
 道路維持課
 ☎(864)3643

健康な 今こそ 受けよう がん検診

10～13ページは6月から始まる各種検診の案内です。また、検診実施医療機関や検診内容などを記載した「秋田市の健診ガイド」を、広報あきた5月15日号と同時配布しますのでご覧ください。

問い合わせ

保健予防課 ☎(883)1176～1178



1 医療機関で受ける各種検診

6月から市内医療機関で、各種検診を実施します。検診は自覚症状がない健康な人が受けるものです。健康な今こそ、自分自身のため、あなたを必要とする人のため、各種検診を受けましょう。

対象 秋田市に住民票があり、勤務先などで検診を受ける機会がないかた、または東日本大震災により秋田市に避難しているかた(受診希望のかたは保健予防課へお問い合わせください)

実施期間 大腸・前立腺・子宮頸がん検診と歯周疾患検診が来年2月まで、骨粗しょう症検診が12月まで

申込方法 広報あきた5月15日号と同時配布する「秋田市の健診ガイド」から医療機関を選んで、直接お申し込みください

持ち物 健康保険証

結果

大腸・前立腺・子宮頸がん検診は約6週間後に市から郵送します。骨粗しょう症・歯周疾患検診は受診医療機関でお受け取りください

*対象年齢は、来年3月31日時点の年齢です。

大腸がん検診：患者が急増中です。早期発見・早期治療で9割以上が完治します

対象 40歳以上のかた(治療中のかたを除く)
内容 問診、2日分の便潜血検査(検便)
料金 1千500円

前立腺がん検診

対象 50歳以上の男性(治療中のかたを除く)
内容 問診、血液検査 **料金** 1千500円

子宮頸がん検診：20歳代～30歳代にかけて患者が最も多くなっています。検診による早期発見で妊娠・出産も可能となります

対象 20歳～39歳の女性または40歳以上で、今年度偶数歳になる女性(経過観察、治療中を除く)

10～13ページの検診が無料になるかた

秋田市国民健康保険の被保険者 保険証をお持ちください。胃がん・大腸がん・前立腺がん・子宮頸がん検診が無料です
年齢で無料になるかた 健康保険証で年齢を確認します

65歳～74歳：胸部検診(X線検査)が無料です
70歳のかた：骨粗しょう症・歯周疾患検診が無料です
75歳以上のかた：胃がん・胸部(喀痰細胞診検査を含む)・大腸がん検診が無料です

76歳以上のかた：子宮頸がん・乳がん検診が無料です
生活保護世帯・支援給付世帯のかた 医療のしおり、本人確認証をお持ちください。すべて無料です

世帯員全員の市民税が非課税のかた 直近の市県民税(所得・課税)証明書をお持ちください。すべて無料です

市県民税(所得課税)証明書は、次の窓口で発行します。検診に必要なと無料でです。健康保険証など、本人確認ができるものをお持ちください。

窓口 市民税課、北部・西部・南部・河辺・雄和の各市民サービスセンター、アルヴェ駅東サービスセンター、岩見三内・大正寺の各連絡所

3 乳がん検診

乳がんにかかる女性が増えています。乳がんは、女性にできるがんのなかで一番多く、特に40歳代後半が最も多くなっています。

乳がんは早期発見、早期治療で治るがんです。市では、マンモグラフィ(乳房X線撮影)検査と視触診検査を併せて実施することで、より精密な検診を行い、早期発見につなげています。

保健予防課 ☎(883)1176〜1178

対象 来年3月31日時点で40歳以上の偶数歳の女性で、①または②に該当するかた

①秋田市に住民票があり、勤務先などで検診を受ける機会がないかた

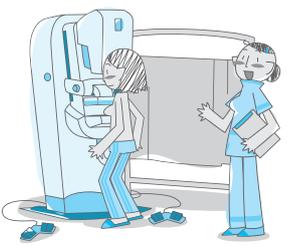
②東日本大震災により秋田市に避難しているかた

料金 40歳代▶2千900円 50歳以上▶2千300円

◆無料になるかたは、10ページ下に記載しています。

結果 約6週間後に市から郵送します

日程の後半になると混雑して受診できない場合があります。早めに受診しましょう。



次回広報あきた5月15日号と同時に「秋田市の健診ガイド」を配布します



乳がん検診の注意点

- ▶必ずマンモグラフィ検査と視触診検査の両方を受診してください
- ▶予約制のため、希望日に受診できない場合があります
- ▶健康保険証をお持ちください
- ▶次のかたは乳がん検診は受けられませんので、主治医にご相談ください。
 - ①豊胸術を行っている
 - ②ペースメーカーを装着している
 - ③VPシャントを施行している
 - ④妊娠している
- ▶生理直前のかたは、正確な検査ができない場合があります。申込時にご相談ください
- ▶現在乳がんの治療中、または経過観察中のかたは受診できません

受診方法▶マンモグラフィ検査と視触診検査を同時に行う

次の6つの実施医療機関の中から、検診を希望する医療機関へ直接、お申し込みください。

実施医療機関(いずれも定員あり)

■市立秋田総合病院 ☎(867)7489

実施期間▶6月1日(月)〜来年3月11日(金)

申込受付▶5月13日(水)から、平日の午前9時〜午後3時

★夕暮れ乳がん検診

市立秋田総合病院では、「夕暮れ乳がん検診」を行っています。日中の受診が難しいかたは、ぜひご利用ください。当日でも空きがあれば予約なしで受診できます。

日時▶6月1日(月)から来年3月11日(金)までの第1・3水曜日、午後5時〜7時(7月は第2・3水曜日)

■はしづめクリニック ☎(883)33388

実施期間▶6月1日(月)〜来年3月12日(土)

申込受付▶5月11日(月)から診療時間内

■あきた駅前内外科クリニック ☎(837)6500

実施期間▶6月1日(月)〜来年3月12日(土)

申込受付▶5月1日(金)から、月・火・木・金曜日の午前9時〜午後0時30分と午後2時〜6時、土曜日の午前9時〜午後3時30分

■あきた乳腺クリニック ☎(834)2061

実施期間▶6月1日(月)〜来年3月12日(土)

申込受付▶5月11日(月)から、月・火・木・金曜日の午前11時45分〜午後1時

■秋田厚生医療センター ☎(880)3000

実施期間▶6月2日(火)〜来年3月11日(金)

申込受付▶5月26日(火)から、平日の午後1時30分〜3時30分

■秋田赤十字病院 ☎(829)5220

実施期間▶8月3日(月)〜9月30日(水)

申込受付▶7月2日(木)から、平日の午後2時〜4時



パソコンや携帯電話などで申し込む場合は、市ホームページの「秋田市電子申請・届出サービス」からどうぞ。QRコードもご利用ください。
<http://www.city.akita.akita.jp/city/shinsei/>

受診方法②マンモグラフィ検査のあと、後日、視触診検査を行う

受診のながれ

- ①保健予防課へお申し込みください。受け付けは5月19日(火)午前8時30分から。住所、氏名、生年月日、日中連絡が取れる電話番号、下記のマンモグラフィ検査日程から希望会場・日時(第2希望まで)をお伝えください。

☎(0883)11761178

マンモグラフィ検査日程

各会場とも定員があります。

中央健診センター(川尻町)

