

広報 あきた

市民の生活情報誌

落刈り撮影会

モデルは、あきた観光レディー
…6月6日、仁井田の落畑で



国勢調査

2015
10月実施

10月実施

平成27年(2015)

7月3日号

NO.1844

特集

元気度チェックで介護予防 10ページ～



rukube
kita

仲間と一緒に
いきいき健康に!

歩
く
べ
ー
あ
き
た
!

「歩くべ! あきた!」は、仲間とチームを組んで、決められた期間の歩数を数えて健康になるという取り組みです。参加チームに、歩数を月ごとにEメールで報告してもらいます(職場の仲間チームではチームの平均値で順位も競います)。

「運動はなかなか続かなくて…」というかたも、仲間とチームを組んで、楽しくお互いをサポートしながらできるのでおすすめです。参加無料。ぜひご応募ください!

参加
チーム
募集!!

参加条件、定員など

(A)
65歳以上
チーム

市内在住の65歳以上のかたで構成。1チーム3~5人。定員20チーム(定員超は抽選)。歩数計は貸し出します(最後まで継続したかたには差しあげます)。
集計期間▶9月1日(火)~11月30日(月)

(B)
職場の仲間
チーム

市内在住または市内に通勤している同じ職場内のかたで構成(年齢制限なし)。1チーム3~5人。定員50チーム(定員超は抽選)。歩数計は各自でご用意ください。
集計期間▶9月1日(火)~来年2月20日(土)

(A)(B)共通の参加要件…①チーム内にリーダーを1人決める ②メンバー全員が運動不足を感じている ③Eメールとエクセルファイルが使えるパソコンを所有(65歳以上チームでパソコンがない場合は要相談) ④「スタートイベント(下記参照)」にチームから1人以上参加できる

スタートイベント…ウオーキングの講習を市立体育館で実施します。

(A)65歳以上チーム

▶8月25日(火)10:00~11:30

(B)職場の仲間チーム

▶8月27日(木)18:30~20:00



表彰式(来年3月に開催)

…65歳チームは期間中に継続できたチームを表彰、職場の仲間チームは順位の発表と表彰を実施します。

申し込み

保健予防課ホームページや各地区コミュニティセンターにある申込用紙で、郵送、FAX、Eメールまたは市ホームページ電子申請で、7月31日(金)(必着)までに、〒010-0976 八橋南一丁目8-3 保健予防課 FAX(883)1173 Eメール ro-hlpr@city.akita.akita.jp 問▶☎(883)1178

もくじ

表紙のはなし♪



初夏の風物詩「薮刈り撮影会」。笑顔の写真はもちろんですが、仁井田特産の大きな秋田蓆を、慣れない鎌さばきで一生懸命刈り取る姿もまたシャッターチャンス!でした。

3 市長コラム

4 7月12日は市の記念日
功労者を表彰

6 市役所からのお知らせ

…生ごみの水切りをしましょう/
大学生による機能別消防団員を募集/
市職員採用試験(職務経験者など)/
後期高齢者医療保険のお知らせ ほか

10 あなたの元気度はどのくらい?
…基本チェックリストで健康チェック

12 支え合う介護保険

…8月から負担割合などが変わります

14 育児コーナー

…乳幼児健診日程/育児イベント

16 情報チャンネルa

…美術館企画展/キャンドルナイト/
夏休みはZOOへGO!/
パッサウからのメッセージ ほか

7/20・21 土崎港曳山まつり

7/25・26 秋田港海の祭典

講座/催し/案内・健康

24 アルヴェ Summer Summerフェスタ

■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)



“東北の心はひとつ、さらに前へ。”—
6市の祭りパレードが、絆をより強めました

五月、六魂祭、そして七夕へ

まちが熱気で沸き立つとは、まさにこういうことだったんでしょ。5月30・31日に開催された「東北六魂祭2015秋田」は、東日本大震災からの復興への祈りの中、出演者、観衆、祭りを支えた多くの関係者に深い感動を呼び起こし閉幕しました。

大きな事故や混乱もなく、来場者は予想を上回る26万人、秋田経済研究所による経済波及効果も約31億円と推計されています。ここではすべてを紹介できないのが残念ですが、多方面のかたがたのご理解とご協力があつてこそ実現した祭りです。関係各位には心より感謝申し上げます。

また、混乱を避けるため、今回はこれまでにないほどの広範囲かつ長時間の交通規制を実施しました。ややもすれば見過ごされそうなことなのですが、多くの市民や事業者のみなさまには大変なご不便、ご迷惑をおかけしたにもかかわらず、渋滞や行列にも冷静に整

然と対応していただきました。こうした行動にモラルの高さや辛抱強さなどを感じ、私も同じ一市民として誇らしくホッと心が温まる思いでした。

さて、六魂祭で熱くなった秋田市を今頃は梅雨の雨がしつとりと潤していることでしょう。瑞々しい紫陽花の青や紫が目にも鮮やかです。ほおずきもそろそろ色づく頃でしょうか。幼い頃、赤い実を口に含んだときの酸っぱかったことが懐かしく思い出されます。

まもなく七夕もやってきます。震災から4年が経ちますが、今でも避難生活の中「家族が一緒に暮らせますように」「家に帰りたい」「前の仕事に戻りたい」などの願いを短冊に託している多くのかたがいることを忘れてはいけません。私たち一人ひとりが自分のできることを見つけて被災者のみなさんの心に寄り添っていかなければ、六魂祭の願いである東北の真の復興は成し得ないと、祭りが終わっ

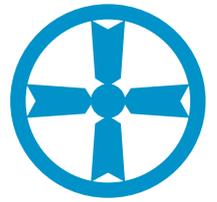
た今、改めて感じています。たくさんの手紙やメールをいただきました。最後は、とくに心に残った1通の「市民の声」をご紹介します。

復興への祈りが根源にあるこの祭りですが、被災されたかたがたは今どんな思いでいるのか、など再考する機会にもなりました。災い、悲しみ、辛苦を乗り越えるには、傷を癒す絶対的な時間と、乗り越えようとする人の情念、またそれを勢いづける活気が必要なのかもしれないですね。ぜひまた開催してほしいと思います。

この祭り、非常に感動しました。テレビやパソコンの画面からでは到底感じることができない、人の力というものを感じました。力強い血の通った熱の様なものがありました。(二部抜粋)

あつという間に駆け抜けた、5月の熱い2日間でした。

◆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/>



7月12日は「市の記念日」◆功労者を表彰

市勢発展への貢献を称えて

記念日式典

7月6日(月)午後2時
文化会館大ホール

7月12日は「市の記念日」です。明治22年7月12日の秋田市役所開庁にちなんで昭和3年に制定しました。市では、7月6日(月)に記念日式典を開催し、市勢発展に貢献された112人、7団体を表彰します。総務課 ☎(866)2007

功労者表彰



野口良孝さん(新屋)

秋田市社会福祉協議会会長として地域福祉の向上に尽力するとともに、西部地域住民自治協議会会長として市民協働・都市内地域分権の推進に貢献されました。



齊藤善彦さん(雄和)

秋田市農業委員会委員として、農業政策への建議・要望の提出と農地転用などに対する助言・指導を行うなど、適正な農地行政の執行に貢献されました。



鈴木玲子さん(保戸野)