- 実施日▶6月23日(火)・30日(火)、7月7日(火)・21日(火)、8月4日(火)・18日(火)、9月1日(火)・15日(火)、10月6日(火)・20日(火)、11月10日(火)・24日(火)、12月1日(火)・15日(火)、来年1月19日(火)・26日(火)、2月2日(火)・16日(火)
- 受付時間▶午後4時～5時30分

中通健康クリニック(南通)

- 実施日▶6月23日(火)から来年2月18日(木)までの火・水・木曜日(7月から10月までは月・金曜日)
 *ただし、祝日と8月13日(木)・14日(金)・24日(月)・28日(金)、12月29日(火)・31日(木)は実施しません。
- 受付時間▶午後1時30分～3時30分

北部市民サービスセンター(土崎港)

- 実施日▶①6月24日(水)、②7月7日(火)、③8月6日(木)、④9月11日(金)、⑤10月30日(金)、⑥11月19日(木)
- 受付時間▶①④⑤⑥は午前9時～11時と午後1時～3時、②③は午後2時～3時30分

エリアなかいちにぎわい交流館(中通)

- 実施日▶7月9日(木)・30日(木)、10月13日(火)、11月18日(水)
- 受付時間▶午後2時～3時30分

秋田テルサ(御所野)

- 実施日▶①7月14日(火)、②10月1日(木)、③11月5日(木)
- 受付時間▶①③は午後2時～3時30分、②は午前9時～11時



三吉町やまびこ会館(広面)

- 実施日▶7月16日(木)、10月16日(金)
- 受付時間▶午後2時～3時30分

南部市民サービスセンター(御野場)

- 実施日▶①7月27日(月)、②10月1日(木)・③28日(水)
- 受付時間▶①③は午後2時～3時30分、②は午後1時～3時

西部市民サービスセンター(新屋)

- 実施日▶7月28日(火)、10月21日(水)
- 受付時間▶午後2時～3時30分

視触診検査の実施医療機関

実施期間▶7月1日(水)～来年2月29日(月)

■あきたレディースクリニック安田(土崎港) ☎(0857)4055

■土崎レディースクリニック(土崎港) ☎(0880)1565

■濱島医院(保戸野) ☎(0823)5252

■すずきクリニック(泉) ☎(0838)6500

■木曾医院(外旭川) ☎(0868)5115

■あきた駅前内外科クリニック(千秋) ☎(0837)6500

■藤盛レディースクリニック(アルヴェ) ☎(0884)3939

■福田胃腸科クリニック(広面) ☎(0832)3535

■御野場たなかレディースクリニック(仁井田) ☎(0874)8100



- ②検査日時と場所を記載した受診券を送付します。受診券に同封する「視触診検査実施医療機関」で受診先を選び、受診券にご記入ください
- ③マンモグラフィ検査を受診
- ④視触診検査を直接医療機関へご予約ください。検診は7月1日(水)から実施します。マンモグラフィ撮影日から10日以上あけてください
- ⑤予約した医療機関で視触診検査を受けてください

親子で遊ぼう!

★入場無料、直接会場へ



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) ☎(887)5340 *パンダ広場の会場は茨島体育館	つくっチャオ(就学前)	こいのほりバッグを作ろう	5/7(木)10:30~11:30
	おはなし会(就学前)	ボランティアによる読み聞かせ	5/12(火)10:30~11:00
	パンダ広場(就学前)	手遊びや交流ゲーム	5/14(木)10:15~11:15
	親子DEうたっチャオ(就学前)	ボランティアによる歌やダンス	5/16(土)10:30~11:00
北部子育て交流ひろば☎(893)5985	とっとこタイム(2歳~3歳)	おともだちと歌やダンス♪	5/13(水)10:30~11:00
西部子育て交流ひろば ☎(826)9007	いちごるーむ(0歳~1歳)	エプロンシアター「おべんとうぼこ」	5/13(水)10:30~10:50
	ぐるぐるべったんこ(就学前)	けん玉を作って遊ぼう	5/20(水)10:30~10:50
南部子育て交流ひろば☎(838)1216	ほかほかるーむ(就学前)	ふれあい遊びとエプロンシアター	5/13(水)10:30~11:00
河辺子育て交流ひろば☎(882)5146	まるさんかくしかく(就学前)	牛乳パックでメッセージスタンド作り	5/12(火)10:30~10:50
雄和子育て交流ひろば☎(886)5530	ぐーちよきばあ(就学前)	エプロンシアター「大きなかぶ」	5/12(火)10:30~10:50
フォンテAKITA6階 ほくとライブラリー明徳館 フォンテ文庫☎(893)6167	①えほん修理屋さん(どなたでも)	破れた絵本を修理します	5/16(土)10:30~12:00
	②おはなしの会(2歳~6歳)	大型絵本や紙芝居を楽しもう	5/16(土)①11:15~②14:00~
	③親子で楽しむわらべうた(0歳~3歳)	わらべうたや絵本の読み聞かせ	5/26(火)11:00~11:30

- 5月12日(火)…泉☎(823)1626
- …寺内☎(863)6253
- 5月13日(水)…河辺☎(882)3056
- …新波☎(887)2014
- …岩見三内☎(883)2555
- 5月14日(木)…川添☎(886)2139
- …雄和中央☎(886)2595

■青空保育 お子さんを公園で遊ばせながら保護者同士で交流します。時間は10:10~10:50。雨天中止。
5月12日(火)土崎保育所(隣の琴平第一街区公園で)☎(845)1571
5月13日(水)川口保育所(園庭で)☎(832)4582

全国訪問おはなし隊がやって来る!

3歳~小学生が対象。キャラバンカーの本を読もう! 絵本の読み聞かせも。日時▶5月9日(土)14:30~15:35
会場・問▶四ツ小屋児童センター☎(839)8488

地域で育児★★



太字の()内は対象年齢です。問い合わせ先の◎は、各地区の主任児童委員さんの印です。

- 築山きりんクラブ(就学前) 5月8日(金)・22日(金)、9:30~11:00、築山児童センターで。
問▶◎岡田さん☎080-1846-7064
- すこやか広場あらやっこ(就園前) 5月8日(金)、6月5日(金)、10:00~11:30、日新児童館で。
問▶◎佐々木さん☎(828)1997
- さくらっクラブ(就園前) 5月8日(金)、6月12日(金)、7月10日(金)、10:00~12:00、桜児童センターで。
問▶◎西川さん☎090-5235-3120

■ほっと広場(0歳~5歳) 5月11日(月)・25日(月)、10:00~11:30、広面児童館で。保険料1家族1回50円。問▶HOTの会の堀江さん☎(837)0584

■チャイルド中通(就園前) 5月12日(火)から6月2日(火)までの毎週火曜、10:00~11:30、中通児童館で。問▶◎高橋さん☎090-7067-8179

■ちびっこ広場はとぼっぼ(就学前) ①②とも保険料は1人(年間)100円。①5月12日(火)から、毎月第2・第4火曜、10:00~11:30、飯島南児童センターで。問▶◎伊藤さん☎(846)1138