秋田市固定資産評価審査委員会委員として適正な審査に努め、税制度の公平性の確保に貢献されました。

一般表彰(敬称略)

行政管理

情報公開審査会委員
古谷薫(山王)
個人情報保護審査会委員
天野博子(桜)

田口善一(大町)

勝見篤司(旭南)

大友峰廣(川尻)

碓屋隆志(川元)

伊藤正治(山王)

大森徹(川尻)

柳原利雄(茨島)

舟木榮治(牛島)

佐々木勉(添川)

川上隆司(手形)

春日幸夫(濁川)

加賀谷秋雄(広面)

武内仁(横森)

鎌田豊(横森)

嵯峨恭榮(太平)

佐藤健悦(外旭川)

加賀屋満(將軍野)

千蒲春雄(下新城)

高田登(下新城)

石井友孝(仁井田)

佐藤洋一(下浜)

奈良隆吉(金足)

鎌田英文(河辺)

小野寺平良(河辺)

齊藤學(河辺)

社会福祉

ボランティア
グリーン会/グリーンクラブ/都美峰会
民生委員・児童委員

石井恵美子(仁井田)

長谷川俊二(広面)

幸野道子(旭川)

外山宗平(寺内)

菊地満紀子(泉)

佐々木昌子(泉)

齋藤緑(寺内小)

成田成子(寺内小)

佐川孝英(中通)

山内洋子(旭北)

柏谷昭治(牛島)

塩谷正文(牛島)

高橋勝(土崎)

石川眞二(外旭川)

加賀谷重孝(土崎南)

佐藤栄一(土崎南)

三浦利行(四ツ小屋)

辻正(八橋)

高橋東洋治(御所野)

小松勇(築山)

加羅谷政男(土崎)

野中利雄(港北)

武田芳子(寺内)

石井進(八橋)

桂川タミ子(八橋)

尾形益治郎(新屋)

若杉憲一(新屋)

交通安全

交通安全指導隊員
鈴木幸夫(雄和)
酒井慶一(雄和)
加藤忠治(浜田)

自治振興

地域審議会委員
佐藤剛(雄和)
池田剛(雄和)

町内会長

八柳隆司(手形)

菅道子(中通)

瀧澤文雄(檜山)

菊地宏(保戸野)

本間隆一郎(保戸野)

宇佐見昭一(保戸野)

伊藤誠(八橋)

佐藤勇(八橋)

寺島好太郎(大町)

保健・医療

保健・医療
地域保健推進員会会長
加藤陸廣(浜田)

秋山勇吉(旭川)

鈴木恵美子(四ツ小屋)

不法投棄監視員

田口忠次(河辺)

吉田善勝(雄和)

田中一子(保戸野)

若杉憲一(新屋)

* ()内は住所。民生委員・児童委員は担当地区名。

市政 トピックス



開署式でのテープ
カットの様子

秋田南消防署河辺分署が開署 河辺地域の“安全・安心”を守ります

6月3日、秋田南消防署河辺分署の開署式を行いました。河辺分署は、河辺市民サービスセンターのとなり北西側に新築したもので、放水訓練場や屋外訓練塔を併設しています。

同署はこれからも、河辺地域の防災拠点として、市民のみなさんの安全・安心を守ります。

秋田南消防署河辺分署 ☎(882)3300



建物外観



屋外訓練塔

河辺分署で救急救命講習を実施します

心肺蘇生法やAEDの使い方など。先着20人。

日時▶7月25日(土)9:00~12:00

申込▶7月4日(土)から河辺分署 ☎(882)3300

河野敦夫仙台支店長(左)と
穂積市長。右はマスコット
キャラクターの「スポまる」



大塚製薬株式会社と協定を締結 “はずむ！スポーツ都市”をサポート

6月12日、スポーツ振興の推進に関する協定を大塚製薬株式会社と締結しました。

協定では、市が実施するスポーツ振興事業への飲料水などの提供や、同社が行う熱中症予防対策のための販売促進事業に市が協力し、その売り上げの一部をスポーツ振興事業の推進を目的に市に寄付していただくことなどを定めています。スポーツ振興課 ☎(866)2247

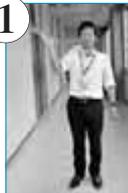
7月12日(日)「市の記念日」 に次の施設を無料開放！



大森山動物園

- 大森山動物園 ☎(828)5508
- 千秋美術館 ☎(836)7860
- 赤れんが郷土館 ☎(864)6851
- 民俗芸能伝承館 ☎(866)7091
- …同館の貸出施設は有料です。
- 旧金子家住宅 ☎(866)7091
- 佐竹史料館 ☎(832)7892
- 久保田城御隅櫓 ☎(832)1298
- 旧黒澤家住宅 ☎(831)0285

- | | | | | | | | | |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|---------------|
| 佐藤政光(雄和) | 佐藤仁太郎(河辺) | 林道管理責任者 | 井村博(保戸野) | 片谷信一(保戸野) | 商業振興 | 石郷岡誠(泉) | 北村知子(四ツ小屋) | 廃棄物減量等推進審議会委員 |
| 齋藤豊(新屋) | 益子定憲(寺内) | 渡邊清明(土崎港) | 伊藤妙子(川尻) | 東海林光子(楡山) | 青少年育成 | 文化財保護審議会委員 | 工藤忠兵衛(雄和) | 鎌田勇(上北手) |
| 佐々木妙子(河辺) | 北原和子(御野場) | 加藤裕子(河辺) | 成澤明子(土崎港) | 今井勇(將軍野) | 石塚昭信(河辺) | 児童育成クラブ世話人 | 渡邊達夫(上新城) | 渡邊静雄(上新城) |
| 災害 | 戸賀沢自治会自主防 | 地域自主防災組合／ | 会自主防災隊／金足 | 合連合会／羽川町内 | 旭南地区自主防災組 | 自主防災組織 | 加藤勝美(浜田) | 体育 |

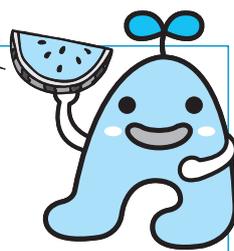


市役所からの お知らせ

訂正とおわび▶広報あきた6月19日号8ページに掲載した「介護保険料の納入通知書をお送りします」の記事の最終行に誤りがありました。訂正しておわびします(広報広聴課)

(誤)「月額7万4千784円」 (正)「年額7万4千784円」

●文中「S.C」はサービスセンターの略です。



夏到来！生ごみの 水切りを心がけよう

ほんのひと手間でごみ減量だよ

環境都市推進課 ☎(866)2943

■夏は生ごみが増える時期…家庭ごみの約半分は生ごみです
が、夏は果物など水分の多いごみで、さらに生ごみが増加！
■ギョッとひとこぼし…生ごみを捨てる前にギョッとひとこぼしすると約10%の水分をカットできます。ごみの臭いも軽減！果物の皮など、一晩おいて乾かすのも効果的です
■環境にやさしい「生ごみの水切り」…ごみの水分が少ないと、ごみの処理に必要な燃料も少なくなります。今日から捨てる前のギョッとひとこぼしをお願いします！

地域の雑草を刈り取って 環境美化に努めましょう

7月中旬から9月下旬頃までは、空き地などに雑草が多く生え、まちの美観を損ない、蚊など害虫の発生源になるほか、不審火の原因にもなります。所有者、管理者が雑草を刈り取って、環境美化に努めましょう。

なお、草刈機を無料で貸し出します。お申し込みはアメリカシロヒトリ防除室へ。☎(823)3061
■刈り取った草の処理
乾燥させてから、直接、総合環境

デング熱対策 蚊の発生にご注意を

デング熱など、蚊が媒介して感染する病気を防ぐため、家の周り

センター(河辺豊成)へ搬入してください。受入時間は、月・土曜日(祝日を除く)、午前8時～午後4時。その際、ごみ処理手数料(10kgにつき115円)がかかります。
また、刈った草の搬出を業者に依頼したいときは、市の許可を受けた業者(運搬費など有料)を紹介するので、公園課へお問い合わせください。☎(866)2445

などで蚊が発生しないようにしましょう。

蚊の幼虫は水たまりから発生

空き缶、バケツ、プランターなど、水たまりができてしまうものに水をためないように注意しましょう

蚊の成虫はやぶなどに好んで生息

こまめに下草や、やぶの刈り取りを行いましょう

蚊に刺されない工夫を

緑が多い木陰ややぶなど、蚊の発生しやすい場所では、蚊に刺されないように長袖シャツ、長ズボンを着て肌の露出を避け、必要に応じて虫よけ剤などを使いましょう

●問い合わせ

健康管理課 ☎(883)1180

国民年金保険料の 免除申請を受け付け

平成27年度国民年金保険料の免除申請を7月から受け付けています。国民年金には、所得の減少や失業などで保険料の納付が困難なときに、本人の申請により免除される制度があります。

免除には、「全額免除」「4分の3免除」「半額免除」「4分の1免除」があり、本人、配偶者、世帯主の所得で審査されます。また、30歳未満のかた(学生を除く)が対象の「若年者納付猶予制度」もあります。
免除申請などが承認されると…

・免除された期間は、年金を受け取るための資格期間(25年)に入ります。一部免除は、その保険料を納付すると資格期間に入ります(障害基礎年金の要件である納付期間にも入ります)

・免除・猶予された期間の保険料は10年以内なら後で納めること(追納)ができ、納めた分は年金受給額に反映し、計算されます(3年目以降の分を追納する場合、当時の保険料に一定額が加算されます)

*学生を対象とした「学生納付特例」もあります。申請受付全般について詳しくは、国保年金課へどうぞ。☎(866)2097

免除の申請窓口(平日のみ)▶国保年金課(議場棟1階)、各市民S.C、アルヴェ駅東S.C、岩見三内・大正寺の各連絡所

必要なもの▶年金手帳、印鑑、失業や災害などが理由のかたは、それを証明する書類(雇用保険受給資格者証、離職票、り災証明書など)
*申請日から原則2年1か月前までさかのぼって申請できます。

申請は年度単位となります。なお、国民年金保険料の年度区分は「7月～次の年の6月」です
審査結果▶日本年金機構から通知書が送られます。詳しくは、秋田年金事務所へお問い合わせください。☎(865)2399

●人口▶317,171人(-65) …5月分 出生▶192人
 ・男▶149,157人(-21) 死亡▶266人
 ・女▶168,014人(-44) 転入▶522人
 *1年前の人口▶319,178人 転出▶513人
 ●世帯▶135,610世帯(+22) ()内は前月比

市職員の採用試験 (獣医師・薬剤師・職務経験者)



必ず受験案内書に従い手続きしてください。受験案内書は、市ホームページからも入手できます。

<http://www.city.akita.akita.jp/city/gn/ps/>

試験区分	採用予定数	受験資格	
獣医師	1人	昭和45年4月2日以降に生まれ、獣医師・薬剤師免許を有する、または27年度中に実施される国家試験で各免許を取得見込みのかた	
薬剤師	2人	同上	
職務経験者	行政	5人	職務経験が通算して5年以上のかた
	臨床心理士	1人	臨床心理士の資格を有し、当該資格が必要な職務経験が通算して3年以上のかた
	歯科衛生士	1人	歯科衛生士の資格を有し、当該資格が必要な職務経験が通算して5年以上のかた
	土木	3人	土木工事における企画立案・工事の設計・監督に関する職務経験が通算して5年以上のかた
	電気	2人	電気・機械設備の計画・設計・工事管理に関する職務経験が通算して5年以上のかた
	機械	1人	同上

*通算できる「職務経験」には一定の要件があります。詳しくは、受験案内書をご覧ください。

試験内容

一次 書類審査(獣医師・薬剤師は除く)

獣医師・薬剤師は一次試験となります。
 実施日▶9月20日(日) 会場▶秋田県JAビル、または都市センターホテル(東京都千代田区) 試験方法▶社会人基礎試験、専門試験、面接試験

*試験区分により試験方法が異なります。詳しくは受験案内書をご覧ください。

受験案内書と申込

受験案内書の配布場所▶市役所1階総合案内、人事課(3階)、各市民SC、駅東SC、秋田市東京事務所
 受験申込▶7月31日(金)までに人事課へ
 問い合わせ▶☎(866)2012

*高校卒業程度や資格職の採用試験の日程などは、市ホームページをご覧ください。会場や試験方法は、広報あきた7月17日号でお知らせします。

自主防災リーダー研修 会の参加者を募集

地域の防災に関心があるかたやリーダーとしての活動をめざすかたが対象です。「自主防災活動の継続について」をテーマにした講話と、自主防災組織代表者の体験発表。参加無料。先着80人。
 日時▶8月9日(日)午後2時30分～4時35分
 会場▶にぎわい交流館(中通)
 申込▶氏名、町内会名、電話番号を書いて、はがきかFAX、Eメール

求む！ 若い行動力

大学生の行動力と知識で特定の



大学生による機能力 消防団員を募集！

1ルで7月27日(月)まで、
 〒010-8560 秋田市防災安全対策課「自主防災研修」係
 FAX(823)5099
 Eメール ro-gnds@city.akita.akita.jp
 ●問い合わせ 防災安全対策課
 ☎(866)2021

業務を行う、機能別消防団員を募集します。講習などを受けて防災に関する技術と知識を身につけ、大きな災害時にサポーターなどを行ってもらいます(日常的な災害対応はありません)。定員15人。
 対象▶今年4月現在、市内に住む満18歳以上、大学の学生(性別・学年は問わず)
 申込▶所定の応募用紙に顔写真(縦4cm×横3cm)を貼り付け、郵送または持参で、7月3日(金)から24日(金)(必着までに、
 〒010-0951 秋田市消防本部総務課(消防庁舎4階)

市税の納付を お願いします



*応募用紙は各大学の事務局、または市消防本部ホームページから入手してください。
 ●問い合わせ 消防本部総務課
 ☎(823)4000

難病医療費助成制度の 対象疾病を拡大します

指定難病(厚生労働省が指定する疾病)に該当するかたを対象に、医療費を助成しています。今年7月1日から、助成の対象を、110疾病から306疾病に拡大しました。
 対象となる疾病は、健康管理課にお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

●問い合わせ
 健康管理課☎(883)11800

●問い合わせ
 納税課☎(866)2059
 国保年金課☎(866)2189

7月が納期の市税は、固定資産税第2期と国民健康保険税第1期です。納期限は7月31日(金)。納期内に納めてくださるようお願いいたします。
 市税の納付は、簡単に便利な口座振替をご利用ください。口座振替の場合、納期の最終日が口座引き落とし日です。