②5月19日(火)から、毎月第1・第3火曜、10:00~11:30、飯島児童センターで。問▶◎阿部さん☎(846)7129

■あいあいクラブ(1歳~就園前) 5月12日(火)10:00~11:30。先着5人。会場・申込▶秋田赤十字乳児院(広面字釣瓶町)☎(884)1760

■川尻ちびっこ広場(就園前) 5月12日(火)・26日(火)、6月9日(火)、10:00~11:30、川尻地区コミセンで。問▶◎加賀屋さん☎(823)0561

■港北ママクラブ(就園前) 5月15日(金)・22日(金)・29日(金)、10:00~11:30、港北児童センターで。問▶◎平澤さん☎(845)4014

■子育てサロンわくわく(就園前) 5月15日(金)10:00~11:30、土崎南児童センターで。問▶◎成沢さん☎(845)1051

■このゆびとまれ!(就園前) 5月19日(火)、6月2日(火)・16日(火)、10:00~12:00、明徳児童センターで。問▶◎田中さん☎(831)8089

育児イベントあ★れ★こ★れ★

■家族そろって!食農体験

農場(柳田と河辺)で、野菜作り、田植え、稲刈りを体験します。対象▶小学校低学年までのお子さんとその親
日時▶5月10日(日)から10月11日(日)までに野菜作り6回、田植えと稲刈り各1回、10:00~14:00

参加費(材料・農園管理・保険料など)▶1家族18,000円 先着▶20組
申込▶NPO法人子育て・高齢者介護サポートばっけの会☎(834)4733

■キッズマーケット

子ども用品限定のフリーマーケット! 5月10日(日)10:00~14:00、セリオンプラザ体育館で。問▶代表の永田さん☎090-7075-8435

ほいくえん ようちえん えん あそ 保育園・幼稚園・こども園で遊ぼう!

太字の()内は対象年齢です。詳しくは各園へお問い合わせください。

■土崎カトリックこども園(就園前) 5月8日(金)10:00~11:30。問▶☎(845)1786

■勝平保育園(0歳~5歳) 5月12日(火)・26日(火)、6月11日(木)、9:30~11:00。問▶☎(823)4520

■あきた中央保育園(就学前) 5月12日(火)、6月16日(火)、7月14日(火)、9:50~11:00。問▶☎(896)0121

■こまどり幼稚園・保育園(0歳~5歳) 5月19日(火)9:45~11:00。問▶☎(834)0968

■日新保育園(0歳~5歳) 鹿嶋人形作り。材料費300円が必要です。5月21日(木)9:45~11:00。問▶☎(828)3211



育児コーナー！

*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。

■文中「SC」はサービスセンターの略です。

幼児学級「ひまわりキッズ」

人形劇、移動学習(大森山動物園)、クッキング、体操など、親子のふれあいを楽しみながら子育てを学びます。材料費などの実費負担あり。

対象▶中央公民館管内に住む1歳半～4歳のお子さんと保護者

日時▶5月19日(火)から来年2月16日(火)までに9回、10:00～12:00

会場▶中央公民館ほか **先着**▶20組

申込▶5月7日(木)9:00から中央公民館☎(824)5377

子育て交流ひろばの育児講座

■ベビーマッサージ

生後3か月～1歳未満のお子さんと母親が対象。先着15組。

日時▶5月21日(木)10:30～11:45

会場▶西部市民SC(ウェスター)2階

申込▶5月12日(火)9:00から西部子育て交流ひろば☎(826)9007

■集まれ！55ママ

昭和55年以前に生まれ、初めての子育て中のママが対象。みんなで情報交換をしましょう！先着7組。

日時▶5月28日(木)14:00～15:00

会場▶北部市民SC(キタスカ)2階和室

申込▶5月12日(火)9:30から北部子育て交流ひろば☎(893)5985

ベビーとLet's3B体操

体を動かしてスッキリしよう！

対象▶生後4か月～11か月の親子

日時▶5月22日(金)10:30～12:00

会場▶子ども未来センター(アルヴェ5階) **先着**▶25組

申込▶5月7日(木)9:00から子ども未来センター☎(887)5340

乳幼児健康診査

子ども健康課☎(883)1174

母子健康手帳別冊をよく読んで受診しましょう。風邪や感染性の病気にかかっているときはご遠慮ください。別冊をお持ちでない場合は、子ども健康課(市保健所2階)へお問い合わせください。

◆4か月・7か月・10か月児健診

対象▶4・7・10か月になった日から、

それぞれ満5か月・満8か月・満11か月になる前日までのお子さん

会場▶母子健康手帳別冊に記載した協力医療機関

◆1歳6か月児健診

日時と会場▶下記参照 **持ち物**▶母子健康手帳と別冊のアンケート(事前に記入してください)、バスタオル

◆3歳児健診 視力・聴覚検査は自宅で行ってきてください。

日時と会場▶下記参照 **持ち物**▶母子健康手帳と別冊のアンケート(事前に記入してください)、尿検査セット(尿を容器に採って)、バスタオル

1歳6か月児・3歳児健診の

対象地区ごとの健診日

■旧秋田市の各地区

受付時間▶12:45～13:30

会場▶市保健センター(八橋) **対象**▶1歳6か月児健診…平成25年11月生まれの1歳7か月児、3歳児健診…平成23年12月生まれの3歳6か月児

対象地区	寺内・八橋・泉・保戸野・山王・川尻・川元・旭南・旭北・高陽・大町・中通・南通・楢山
健診日	1歳6か月児健診▶6月2日(火) 3歳児健診▶6月17日(水)

対象地区	旭川・外旭川・新藤田・濁川・添川・山内・仁別・千秋・手形・蛇野・手形山・東通・広面・柳田・下北手・太平・横森・桜・桜ガ丘・桜台・大平台・上北手・山手台
健診日	1歳6か月児健診▶6月3日(水) 3歳児健診▶6月18日(木)

対象地区	土崎・港北・将軍野・飯島・金足・上新城・下新城
健診日	1歳6か月児健診▶6月11日(木) 3歳児健診▶6月23日(火)

対象地区	牛島・卸町・大住・仁井田・御野場・四ツ小屋・御所野・茨島・新屋・勝平・豊岩・浜田・下浜・向浜
健診日	1歳6か月児健診▶6月12日(金) 3歳児健診▶6月24日(水)

■河辺・雄和の各地区

受付時間▶12:45～13:30

会場▶河辺総合福祉交流センター

対象▶1歳6か月児健診…平成25年11月～平成26年1月生まれ、3歳児健診…平成23年10月～12月生まれ

実施日▶1歳6か月児健診…8月7日(金)、3歳児健診…6月19日(金)

*対象月を過ぎた場合(1歳6か月児健診は2歳未満、3歳児健診は4歳未満であれば受診可)や、都合により他の地区の日に受けたい場合は子ども健康課へご連絡ください。

子ども健康課の催し

会場は、いずれも市保健センター(八橋)。申し込みは子ども健康課へ。

☎(883)1174・(883)1175

①産後のママトーク

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。

対象▶産後6か月頃までの母親

日時▶5月15日(金)10:00～11:30

先着▶10組

②すくすく電話相談室

落ち着きがない、集団行動が苦手など、お子さんへの関わり方で困っていませんか。臨床心理士が発達相談に応じます。相談日時は調整できます。

対象▶3歳児健診を終えた就学前のお子さんがある保護者 **日時**▶5月11日(月)13:30～16:30 **先着**▶3人

③育児相談 保健師、栄養士、歯科衛生士が個別相談に応じます。

対象▶乳幼児と保護者 **日時**▶5月29日(金)9:00～12:00 **先着**▶3組

*電話相談は随時行っています。

④むし歯予防教室(フッ化物塗布啓発)

歯医者さんの話と公開相談。希望者にはフッ化物塗布体験も行います。

対象▶1歳～3歳になるお子さんと保護者 **日時**▶6月4日(木)10:00～11:30 **先着**▶30組

⑤歯ッピーバースデイ

歯みがきレッスンと歯科衛生士、栄養士の話。**対象**▶5月～7月に1歳になるお子さん **日時**▶6月9日(火)10:00～11:30 **先着**▶25組

保育所開放日に遊ぼう！

■保育所開放 0歳～5歳の親子が対象。時間は9:45～11:00。詳しくは各保育所(太字)へお問い合わせを。



新たに2件を秋田市指定文化財に指定

秋田城跡外郭東門の周辺から出土した「秋田城跡SG463沼地跡出土祭祀遺物」と、金足高岡の農業ため池の「待入堤の水草群落」を秋田市指定文化財に指定しました。文化振興室 ☎(866)2246

■秋田城跡SG463沼地跡出土祭祀遺物

8世紀末から9世紀中頃にかけてまじないなどに使われた、人の顔や目だけが書かれた土器や、人や馬、矢羽根の形をした木製品など116点。当時の信仰形態や精神文化などを知る貴重な資料です。



人面墨書土器

■待入堤の水草群落

周囲2.9^{ha}の農業用のため池で、環境省レッドリストで絶滅危惧種に選定されるヒシモドキのほか、秋田県の絶滅危惧種7種を含む33種の水草が確認されています。



ヒシモドキ

差別、いじめなどでお困りのかたは、全国共通人権相談ダイヤルへご相談ください

☎0570-003-110

人権擁護委員の委嘱

4月1日、秋田市の次のみなさんが法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。



再任▶天野博子さん、高山万紀子さん、手賀 務さん、三浦 清さん、稲場みち子さん、松田久子さん
新任▶山王丸愛子さん

5月12日(火)は「民生委員・児童委員の日」

広げよう
地域に根ざした思いやり



4月8日、保戸野地区民生児童委員協議会では、保戸野小学校の入学式に合わせ、民生委員・児童委員の活動を紹介するリーフレットを新1年生のみんなに手渡して配りました

5月12日(火)から18日(月)までは、民生委員・児童委員の活動強化週間です。私たちが住む地域には、民生委員・児童委員のかたが必ずおり、常に住民の立場で相談に応じ、行政などのパイプ役となって、住み慣れた地域で誰もが安心して暮らせる支え合いの地域づくりを目的に、さまざまな活動を行っています。

活動の具体例として、ひとり暮らし高齢者のお宅を訪問する「見守り活動」、親子の遊び場の提供や悩みに応じる「子育て支援活動」などがあります。何か困ったことがあったら、何でも気軽にご相談ください。自分の地域の民生委員が分からないときは、福祉総務課地域福祉推進室へお問い合わせください。

問い合わせ ☎(866)2090・FAX(866)2417

ひとくちメモ

ピカピカの1年生です!



この春、新しく市立小学校の1年生になったのは全部で2千355人。各校の内訳は右表のとおりです。地域のみなさん、よろしくお願ひします。

学校名	人数	学校名	人数
保戸野	39	豊 岩	9
明 徳	44	仁井田	103
築 山	56	四ツ小屋	54
旭 北	46	上北手	35
中 通	37	下北手	12
旭 南	59	下 浜	7
牛 島	60	金足西	33
川 尻	87	八 橋	67
旭 川	95	東	80
土 崎	37	泉	79
港 北	105	大 住	101
土崎南	43	桜	170
高清水	44	飯島南	69
広 面	105	寺 内	55
日 新	150	御所野	81
勝 平	113	岩見三内	6
太 平	7	河 辺	26
外旭川	93	戸 島	6
飯 島	81	川 添	15
下新城	20	種 平	1
上新城	5	戸米川	6
浜 田	7	大正寺	7

*平成27年4月1日現在の人数。



夏冬お得にお買い物!!

地元の消費拡大を目的に、国の「地域住民生活等緊急支援のための交付金」を活用し、市内店舗で使えるプレミアム付き商品券を夏期と冬期の2回発行します。

使用できる店舗など、詳しくは決まり次第改めて、実行委員会のホームページなどでお知らせします。

プレミアム付き商品券の取扱店募集

商品券が使用できる店舗の登録を、5月7日(木)から29日(金)まで受け付けます。登録は無料。詳しくは、下記ホームページをご覧ください。

<http://www.akitacci.or.jp/local/premium>

「秋田市プレミアム付き商品券」を発行します



- 1枚で1,000円分の買い物ができる商品券12枚綴りを10,000円で販売。2,000円分お得♪
- 商品券の内訳は、取扱店全店の「共通券」6,000円と「中小店専用券」6,000円です。「中小店専用券」は、売場面積1,000㎡以上の大型店では使用できません
- 商品券の購入は1人3セットまで。また、夏期商品券は冬期には使用できません

発行時期と使用期間▶夏期は7月1日(水)から8月31日(月)まで、冬期は11月下旬から来年1月下旬まで(予定)。発行数は各10万セットで、完売で販売は終了

販売場所▶市内の金融機関など

問い合わせ

秋田市プレミアム付き商品券事業実行委員会事務局(秋田商工会議所内) ☎(866)6679



健康ライフ太鼓判!

あなたの健康づくりをサポートする、ミニ情報をお届け!

とくていけんしん
特定健診プラスのはなし+
特定健診課 ☎(866)8903

健診結果の見方③ 脂質検査

健診の結果、中性脂肪やコレステロールが基準値を超えていても、いつものことだからと放置していませんか? 脂質の異常はメタボを進行させ、重篤な生活習慣病を引き起こす要因になります。

基準値

- 中性脂肪▶149mg/dl以下
- HDL(善玉)コレステロール▶40mg/dl以上
- LDL(悪玉)コレステロール▶119mg/dl以下

■なぜ脂質異常になるの?

中性脂肪は、「脂」「甘い物」「アルコール」の頭文字、3つの“あ”の摂り過ぎで増加します。中性脂肪の値が高いと、HDLコレステロールが低下し、LDLコレステロールが増加します。HDLコレステロールは喫煙や運動不足で低下、LDLコレステロールは、卵、肉、洋菓子、乳製品などの摂り過ぎや野菜不足でも増加します。

■脂質異常だと何がいけないの?