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。

**医療費の自己負担が
軽減される福祉医療費
の申請を忘れずに**

次の①②に該当するかたは、申請すると「福祉医療費受給者証」が交付され、診療の際に受給者証と健康保険証を一緒に医療機関に提示すると、保険診療の自己負担分（1～3割）が助成されます。

①子どもの福祉医療制度は、子ども総務課(市役所3階)

☎(866)8846
FAX(866)2405

②障がい児者の福祉医療制度は、障がい福祉課(福祉棟1階)

☎(866)2093
FAX(863)6362

①②とも、北部・西部・南部・河辺・雄和の各市民SC、アルヴェ駅東SCでも受け付けます。

①子どもの福祉医療制度の対象

0～1歳▶全員に入院・通院医療費を助成します。所得確認あり
2～6歳▶入院は全員に助成します。通院は所得制限あり
小学生▶入院・通院ともに所得制限あり

*1歳以上で市(区町村)民税所得割が課税されている世帯は、自己負担分の半額をお支払いいた

だきます。なお、医療機関(入院・通院それぞれ)や薬局ごとに月額1千円が上限です。

ひとり親家庭、父母がいない家庭、父か母が重度の身体障害者手帳をお持ちの家庭▶18歳までのお子さん(18歳に達する日以後の最初の3月31日まで)が対象です。所得制限があります。お子さんが就職などで、社会保険本人(※)になると該当しません

②障がい児(者)の福祉医療制度の対象

重度心身障がい児(者)▶身体障害者手帳1～3級が療育手帳Aをお持ちのかた。社会保険本人(※)は所得制限があります

高齢身体障がい者▶65歳以上で身体障害者手帳4～6級をお持ちのかた。所得制限があります。社会保険本人(※)は該当しません

※秋田市国民健康保険、国民健康保険組合、後期高齢者医療制度以外の健康保険の被保険者のこと

■更新申請書を送付しました

福祉医療費受給者証は、毎年8月1日に更新されます。受給者証の有効期間が平成27年7月31日までのかたへ、6月に更新申請書をお送りしました。申請書を期限までに提出したかたには、7月下旬に支給判定結果をお知らせします(受給対象者には新しい受給者証を同封します)。

■新規申請を受け付けます

新たに受給者証を申請する場合の申し込みは、「乳幼児・小学生」が7月13日(月)から、それ以外の対象が7月21日(火)から上記①②の窓口で受け付けます。

*平成26年度は所得制限を超えたため該当しなかったかたでも、今年度は受給者証が交付される場合があります。詳しくはお問い合わせください。

*ひとり親家庭のかたで、「乳幼児・小学生」の福祉医療制度の受給者証(対象区分および負担者番号)の上2桁が「74」をお持ちのかたは、申請により「ひとり親家庭」の制度に切り替えできる場合がありますので、ご相談ください。

■健康保険が変わったら福祉医療の手続きも忘れずに

加入している健康保険が変わったかたは、新しい健康保険証と印鑑を持って上記①②の窓口で変更手続きをしてください。退職などによって任意継続保険を取得・喪失したかたも手続きが必要です。

自動交付機を一時停止します

7月15日(水)に点検作業のため、次の場所にある自動交付機(住民票の写しなどを発行)を停止しま

すので、ご了承ください。

場所・時間▶にぎわい交流館：午後1時～3時、アルヴェ駅東SC：午後4時～6時

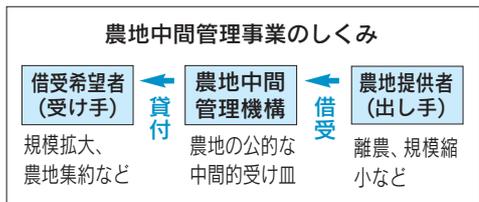
●問い合わせ

市民課☎(866)2018

農地の借受希望者(受け手)を募集します

秋田県農地中間管理機構では、人と農地の問題解決に向けた仕組み「農地中間管理事業(左図参照)」における農地の借受希望者(受け手)を募集します。来年1月29日(金)まで受け付けますが、お早めにお申し込みください。

申込▶農業農村振興課または市ホームページにある応募用紙に記入のうえ、郵送か持参、Eメールで同課へ。〒010-0973八橋本町六丁目12-1 農業農村振興課 Eメール To:agen@city.akita.akita.jp



*同機構への農地貸付を希望するかた(出し手)の相談も、随時受け付けています。農業農村振興課☎(866)2116



8月から使う新しい被保険者証を7月下旬に送ります



後期高齢者医療制度に加入しているかたへ、8月1日(土)から有効となる被保険者証を7月21日(火)ころに簡易書留でお送りします(色はやまぶき色)。

自己負担割合額は平成26年中の所得で改めて判定しているため、今までと違う場合があります。新しい被保険者証をご確認ください。

限度額適用・標準負担額減額認定証の更新手続きはお早めに▶医療機関の窓口で提示すると自己負担限度額までの支払いになる「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期限は7月31日(金)です。継続になるかたへ、認定証を被保険者証と一緒に送ります。新たな対象者には、7月上旬に申請書をお送りします。同封した封筒で返信してください。

自己負担限度額(1か月)

区分		外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)
市民税課税世帯	一定以上の所得があるかた 被保険者証の一部負担金の欄が「3割」のかた	44,400円	80,100円+(医療費-267,000円)×0.01 *12か月で4回以上支給の場合は4回目以降44,400円
	一般 被保険者証の一部負担金の欄が「1割」のかた	12,000円	44,400円
市民税非課税世帯	区分Ⅱ 認定証の適用区分が「区分Ⅱ」	8,000円	24,600円
	区分Ⅰ 認定証の適用区分が「区分Ⅰ」	8,000円	15,000円

入院時の食事代(1食につき)

市民税課税世帯		260円	
市民税非課税世帯	区分Ⅱ	前12か月の入院日数 90日目まで	210円
		91日目から	160円
	区分Ⅰ		100円



決定通知書と納入通知書を7月13日(月)に送ります

後期高齢者医療制度に加入している75歳以上、または一定の障がいがある65歳以上のかたに、平成27年度後期高齢者医療保険料額決定通知書と納入通知書を7月13日(月)にお送りします。

金額は、平成26年中の所得などをもとに算定しており、年額保険料は所得割額と均等割額の合算となり、100円未満切り捨てで上限額が57万円です。

*所得割額=加入者の所得に応じた分。

計算式→(所得-33万円)×8.07%

*均等割額=加入者に等しく負担していただく分。一律39,710円

平成27年度の保険料の軽減

所得の低いかたなどは、被保険者の総所得額などに応じて保険料を軽減しています。

所得割額の軽減 被保険者の総所得額(平成26年の所得-基礎控除額33万円)などが58万円以下の場合▶5割軽減

均等割額の軽減

世帯(被保険者および世帯主)の総所得額など	軽減割合	軽減後の均等割額
33万円以下で、被保険者それぞれの年金収入が80万円以下(年金以外の収入がある場合はその所得が0円)	9割	3,971円
33万円以下	8.5割	5,956円
(33万円+26万円×被保険者数)以下	5割	19,855円
(33万円+47万円×被保険者数)以下	2割	31,768円