すぐに使わない中性脂肪は体脂肪として蓄えられ、メタボを悪化させ、心筋梗塞や脳梗塞などの生活習慣病を招きます。血管のお掃除役であるHDLコレステロールが低下し、LDLコレステロールが増加すると、余分なコレステロールが血管を詰まらせます。



脂質異常を防ぐコツ

▶**野菜やきのこ、海藻を食べる** 食物繊維はLDLコレステロールを体外に排出させます。

▶**晩酌は時間を決めて** 遅くまでの晩酌は、お酒の飲み過ぎとおつまみの食べ過ぎにもつながります。就寝2時間前までに晩酌を終えましょう。

▶**水分補給は水かお茶** 清涼飲料水に含まれる大量の糖分は、中性脂肪を増加させます。低カロリー飲料でも100mlあたり5~20kcal含まれています。



▶**なるべく体を動かす** 適度な運動は中性脂肪の分解を助け、HDLコレステロールを増やします。運動する時間がとれない人は、なるべく階段を使う、駐車場では車を遠くに停めるなどして、今までよりもプラス10分、体を動かしましょう。

団体向け 施設 見学会



総合環境センターのメガソーラー

町内会や各種団体などを対象にバスでご案内します。今回は前期分(6～9月)です。定員各22人。

見学先を自由に組み合わせることはできません。また、天候や施設の都合により見学先や時間などが変更になる場合があります。

●問い合わせ 広報広聴課☎(866)2034

*個人向けの募集は、広報あきた5月15日号に掲載します。

見学会日程▶6月2日(火)・5日(金)・9日(火)・16日(火)・23日(火)・30日(火)、7月3日(金)・7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火)、8月25日(火)、9月1日(火)・4日(金)・8日(火)・15日(火)・29日(火)

申し込み(応募多数の場合は抽選)

専用の申込書(下記参照)に記入し、直接、広報広聴課(市役所2階)へお持ちになるか、郵送、FAX、Eメールのいずれかでお申し込みください。締め切りは5月15日(金)(必着)。電話では受け付けません。

〒010-8560 秋田市役所広報広聴課

FAX(866)2287 Eメール skengaku@city.akita.akita.jp

申込書がある場所▶広報広聴課、各市民サービスセンター、駅東サービスセンター、市ホームページ

施設見学コース

- ①環境(新エネルギー関連)…メガソーラー発電所▶木質ペレットボイラー設備▶風力発電施設
 - ②農業…園芸振興センター▶市民農園▶たまごの樹(6次産業化実践例)▶タニタ食堂で昼食
 - ③大森山動物園…入園料720円(高校生以下無料)または年間パスポートが必要です
- 時間▶①は9:00～12:30、②は9:00～13:30、③は13:00～16:30

自然散策コース

- ④太平山…藤倉水源地▶花公園▶クアドームザ・ブーンで昼食
 - ⑤雄和…若人の丘散策(秋田空港近く)▶湧水巡り▶高尾山▶雄和のヴィラ・フロアで昼食
- 時間▶④・⑤とも9:00～14:00



藤倉水源地

芸術文化コース

- ⑥芸術・文化財…御所野地蔵田遺跡▶河辺・雄和のアトリエ(陶芸、和紙、油彩画)見学▶ヴィラ・フロアで昼食
 - ⑦文化財マップ(7～9月のみ)…19ページのマップを使って泉・手形地区を散策します
- 時間▶⑥は9:00～14:00、⑦は9:00～12:30



地蔵田遺跡

*昼食は各自負担。昼食を取らずに終了することも可能です。
*集合・解散場所は、希望の場所をご指定ください。
*④⑤⑦は歩きやすい靴でご参加ください。

消防と子どもの集い 5月5日(火)9:30～12:00 八橋運動公園(雨天時は中止)



はしご車や救助工作車、ヘリコプターがやって来るよ! 消防服で記念撮影、ちびっこレスキュー体験や放水体験もできます。みんなで来てね! 消防本部予防課☎(823)4247

*ヘリコプターの騒音でご迷惑をおかけしますが、ご了承願います。



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～
	AAB いきいき秋田市から	月・水曜日 15:50～
	AKT こんばんは秋田市から	水曜日 22:54～

5/1(金)	●秋田市ほっと情報
5/6(水)	●まもなく東北六魂祭
5/8(金)	●まもなく東北六魂祭
5/13(水)	(再放送)



*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)

5/17(日)11:40～11:55 ●まもなく開幕!東北六魂祭



エフエム秋田	秋田市マンデー555	毎週月曜日 17:55～	} ●千秋美術館企画展「掌中の珠」 ●チャレンジデーに参加しよう
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～	

みんなで行こう みゅーじあむ！

5/16
(土)

「国際博物館の日」にちなみ、5月16日(土)に5つの文化施設で開催中の企画展・常設展のギャラリートーク(作品解説)を行います。高校生以下はいずれも観覧無料。直接会場へどうぞ。文化振興室 ☎(866)2246

国際博物館の日…国際博物館会議によって提唱され、1977年5月18日に制定された記念日。毎年、各国の博物館・美術館でさまざまなイベントが行われます。

佐竹史料館

企画展「武家のファッションショー」
常設展「秋田藩の誕生」
ギャラリートーク▶9:30～10:00
開館時間▶9:00～16:30
観覧料▶一般100円



青地緞子
金縫いとり打掛

県立博物館

企画展「石斧のある世界」
ギャラリートーク▶11:00～11:30
開館時間▶9:30～16:30
観覧料▶無料

千秋美術館

企画展「^{しょうちゅう}掌中の珠 – 高円宮家コレクションの根付 –」
ギャラリートーク▶13:30～14:00
開館時間▶10:00～18:00
観覧料▶一般1,000円、
大学生800円

赤れんが郷土館

コレクション展
「四季彩の街あるき」
ギャラリートーク▶14:00～14:30
開館時間▶9:30～16:30
観覧料▶一般200円

県立美術館

〈秋田の行事〉平野政吉コレクションの解説
ギャラリートーク▶15:00～15:30
開館時間▶10:00～18:00
観覧料▶一般310円、大学生210円



「カーテンコール」
高木喜峰 2003年



「花時」恩地孝四郎



千秋美術館のとおき
情報をまとめてご紹介

千秋美術館 ☎(836)7860

日本の装いワークショップ

5月17日(日)10:00～16:00 参加無料

九州国立博物館主催。紙着物づくりや伝統文様のスタンプ体験など、着物文化に楽しく触れるワークショップです。千秋美術館1階ロビーで。直接会場へどうぞ。

千秋美術館連続講座(第4回)

もういちど西洋絵画入門

5月24日(日)14:00～15:30 聴講無料

エルンスト、ダリ、マグリットなど「シュルレアリスム」を代表する芸術家たちが生み出す「超」現実の世界を学芸員が紹介します。千秋美術館3階講堂で。先着50人。申し込みは、5月7日(木)9:30から千秋美術館へ。

*シュルレアリスム=1920年代におこった芸術運動

泉(五庵山)・手形地区の文化財マップが完成!



地域の文化財や文化施設を紹介する、文化財マップの第6弾、「泉(五庵山)・手形地区編」が完成しました。マップは下記の場所で配布しています。ぜひご活用ください。

問い合わせ 文化振興室 ☎(866)2246

配布場所

市民相談センター(市役所1階)、各市民サービスセンター、市民交流サロン(アルヴェ3階)、各市立図書館、各公民館、秋田市観光案内所(ほぼろーど内)

マップとカードで泉・手形を散策♪

泉(五庵山)・手形地区の文化財マップと「文化財発見カード」を使って、まちあるきを楽しめます。ぜひご参加ください。

日時▶5月23日(土)9:15～12:00 集合場所▶
明德地区コミュニティセンター 先着▶20人
申込▶5月7日(木)8:30から文化振興室

☎(866)2246



いきいきサロン・ADL体操

参加無料。動きやすい服装で、直接会場へ。

対象 65歳以上のかた

日時 5月13日(水)10:00~12:00

会場 八橋老人いこいの家 ☎(862)6025

元気に過ごす
ためのヒント
見つけた！



音読と簡単な計算で脳を若々しく！

「文章を声に出して読む」「簡単な計算をすることは、脳を健康に保つために良いトレーニングになると言われています。脳の健康教室では、30分程度の学習と簡単なレクリエーションなどを行います。受講料は各教室1,356円(6か月分)。

対象 65歳以上のかた。ただし、要支援・要介護認定のかたを除きます

定員 八橋教室金曜コースと西部教室は各30人、八橋教室火曜コースは24人、南部教室は16人。応募多数の場合、初参加、高齢のかたを優先

申込 5月14日(木)まで長寿福祉課 ☎(866)8760

脳の健康教室

八橋教室金曜コース 日時▶6月12日(金)から11月27日(金)までのおおむね毎週金曜日午前 **会場**▶市老人福祉センター
説明会▶5月29日(金)10:00~11:00、市老人福祉センターで

八橋教室火曜コース 日時▶6月16日(火)から12月8日(火)までのおおむね毎週火曜日午前 **会場**▶市老人福祉センター
説明会▶6月2日(火)10:00~11:00、市老人福祉センターで

西部教室 日時▶6月17日(水)から12月9日(水)までのおおむね毎週水曜日午後 **会場**▶西部市民SC(ウエスター)
説明会▶6月3日(水)13:30~14:30、西部市民SCで

南部教室 日時▶6月11日(木)から11月26日(木)までのおおむね毎週木曜日の午後 **会場**▶南部市民SC(なんぴあ)
説明会▶5月28日(木)13:30~14:30、南部市民SCで

サポーター募集! 脳の健康教室で、会場の準備や受講者の学習サポートなどを行っていただけるサポーターを募集します。申し込みは5月14日(木)まで長寿福祉課へ。☎(866)8760

対象▶65歳未満のかた **募集人数**▶12人(いずれかの教室専属) **謝礼**▶1回につき1,000円 **サポーター説明会(必須)**▶5月21日(木)9:30~11:00、市老人福祉センターで

地域型 はつらくらぶ



対象 65歳以上のかた。ただし、要支援・要介護認定のかたを除きます

介護が必要にならないようにするための軽い運動や、レクリエーションなどを行う介護予防教室を開催します。参加無料(実費負担が必要な場合あり)。申し込みは、会場ごとに各地域包括支援センターへ。

会場が市老人福祉センター(八橋)...
日時▶6月から12月まで月1回、10:00~11:30 **定員**▶20人
申込▶5月22日(金)まで八橋地域包括支援センター社協 ☎(883)1465

会場が中通地域包括支援センター幸ザ・サロン...
日時▶6月から来年3月まで毎月第3水曜日、13:30~15:30
定員▶20人 **申込**▶5月22日(金)まで幸ザ・サロン ☎(827)3323

会場が勝平地区コミュニティセンター...
日時▶5月から来年2月まで毎月第3水曜日、10:00~12:00
定員▶20人 **申込**▶5月13日(水)まで勝平地域包括支援センターシンシア ☎(883)3055

会場が五十嵐記念病院(土崎)...
日時▶6月から来年3月まで毎月第2・4水曜日、10:00~11:30 **先着**▶25人
申込▶5月22日(金)まで土崎地域包括支援センター永覚町 ☎(846)6471

会場が特別養護老人ホーム飯島...
日時▶6月から来年3月まで毎月第3木曜日、10:00~11:30 **先着**▶20人
申込▶6月1日(月)まで下新城地域包括支援センターニコニコ ☎(872)1300

会場が飯島地域包括支援センター金寿園...
日時▶6月から来年3月まで月2回、13:30~15:00 **定員**▶25人
申込▶5月22日(金)まで飯島地域包括支援センター金寿園 ☎(853)5820

■文中「SC」はサービスセンターの略です。

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

無料相談へどうぞ

■**精神障がい者家族相談** 日時▶5月15日(金)10:00~15:00 会場▶市老人福祉センター2階(八橋) 問▶NPO法人秋田けやき会 ☎(833)1580

■**憲法週間行事・法律相談** 金銭、土地建物、交通事故などの相談に秋田弁護士会の弁護士が応じます。日時▶5月15日(金)10:00~16:00 会場▶アトリオン7階 定員▶27人 申込▶5月13日(水)まで秋田地方・家庭裁判所総務課 ☎(824)3121(内線510)

■**ふれあい法律相談** 法律、相続などの相談に、長谷川 康 弁護士が応じます。日時▶5月18日(月)10:00~12:00 会場▶市老人福祉センター(八橋) 先着▶6人 申込▶5月7日(木)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

■**認知症の人と家族のつどい** 悩みや思いを語り合います。日時▶5月10日(日)13:30~15:30 会場▶ジョイナス(千秋) 問▶認知症の人と家族の会秋田県支部 ☎(866)0391

■**在宅介護者のつどい** 寝たきりや認知症のかたなどを介護する上での悩みなどを話し合います。日時▶5月11日(月)13:30~15:00 会場▶市保健センター(八橋) 問▶つどいの会代表の小野さん ☎090-9037-4482

■**死別の体験を語る「クレマチスの会」** 大切な人を失った苦しみや悲しみを語り合い、分かち合います。遺族の個人ケアは要予約。日時▶5月16日(土)13:00~16:00(個人ケアは15:20~) 会場▶県社会福祉会館(旭北) お茶代▶300円 申込▶5月15日(金)まで秋田グリーンケア研究会 ☎080-5000-8706(平日)

■**若者の語り場** 日頃の悩みや不安に感じていることを自由に話す場です。対象▶39歳以下のかた 日時▶5月9日(土)15:00~17:00 会場▶にぎわい交流館4階研修室6 参加費▶500円 問▶NPO目的のある旅代表



5月27日(水)実施!

秋田市
VS.
山口市

「チャレンジデー」は、人口規模の近い自治体同士が、実施日当日の深夜0時から午後9時までの間に15分以上続けて運動した人の参加率を競う、誰でも参加できる全国的なイベントです。

今年初参戦する秋田市の対戦相手は山口県山口市です。運動の内容は問いません。犬の散歩や職場・学校まで歩いて通った場合などでも参加できます。

当日開催する関連イベントや行った運動の報告方法など、詳しくは広報あきた5月15日号やホームページなどでお知らせします。

問い合わせ スポーツ振興課 ☎(866)2247

住民総参加型スポーツイベント
にチャレンジデー
に参加しよう!