後期高齢者医療制度に加入する前日まで、健康保険の被扶養者であったかた(国保・国保組合の加入者は除く)の軽減

▶所得割額0円、均等割額3,971円

後期高齢者医療保険
ホっとするね、未来いきいき♪

後期高齢医療課
☎(800)2513



緑化コンクールの参加者を募集します

秋田市民憲章推進協議会では、

緑化コンクールへの参加団体(個人含む)を募集します。町内会、婦人会、PTA、老人クラブ、子ども会、学校、家庭などの花だんが対象。書類と巡回審査により、特別優秀賞、優秀賞などを決定します。

申込▶7月31日(金)まで所定の申込書で同協議会へ。詳しくはお問い合わせください

●問い合わせ 秋田市民憲章推進協議会 ☎(866)2253

「健診ガイド」を
活用ください



各種健診の詳細を掲載した「秋田市の健診ガイド」(A4判、20ページ)を、広報あきた5月15日号と同時に全戸配布しましたのでご利用ください。

なお、記載内容の一部を次のとおり変更します。

◆18ページに掲載した実施医療機関のうち、「富田胃腸科内科医院(新屋豊町)」では、大腸がん・前立腺がん検診に加え、骨粗しょう症検診も行います

●問い合わせ

保健予防課 ☎(883)1176

あなたの 元気度は どのくらい？

「基本チェックリスト」で 賢く介護予防！

健康的な生活を保ち、賢い介護予防のため、左のページの「基本チェックリスト」(対象は65歳以上のかたで)ご自分の元気をチェックしてみましょう。

■各項目ごとに、「できるか」ではなく、「普段しているか」という視点で、「はい」「いいえ」をお答えください。

判定結果

- ① 番号1～20で10点以上の場合▶生活機能全般が衰えているおそれあり
- ② 番号6～10で3点以上の場合▶足腰などの筋力が衰えているおそれあり
- ③ 番号11・12で2点の場合▶栄養不足(低栄養)のおそれあり
- ④ 番号13～15で2点以上の場合▶お口の機能が衰えているおそれあり



秋田拠点センターアルヴェで行われた介護予防の「元气づくり教室」の様子。この日は理学療法士の指導のもと、無理なくできるストレッチなどで体を動かしました。もちろん会話も楽しみながら♪

①～④に当てはまるかたは、「介護予防事業」をご利用ください

市では、65歳以上で要介護・要支援認定を受けていないかたを対象に、「元气づくり教室」(通所型は1回につき230円)。訪問型は無料を開催しています。

運動・栄養・口腔のメニューがあり、通所型は、地区コミュニティセンターやデイサービスセンターなどを会場に行っています。ご希望のかたは、下記の「地域包括支援センター」へご相談ください。

ご利用ください！ 地域包括支援センター



地域包括支援センターは、主任ケアマネージャー、保健師、社会福祉士などの専門職がチームを組んで、高齢者が住み慣れた地域で生活していけるよう支援する機関です。

困りごと、心配事、どんなことでもお気軽に、お住まいの地区の地域包括支援センターにご相談ください。

■自立して生活できるよう支援します…高齢者ができる限り在宅で、自立した日常生活を送られるよう、

介護予防や健康づくりのお手伝いをします

■高齢者の権利を守ります…成年後見制度の紹介や利用支援、虐待の早期発見・対応に努めるなど、関係機関と連携して高齢者を守ります

■総合相談…介護に関する相談や悩みのほか、健康や福祉、医療や生活に関する相談にも応じます。「どこに相談したらいいかわからない…」といった悩みも、まずはセンターにご相談ください。

地域包括支援センター一覧(18か所)

対象地区▶センター名と連絡先

★八橋(八橋字イサノを除く)、高陽、山王、大町、旭北、千秋(千秋久保田町を除く)▶八橋地域包括支援センター社協☎(8833)14665

★旭南、川元、川尻、茨島、卸町▶川元地域包括支援センター社協☎(8533)5968

★泉、保戸野▶泉地域包括支援センターリンデンパウム☎(8966)5960

★中通、南通、榎山▶中通地域包括支援センター幸ザ・サロン☎(827)3323

▶「はい」「いいえ」の前にある数字(0か1)の合計で、結果を判定します

番号	質問項目	いずれかに○を	
1	バスや電車を利用して1人で外出していますか	0. はい	1. いいえ
2	日用品の買い物をしていますか	0. はい	1. いいえ
3	預貯金のおし入れをしていますか	0. はい	1. いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	0. はい	1. いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	0. はい	1. いいえ
6	階段を手すりや壁を伝わらずに昇っていますか	0. はい	1. いいえ
7	いすに座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0. はい	1. いいえ
8	15分くらい続けて歩いていますか	0. はい	1. いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	1. はい	0. いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	0. いいえ
11	6か月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい	0. いいえ
12	BMI(体格指数=体重÷身長(m)÷身長(m))が18.5未満ですか	1. はい	0. いいえ
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1. はい	0. いいえ
14	お茶や汁物などでむせることがありますか	1. はい	0. いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1. はい	0. いいえ
16	週に1度以上は外出していますか	0. はい	1. いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. はい	0. いいえ
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか	1. はい	0. いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話を掛けることをしていますか	0. はい	1. いいえ
20	今日が何月何日か分からないときがありますか	1. はい	0. いいえ
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がないと感じますか	1. はい	0. いいえ
22	(ここ2週間)これまで楽しんでやっていたことが楽しめなくなったと感じますか	1. はい	0. いいえ
23	(ここ2週間)以前は案にできていたことが今ではおっくうに感じられますか	1. はい	0. いいえ
24	(ここ2週間)自分は役に立つ人間だと思えないことがありますか	1. はい	0. いいえ
25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがしますか	1. はい	0. いいえ

*番号21~25で2点以上の場合は、心の健康に注意が必要です。
一度かかりつけ医や地域包括支援センターにご相談ください。

はり・きゅう・マッサージ 受療券を交付します



後期高齢者医療制度の被保険者に、はり・きゅう・マッサージの受療券(1回につき800円を助成する券15枚綴り)を交付します。

今年度まだ申請していないかたが対象です。後期高齢者医療被保険者証を持って、長寿福祉課(市役所福祉棟2階)、各市民サービスセンターなどでお申し込みください。長寿福祉課 ☎(866)2095

高齢者セーフティ研修会

日時▶7月13日(月)13:30~15:30

会場▶北部市民サービスセンター

秋田臨港警察署署員による「秋田市北部高齢者さがしてネットワーク」の取り組み発表や、特殊詐欺の被害防止対策の講話など。参加無料。直接会場へお越しください。

●問い合わせ 下新城地域包括支援センターニコニコ ☎(872)1300

- ★手形、手形山、東通、千秋久保田町▶東通地域包括支援センターひだまり ☎(884)1405
- ★旭川、新藤田、濁川、添川、山内、仁別、柳田、太平、下北手▶旭川地域包括支援センター友遊 ☎(838)1011
- ★広面、横森、桜、桜力丘、桜台、大平台、蛇野▶広面地域包括支援センター桜の園 ☎(853)7240
- ★河辺▶河辺地域包括支援センター社協 ☎(882)5565
- ★勝平▶勝平地域包括支援センターシンシア ☎(883)3055
- ★新屋、浜田、下浜、豊岩▶新屋地域包括支援センターエンデバー ☎(888)8761
- ★牛島、大住、山手台、上北手▶牛島地域包括支援センター南寿園 ☎(838)0304
- ★仁井田、御野場、四ツ小屋、御所野▶御所野地域包括支援センターけやき ☎(826)0951
- ★雄和▶雄和地域包括支援センター緑水苑 ☎(881)3511
- ★寺内、土崎港南、将軍野南、八橋字イサノ▶寺内地域包括支援センター寿光園 ☎(853)6300
- ★将軍野東、将軍野、外旭川▶外旭川地域包括支援センターコネクト ☎(869)7755
- ★土崎港東・中央・西・相染町・古川町▶土崎地域包括支援センター永覚町 ☎(846)6471
- ★土崎港北、港北、飯島(JR奥羽本線東側)▶飯島地域包括支援センター金寿園 ☎(853)5820
- ★飯島(JR奥羽本線西側)、飯島字寄進田、下新城、上新城、金足▶下新城地域包括支援センターニコニコ ☎(872)1300