の草野さん ☎080-3088-7506

■**秋田県市町村職員共済組合の職員募集** 大卒一般事務を1人程度採用します。申込受付は、6月4日(木)から25日(木)まで。第1次試験は、7月26日(日)10:00からノースアジア大学で行います。詳しくはお問い合わせください。

問▶同組合総務課 ☎(862)5262

■**5月は赤十字運動月間** 災害救護や各種講習会、国際救援、医療などを行う赤十字活動の資金協力をお願いに、町内の担当者が各世帯を訪問しますので、ご協力をお願いします。問▶日本赤十字社秋田県支部

☎(864)2731

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

市立病院の呼吸教室

COPD(慢性閉塞性肺疾患)や肺機能検査について、放射線技師、管理栄養士、臨床検査技師が話します。車のかたへ駐車場無料スタンプあり。

日時▶5月14日(木)13:00~14:10

会場▶市立秋田総合病院2階講堂

問▶市立秋田総合病院リハビリテーション科 ☎(823)4171

健康相談・講座へどうぞ

会場はいずれも市保健センター(八橋)。申し込みは5月7日(木)8:30から(歯科健康相談は随時受け付け)保健予防課へ。 ☎(883)1178

■**食生活相談** 肥満、高血圧、糖尿病などのかたの食事相談に、栄養士が応じます。先着5人。

日時▶5月15日(金)9:30~16:30

■**歯科健康相談** むし歯や歯周病などの相談に歯科衛生士が応じます。

日時▶5月18日(月)9:30~12:00

■**男性のための食生活講座** 高齢期の食生活とお口の健康についての講話、料理初心者向けの調理実習も。

対象▶65歳以上の男性 日時▶5月29日(金)9:30~13:30 先着▶18人

健康運動教室

運動能力の低下を防ぎ、健康づくりのため気軽にできる運動教室。

対象▶60歳以上のかた 日時▶5月から11月までの金曜に20回、10:00~11:30 会場▶市立体育館、茨島体育館 保険料▶30円 定員▶30人 申込▶NPO法人スポーツクラブあきた ☎(828)8676

障害者スポーツ教室

申し込みは、所定の用紙に必要事項を記入して、秋田県障害者スポーツ協会(旭北栄町の県社会福祉会館5階)へ。会場など、詳しくは同協会へお問い合わせください。

☎(864)2750・FAX(874)9467

対象▶身体・知的・精神に障がいがあり、各自で会場に来ることができるかた 種目と開催日▶卓球バレー・5月17日(日)、9月13日(日)、ポッチャ・6月21日(日)、10月18日(日)、卓球・7月26日(日)、11月15日(日)、フライングディスク・8月23日(日)

■**フォークリフト運転技能講習** 55歳以上で、就職をめざしハローワークに求職の申し込みをしているかたが対象。申込方法など、詳しくはお問い合わせください。日時▶5月22日(金)から28日(木)まで(土日を除く) 会場▶県トラック協会研修センター(寺内蛭根) 定員▶15人(選考) 申込▶5月8日(金)まで秋田県シルバー人材センター連合会☎(888)4680

■**秋田子ども囲碁クラブ** 文化庁の「伝統文化親子教室事業」。対象▶小学生～高校生 期間▶来年2月までの毎週日曜日、10:00～12:00 会場▶秋田囲碁センター(中通) 受講料▶月1,500円 申込▶日本棋院秋田県本部☎(833)6976

催し

- ・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

かわべし みんサビセンが しぜんがくしゅう 河辺市民SCの自然学習

河辺市民SC(カワベリア)からバスで移動し、自然を散策。申し込みは、いずれも5月7日(木)9:00から河辺市民SC生涯学習担当へ。☎(882)5171 *直接窓口での申し込みは不可。

■**成人教育事業「ネイチャーウォーク」** ガイドの説明を聞きながら自然に触れて体力作り。先着20人。

日時▶5月21日(木)・6月25日(木)・7月23日(木)・10月22日(木)、9:00～ 会場▶筑紫森(河辺)、高岳山(八郎湯町)ほか 参加費▶保険料など実費

■**少年教育事業「親子体験塾 in どっぷり河辺」** 川の生物探検や自然に親しむ体験など。

対象▶すべての日程に参加できる小学生の親子 日時▶5月23日(土)・7月25日(土)・9月26日(土)・10月24日(土)、9:00～12:00 会場▶河辺地域内 保険料▶1人40円 先着▶10組

おとなの土器づくり

弥生土器づくりを体験。土器は後日焼成(野焼き)して完成します。都合の良い日にご参加ください。5月7日(木)から9日(土)まで粘土を練る作業を行います。参加希望のかたは、申し込みの際お伝えください。



頂上からの眺め

な かの たい けい 太平山申岳登山

実施日 5月31日(日)…朝8:00に
太平山自然学習センター
まんたらめに集合

定員 20人 保険料 100円程度

日時▶5月14日(木)から18日(月)まで、10:00～16:00 会場▶弥生っこ村(御所野地蔵田) 材料費▶300円 申込▶5月7日(木)8:30から文化振興室☎(866)2246

みうらやかた いっぱんこうかい 三浦館の一般公開

国指定重要文化財の旧家「三浦館」(金足)を公開します。

日時▶5月22日(金)から24日(日)まで、①10:00～11:30、②14:00～15:30の2回 参加費▶文化財保護協力費として700円(中学生以下無料) 定員▶各40人(抽選)

申込▶はがきに住所、氏名、電話番号、人数(3人まで)、希望の日時(第3希望まで)を書いて5月17日(日)まで、〒010-0121 金足黒川字黒川178 三浦館保存会事務局☎(873)6709

たいへいざんしんりょく 太平山新緑トレッキング

対象▶小学生以上(中学生以下は保護者同伴で) 日時▶5月24日(日)9:00～15:00(小雨決行) 先着▶50人 参加費▶2,200円(昼食・入浴料など) 申込▶5月15日(金)17:00まで太平山観光開発(株)☎(827)2001

けいじばん みんなの掲示板②

■**新屋高校吹奏楽部フレッシュコンサート** 日時▶5月4日(月)13:00～ 会場▶県民会館 入場料▶一般800円、高校生以下500円 問▶同高吹奏楽部担当の高橋さん☎(828)5859

■**野鳥の羽と翼展** 羽の標本と触れられる翼などを展示します。日時▶5月10日(日)から20日(水)まで、9:00～21:00(10日は13:00から、

新芽が萌えはじめる頃の登山を楽しみましょう。高校生以上のかたが対象(グループでも可)。秋田駅東口から無料送迎バスも出ます。

申し込み(応募多数の場合は抽選)

はがき(1人、1グループで1通)に、催し名、郵便番号、住所、氏名(グループの場合全員)、年齢、電話番号を書いて5月12日(火)(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

20日は15:00まで) 会場▶北部市民SC(キタスカ)1階展示ホール 問▶秋田野鳥の羽同好会の加賀谷さん☎090-5843-3100

■**植木まつり** 鉢物、山野草、花木などを販売します。日時▶5月13日(水)から24日(日)まで、9:00～18:00 会場▶八橋運動公園 問▶秋田植木まつり実行委員会(榊読売エージェンシー東日本秋田支社内)☎(862)4594

■**三庁見学ツアー** 裁判所、検察庁、法務局を見学します。日時▶5月14日(木)9:30～12:00 定員▶40人 申込▶5月13日(水)まで秋田地方・家庭裁判所総務課☎(824)3121(内線510)

■**街歩きとおせっかいカフェ** 千秋公園の散策とミニ講話、昼食(実費)と交流会も。日時▶5月15日(金)10:00～14:00 集合▶民俗芸能伝承館 申込▶エイジフレンドリーあきた市民の会の小西さん☎(862)5969

■**ゲームで体験異文化コミュニケーション** 県内の外国籍のかたと交流します。日時▶5月16日(土)14:00～16:00 会場▶県国際交流協会(アトリオン1階) 参加費▶200円 先着▶20人 問▶県国際交流協会☎(893)5499