支え合う 介護保険

8月から負担割合などが変わります

国の法改正により、今年度から、介護保険制度が段階的に見直されています。8月からは、次に記載した①～④のとおり、利用者負担割合などが変更となります。

介護サービスにかかる経費が増加する中、高齢化が進む今後も、みんなで支え合う介護保険制度を維持するため、ご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ

介護保険課 ☎(866)2069

① 一定以上の所得があるかたは、サービスの利用者負担割合が2割になります

介護サービスの利用者負担は、これまで所得にかかわらず一律にサービス費の1割でしたが、一定以上所得があるかたには、サービス費の2割を負担していただくこととなります。

要介護(要支援)認定を受けているかたには、利用者負担が1割のかたにも、2割のかたにも、市から、負担割合が書かれた「負担割合証」を7月下旬にお送りします。被保険者証と一緒にサービス事業者へご提出ください。

Q 2割負担の対象者は？

A 65歳以上で、前年の合計所得金額が160

万円以上のかた。単身で年金収入のみの場合は、年収280万円以上のかた

Q 1割負担から2割負担になった人は、全員月々の負担が2倍になりますか？
A 利用者負担には上限があり、上限を超えた分は高額介護サービス費が支給されますので、すべてのかたの負担が2倍になるわけではありません

② 特に所得が高い世帯の、月々の負担の上限(高額介護サービス費の基準)が変わります

介護サービスの利用者負担には、所得に応じ、月々の負担の上限が設定されて

います。高額介護サービス費は、1か月に支払った利用者の負担の合計が負担の上限を超えたときは、超えた分が払い戻される制度で、一般的な所得があるかた(市民税課税世帯のかた)の負担上限は3万7千200円です。

Q どんな改正が行われますか？

A 特に所得の高いかたがいる世帯について、負担の上限(月額)が3万7千200円から4万4千400円に引き上げられます

Q 負担上限の引き上げになる対象者は？

A 同一世帯内に、課税所得(※)145万円以上の65歳以上のかたがいる場合

※総所得金額等から各種所得控除を差し引いた後の額のこと。

③ 居住費・食費の負担軽減の基準が変わります

特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、またはショートステイを利用するかたの居住費(部屋代)・食費は、本人負担が原則ですが、低所得者については、その負担軽減を行っています(13ページの左欄参照)。



在宅で暮らすかたや保険料を負担する

施設サービスなどの 居住費・食費の負担軽減



施設サービスなどを利用する際、居住費や食費の自己負担額を軽減する「介護保険負担限度額認定証」は、申請により交付されます。

現在、認定証をお持ちのかたは、7月31日(金)で期限が切れますので、下記のとおり、再度申請をお願いします。

介護保険課認定担当 ☎(866)2407

自己負担額軽減の対象となる施設

特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、短期入所生活介護施設、短期入所療養介護施設

* 短期入所は介護予防サービスも対象となります。また、グループホームや小規模多機能型居宅介護事業所などは対象外です。

対象者と負担限度額

今年度から、下記の第1段階から第3段階に該当する場合でも、世帯を別にしてしている配偶者が市民税の課税者である場合や、預貯金などの金額が1千万円(配偶者がいる場合は合計2千万円)を超える場合は対象外です(右の[3]参照)

利用者負担の段階	居住費の上限額(月額)※2			食費の上限額(月額)
	ユニット型個室	ユニット型準個室 または従来型個室	多床室	
第1段階…老齢福祉年金受給者で世帯全員が市民税非課税、または生活保護受給者	820	490 (320)	0	300
第2段階…世帯全員が市民税非課税で、課税年金収入(※1)と合計所得金額の合計が年間80万円以下のかた	820	490 (420)	370	390
第3段階…世帯全員が市民税非課税で、上記第1段階または第2段階に該当しないかた	1,310	1,310 (820)	370	650
第4段階…上記以外のかた	施設が定める額。認定証の交付はなし			

※1…遺族年金や障害年金などの非課税年金を除く公的年金
※2…()内は特別養護老人ホーム、短期入所生活介護施設の従来型個室の額

申請方法

申請書と預貯金などを確認できる書類(生活保護受給者は不要)を、介護保険課(市役所福祉棟2階)、または河辺・雄和の各市民サービスセンターへ、7月31日(金)まで提出してください。申請書は上記の各窓口にあるほか、市のホームページからも入手できます。

<http://www.city.akita.akita.jp/>



かたとの公平性をさらに高めるため、居住費・食費については、一定額以上の預貯金などの資産があるかたなどにはご自身で負担していただくよう、基準の見直しを行います。

Q どんな改正が行われますか？

A これまでは、本人および同一世帯のかたの前年の所得を基に対象となるか判断していましたが、今年8月からは、次の①②の取り扱いを追加します

① 配偶者が市民税を課税されているかどうかを確認し、課税されている場合は負担軽減の対象外とする(世帯が同

じかどうかは問いません)

② 預貯金などの金額を確認し、次の基準額を超える場合には負担軽減の対象外とする。

配偶者がいるかた…合計2千万円

配偶者がいないかた…1千万円

4 特養の相部屋に入所する、市民税課税世帯のかたの

部屋代負担額が変わります

特別養護老人ホームの相部屋(多床室)に入所するかた(ショートステイ利用者

を含む)のうち、市民税課税世帯のかたなどについては、新たに「室料相当」を負担していただきます。

Q 対象者は？

A 特別養護老人ホームに入所するかた、ショートステイを利用するかたのうち、相部屋に入所し、[3]の居住費・食費の負担軽減を受けていないかた

Q いくらの上上がりになりますか？

A 具体的には、施設と入所するかたとの契約事項になりますので、個別に各施設にお問い合わせください



入場無料。子ども広場の催し以外は直接会場へお越しください。

親子で遊ぼう！

会場	催し(対象)	内容	日時
アルヴェ5階 子ども未来センター☎(887)5340	おはなし会(就学前)	ボランティアによる読み聞かせ	7/ 7(火)10:30~11:00
北部子育て交流ひろば☎(893)5985	ころんころんタイム(0歳~1歳)	曳山ごっこで夏気分!	7/15(水)10:30~11:00
西部子育て交流ひろば☎(826)9007	ぐるぐるべったんこ(就学前)	夏に遊べるおもちゃ作り	7/15(水)10:30~10:50
南部子育て交流ひろば☎(838)1216	ほかほか一む(就学前)	盆踊りや七夕の劇	7/ 8(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)	笹飾り作り	7/ 7(火)10:30~10:50
	はっぴいる一む(就学前)	夏祭りの雰囲気を楽しみます	7/14(火)10:30~10:50
フォンテAKITA6階 子ども広場☎(893)6075 *申し込みが必要です。	Babyトークタイム(0歳~1歳)	乳児との関わり方について	7/ 8(水)11:00~11:30
	Kid'sトークタイム(1歳~就学前)	幼児との関わり方について	7/10(金)11:00~11:30
フォンテAKITA6階 フォンテ文庫☎(893)6167	あそぼう工作会(2歳~小3)	紙コップで魚つり	7/11(土)11:15~11:45
	バンドの絵本修理屋さん(どなたでも)	破損した絵本の修理	7/18(土)10:30~12:00
	おはなしの会(2歳~6歳)	大きな絵本や紙芝居	7/18(土)①11:15~②14:00~

*交流ひろば=北部・西部・河辺は各市民SC2階。南部は市民SC1階。

7月15日(水)…河辺☎(882)3056
…新波☎(887)2014

7月16日(木)…土崎☎(845)1571

■赤ちゃんルーム 将来の保護者、
祖父母が対象です。時間は9:45~
11:00(寺内のみ13:30~14:30)

7月8日(水)▶保育所見学…川口保育
所☎(832)4582

7月16日(木)▶乳児保育室見学…川添
保育所☎(886)2139、乳幼児救急救
命講習…寺内保育所☎(863)6253

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。

■きよくほくキッズ(0歳~就園前)

7月6日(月)10:00~11:30、旭北児
童館で。問▶◎吉岡さん☎(823)4877

■築山きりんクラブ(就学前)

7月10日(金)9:30~11:00、築山児
童センターで。健康教室。

問▶◎岡田さん☎080-1846-7064

■港北ママクラブ(就園前) 7月10
日(金)10:00~11:30、港北児童セ
ンターで。問▶◎平澤さん☎(845)4014

■HOTの会のほっと広場(0歳~5歳)

7月13日(月)10:00~11:30、広面
児童館で。保険料1家族50円。
問▶代表の堀江さん☎(837)0584

■牛島っ子(就学前) 7月15日(水)

10:00~11:30、南部公民館で。フ
ルーツヨーグルト作り。参加費200
円。申込▶南部公民館☎(832)2457

■子育てサロンわくわく(就園前)

7月17日(金)10:00~11:30、土崎
南児童センターで。

問▶◎成沢さん☎(845)1051

■すこやか広面(0歳~5歳)

7月21日(火)10:00~11:30、広面
児童館で。保険料1家族50円。

問▶◎山石さん☎(836)4868

■キッズマーケット

7月5日(日)10:00~13:00、セリオ
ンプラザ体育館で。子ども用品のフ
リーマーケット。問▶代表の永田さん

☎090-7075-8435

■NPO法人子育て・高齢者介護サポ
ートばっけの会の催し 申し込みは同
会へ。☎(834)4733 ①ミニ竿燈作

り(3歳~小学4年生) 7月26日
(日)10:00~12:00、遊学舎で。一竿

800円。定員30組 ②ベビーマッ
サージなど(生後2か月~1歳) 7月開

催。7日(火)・21日(火)は「ベビーマ
ッサージ」、参加費は1,000円。14日

(火)・28日(火)は「ファーストサイン」、
参加費は1,500円。時間は10:30~

12:00。会場はひよっこサロン(南通)

えんかいほう
園開放だよ! あつまれ~

太字の()内は所在地と対象年齢。内
履きが必要な場合があります。詳し
くは各園へお問い合わせください。

■秋大附属幼稚園(保戸野・就園前)

7月4日(土)10:00~11:00。

問▶☎(862)2343

■聖園幼稚園(保戸野・就園前)

7月6日(月)10:30~11:30。七夕飾
り作り。申込▶☎(823)2695

■牛島ルンビニ園(牛島・就学前)

①7月7日(火) ②8月11日(火)、
10:00~11:00。①は七夕飾り作り、

②は水遊び。問▶☎(832)3045

■ルーテル愛児幼稚園(新屋・0歳~就園前)

7月8日(水)10:30~11:30。

夏まつり。申込▶7月7日(火)まで。

☎(828)3038

■聖園ベビー保育園(保戸野・6か月~
2歳) 7月9日(木)、8月6日(木)、
9:45~10:45。申込▶☎(862)1004

■日新保育園(新屋町・0歳~5歳)

7月9日(木)9:45~11:00。給食を
試食希望のかたは親子で300円(兄弟

がいると500円)。問▶☎(828)3211

■勝平保育園(新屋・0歳~5歳)

①7月9日(木) ②23日(木)、9:30~
11:00。②はプール遊び。

問▶☎(823)4520

■けやき幼稚園(飯島・1歳~就園前)

7月11日(土)17:00~。夏祭り。出店
もあるよ! 問▶☎(845)7985

■新屋幼稚園(新屋・就園前) 7月17
日(金)10:00~11:00。ミニ鹿嶋舟を
引こう! 問▶☎(828)2119

■外旭川わんわんこども園(外旭川・1
歳6か月~2歳の就園前) 7月23日
(木)10:00~10:40。定員10組。
申込▶☎(868)1136

■ナーサリーふじ(飯島・就学前)

7月24日(金)9:30~11:00。水遊
び。申込▶☎(893)5880

■太陽幼稚園・ベビー園(大住・1歳~就園前)

7月25日(土)17:30~19:00。夏ま
つり。出店も! 問▶☎(839)0311

■聖使幼稚園(保戸野・就園前)

8月5日(水)9:00~11:00。
問▶☎(862)4880

■あきた中央保育園(保戸野・0歳~就
学前) 8月11日(火)、9月8日(火)、
9:50~11:00。問▶☎(896)0121

■かわしり保育園(川尻・0歳~5歳)

毎月第3水曜日、9:45~11:00。
問▶☎(823)3254

*スペースの都合などにより掲載依頼があっ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。



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。

児童手当現況届の提出を

児童手当を受給しているかたへ、6月上旬に現況届の用紙(ピンク色)をお送りしました。まだ提出していないかたは、至急、次の窓口へ提出してください。なお、今年度は現況届と子育て世帯臨時特例給付金申請書が兼用になっています。記入漏れがないようご確認ください(公務員のかたは職場にお尋ねください)。

窓口(平日8:30~17:15。アルヴェのみ9:00~)▶子ども総務課(市役所3階)、北部・西部・南部・河辺・雄和の各市民SC、アルヴェ駅東SC、岩見三内・大正寺の各連絡所

問▶子ども総務課☎(866)2072

応急手当講習会

けがや病気の応急処置や心肺蘇生法を学びます。先着10組。

対象▶就学前のお子さんと保護者

日時▶7月14日(火)10:00~10:40

会場▶西部市民SC(ウェスター)