■**劇団はちのす創立20周年記念事業公演** 国民文化祭の成果継承事業。新撰組の活躍を描いた時代劇。日時▶5月16日(土)18:00～、17日(日)13:00～ 会場▶文化会館小ホール 入場料▶1,800円 問▶同劇団代表の加藤さん☎090-4318-7035

■**太平山登山** 集合▶5月24日(日)7:30、仁別の旭又駐車場 参加費▶500円 申込▶秋田清掃登山連絡協議会の大山さん☎080-1654-5240



講座

- ・料金の記載がないものは無料で
- ・申込方法がないものは直接会場へ

犬のしつけ教室

実技講習や模範演技による指導など。個別相談にも応じます。犬の飼い方や問題行動でお困りのかたは、ぜひご参加ください。

日時▶5月23日(土)9:00~11:30

会場▶市保健所玄関前広場 **定員**▶犬同伴の場合は、抽選で20組(生後6か月以上で平成26年度狂犬病予防注射を受けた犬が対象)。飼い主のみの参加は、定員に制限はありません

申込▶往復はがきかEメールに、教室名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、人数、犬同伴の有無、犬の種類と名前・性別・月齢、相談内容を書いて、5月15日(金)(必着)まで、〒010-0976 八橋南一丁目8-3 市保健所衛生検査課☎(883)1182

Eメール ro-hlex@city.akita.akita.jp

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症のかたや家族を温かく見守るサポーターを養成します。先着50人。

日時▶6月1日(月)13:30~15:00

会場▶市老人福祉センター(八橋)

申込▶長寿福祉課

☎(866)8760・FAX(866)8962

ガラスボトルクラフト市民講座

空きピンを電熱炉で変形させて、花びんや小物入れ作り。先着10人。

日時▶5月21日(木)9:30~11:30

会場▶雄和市民SC(ユービス)

申込▶5月7日(木)9:00から雄和市民

SC(ユービス)☎(886)5540

雄和地域女性学級

“女性が創るゆうわ”をテーマに、講話、体験学習、調理実習、移動学習などを行います。先着15人。

対象▶雄和地域の女性 **日時**▶6月から来年3月までに月1回、10:00~11:30 **会場**▶雄和市民SC(ユービス)ほか **年会費**▶1,000円

申込▶5月7日(木)9:00から雄和市民SC☎(886)5540

■文中「SC」はサービスセンターの略です。

秋田公立美術大学 公開講座

高校生以上が対象です。「子どもの心の現状と教育の在り方」をテーマに同大学教授の毛内嘉威さんが講演します。定員100人。

日時▶5月14日(木)18:00~19:30

会場▶秋田公立美術大学大講義室

申込▶アトリエももさだ

☎(888)8137(月曜休館)

コミュニケーションカフェ

自分も相手も大切にし、上手に自分の気持ちを伝える「アサーティブ」を学びます。初参加のかた歓迎。

日時▶5月23日(土)13:30~15:00

会場▶サンパル秋田(文化会館内)

お茶代▶100円 **定員**▶20人

申込▶5月8日(金)9:00から女性学習センター☎(824)7764

ひとり親家庭が対象 各種講習会

ひとり親家庭の父親や母親、寡婦が対象です。就職に必要な技術習得をめざします。①~③の会場は、県社会福祉会館(旭北)。所定の用紙で、秋田県ひとり親家庭就業・自立支援センター(県社会福祉会館内)へお申し込みください。詳しくはお問い合わせを。☎(896)1531

①**経理事務講習会(日商簿記3級)**

日時▶5月30日(土)から9月19日(土)までの土曜に15回、10:00~15:00

資料代▶3,000円程度 **定員**▶20人

申込▶5月15日(金)15:00まで

②**調理師試験対応講習会**

日時▶6月26日(金)・29日(月)、7月1日(水)、8月11日(火)、9:00~17:00

資料代▶3,000円程度 **定員**▶20人

申込▶6月12日(金)まで

③**パソコン講習会** **日時**▶①日中コース(ワード・エクセル基礎編)は7月6日(月)から10日(金)までの9:00~16:00(6日は17:00まで)、②夜間コース(ワード・エクセル基礎編と初級ステップアップ編)は7月13日(月)から8月31日(月)までの月・水・金曜日に15回、18:30~20:30 **定員**▶各10人 **資料代**▶2,000円程度 **申込**▶

①日中コースは6月22日(月)まで、

②夜間コースは6月29日(月)まで

*②夜間コースのみ託児あり。

④介護職員初任者研修講習会

期間▶申し込みから約4~6か月間

会場▶実技スクーリングはニチイ学習館(秋田・御所野教室)で。自主学习は通信制 **受講料**▶12,000円とその他実費 **定員**▶希望者の中から10人程度を選考します

申込▶随時受け付けます

エコドライブ実技講習

運転操作の講座と実技。

対象▶運転免許があるかた

日時▶5月23日(土)、午前の部(9:00~12:00)と午後の部(13:00~16:00)

会場▶県警察運転免許センター(新屋)

定員▶各15人

申込▶5月15日(金)まで環境総務課地球温暖化対策担当☎(863)6862

南消防署の救命講習会

心肺蘇生法の実技やAEDを使った応急手当など。先着20人。

日時▶5月24日(日)9:00~12:00

会場▶南部市民SC(なんびあ)

申込▶5月2日(土)から秋田南消防署

☎(839)9551

みんなの掲示板①

■いのちの電話相談員養成研修 心の悩みを聴く相談員を養成します。

日時▶5月12日(火)から7月14日(火)までの毎週火曜、18:30~20:00

会場▶ジョイナス **受講料**▶1回1,000円 **申込**▶NPO法人秋田いのちの電話☎(823)0021(12:00~18:00)

■ミニテニス教室 **日時**▶5月13日(水)・20日(水)・25日(月)、昼コース10:00~12:00、夜コース19:00~21:00 **会場**▶茨島体育館

参加費▶500円 **定員**▶各30人

申込▶5月6日(水)8:30から8日(金)まで秋田市ミニテニス協会の佐々木さん☎・FAX(879)2769

■弓道教室 **日程**▶5月30日(土)から8月8日(土)までの水・土曜日、13:00~15:00(中学生は12回、一般は21回) **会場**▶一つ森公園弓道場

参加費▶3,500円 **定員**▶中学生5人、一般(高校生以上)15人

申込▶5月20日(水)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

ながめサイコー
無料展望台から

ゴールデンウィークは
セリオンへ行こう！

セリオンが
リニューアルオープン！



1階物販フロア(一部)

遊びに来てね！



4月10日、秋田市ポートタワーセリオン(道の駅あきた港)が店舗を拡充して生まれ変わりました。ぜひお越しください！セリオン ☎(857)3381

<http://www.selion-akita.com>

- ★1階は物販フロアに…野菜の産直販売や県内すべての蔵元の日本酒コーナー、海産物加工品・土産物コーナーなど
- ★道の駅あきた港限定「ババヘラソフト」を販売中！
- ★レストランも開店…1階に農家レストラン「セリオンキッチン」、タワー4階に地上96mの展望レストラン「セリオンカフェ」がオープン



県内の日本酒がずらり！
「美酒王国秋田コーナー」