申込▶7月7日(火)9:00から西部子育て交流ひろば☎(826)9007

縁日ごっこと音楽会

いずれも就学前の親子が対象です。会場は雄和市民SC(ユービス)。①は1階の子育て交流ひろば、②は2階の地域文化ホール。☎(886)5530

①**ウキウキ縁日▶**7月14日(火)10:30~11:30。縁日ごっこで遊ぼう！

②**親子で聴くエレクトーン音楽会▶**7月28日(火)10:30~11:30。音楽あそびなども

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(尿を容器に採つて)、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26年1月生まれの1歳7か月児、3歳児健診…平成24年2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▶8月4日(火) 3歳児健診▶8月21日(金)
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▶8月5日(水) 3歳児健診▶8月25日(火)
対象地区	土崎・港北・將軍野・飯島・金足・上新城・下新城
健診日	1歳6か月児健診▶8月19日(水) 3歳児健診▶8月26日(水)
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▶8月20日(木) 3歳児健診▶8月27日(木)

■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24年1月~3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…9月18日(金)

ぱくぱく元気教室

幼児期の食事と運動の講話、試食、親子体操、個別相談など。先着30組。



対象▶2歳~就学前のお子さんと保護者

日時▶7月31日(金)10:00~12:00

会場▶市保健センター(八橋)

申込▶7月8日(水)8:30から子ども健康課☎(883)1174・1175

は歯ッピーバースデー

歯みがきレッスン、歯科衛生士や栄養士のお話。先着25組。

対象▶7月~9月に1歳になるお子さん

日時▶8月6日(木)10:00~11:30

会場▶市保健センター(八橋)

申込▶子ども健康課☎(883)1174

すすすす電話相談室

「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に迷うことはありませんか。臨床心理士が発達相談に応じます。

対象▶3歳児健診を終えた就学前のお子さんがいる保護者 **日時▶**7月10日(金)13:30~16:30 **先着▶**3人

申込▶子ども健康課☎(883)1174

育児相談(乳幼児が対象)

保健師、栄養士、歯科衛生士が個別相談に応じます。先着3組。

日時▶7月27日(月)9:00~12:00

会場▶市保健センター(八橋)

申込▶子ども健康課☎(883)1174

* 電話相談は随時行っています。

保育所開放へようこそ♪

■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。

7月7日(火)…**泉**☎(823)1626

…川添☎(886)2139

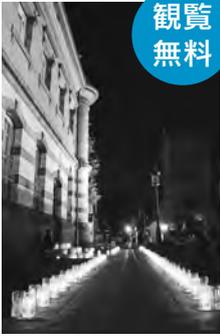
…雄和中央☎(886)2595

7月8日(水)、8月5日(水)…

岩見三内☎(883)2555

7月14日(火)…**寺内**☎(863)6253

7月15日(水)…**川口**☎(832)4582



観覧無料

赤れんが郷土館 キャンドルナイトと 雅楽の調べ

7月7日(火)
19:00~20:15

国の重要文化財、大町の旧秋田銀行本店本館(赤れんが館)が、明治45年7月7日に完成したことを記念して、建物周辺を七夕飾りとロウソクの灯りで演出する「キャンドルナイト」を行います。雅楽演奏や神楽舞などのステージイベント(右写真)も。直接会場へお越しください。赤れんが郷土館



☎(864)6851

*雨天の場合、ステージイベントのみ赤れんが郷土館館内の旧営業室で行います。



美
術
館
に行こう!

千秋美術館のとおき情報をまとめてご紹介します。☎(836)7860



キュー王立植物園所蔵 イングリッシュ・ガーデン 英国に集う花々

7月10日(金)▶8月30日(日) 10:00~18:00

入館料 800円(大学生600円、高校生以下無料)

ロンドンの「キュー王立植物園」は、壮大な庭園がある世界最高峰の植物研究施設で、世界遺産にも登録されています。同園が所有する、17世紀から現代までの貴重な植物画コレクションをはじめ、自然や植物を装飾モチーフにした工芸品など約150点を展示し、イングリッシュ・ガーデンの世界を紹介します。

上の作品…ピーター・ヘンダーソン
ゲットウ(R.J.ソートン編『フロ
ラの神殿』より) 1801年 個人蔵
右の作品…マリア・シビラ・メリアン
サクラソウ類(サクラソウ科)
1670年代頃 キュー王立植物園蔵



©The Board of Trustees of the Royal Botanic Gardens, Kew

佐竹史料館企画展

秋田藩で花開いた学問

7月17日(金)▶11月29日(日)
9:00~16:30

観覧料 100円(高校生以下無料)

藩校に関わるさまざまな先覚者や、朱子学、儒学、医学、薬学など、秋田藩で花開いた学問を紹介します。ぜひご覧ください。佐竹史料館☎(832)7892



藤田 祥元
「唐人物図」

*展示替えのため、7月13日(月)から16日(木)まで臨時休館します。

ティー・セミナー

イングリッシュ・ガーデン・ティーパーティーの楽しみ方

ガーデン・ティーパーティーのセッティングとハーブティーの入れ方などを楽しく学びます。講師は、日本紅茶協会認定ティーインストラクターの安部里美さん。申し込みは7月7日(火)9:30から同美術館へ。☎(836)7860

日時▶7月23日(木)14:30~16:00 参加費▶2,000円
定員▶50人 会場▶フレンチレストラン千秋亭(千秋公園内)



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~

7/3(金)

7/8(水)

7/10(金)

7/15(水)

●市民リポーターが紹介~市役所のお仕事

●シリーズ・大森山動物園の仲間たち

●河辺地域のおすすめ観光スポット

*7/13(月)・15(水)のAABの放送は休止します。

*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)

7/19(日)11:40~11:55 ●秋田市のおいしい水道水



ラ
ジ
オ

エフエム秋田 秋田市マンデー555

ABSラジオ 秋田市今週のいちネタ

エフエム椿台 午後スタ

毎週月曜日 17:55~

毎週火曜日 10:30~

毎週水曜日 14:00~

●秋田市をPRする映像を募集
●竿燈個人向け観覧席を発売中

夏休みはZOOへGO!

いずれも参加無料ですが、大人は入園料720円が必要。大森山動物園☎(828)5508



国文祭メモリアルフェスティバル in AKITA 親と子のふれあい写生大会

絵画の部▶7月25日(土)9:00~16:30、26日(日)9:00~14:30

どなたでも参加できます。申し込みは、当日動物園で受け付けます。画用紙は動物園で準備しますが、画材、画板、筆洗い用水入れなどはお持ちください

立体の部▶7月26日(日)10:00~14:30 対象は小学4年~6年生。先着20人。10*₅の土粘土つちで制作します。申し込みは、7月4日(土)9:00から大森山動物園へ

サマースクールで 夏休みの思い出作り!

7月30日(木)・31日(金)、
10:00~15:00

対象は小学生以上(小3以下は保護者同伴で)。定員各30人。動物園で、動物の部屋の掃除やエサやりなどの飼育作業を体験します。



内容 高校生以上は両日とも飼育体験。中学生以下は、午前中は飼育体験、午後は30日が「どうぶつ絵どろろう作り」、31日が「ぞうさんペーパー作り」

申し込み(定員超は抽選) はがき、FAX、Eメールのいずれかで、住所、参加者全員の氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号、学年、参加希望日(1日のみ)を7月13日(月)(必着)までお知らせください。
〒010-1654 浜田字潟端154 大森山動物園サマースクール係 FAX(828)5509
Eメール ro-inzo@city.akita.akita.jp

6次産業化先進地見学会 7月29日(水)9:00~16:45



6次産業化や農家民宿などに関心のある方が対象です。秋田駅東口から仙北市にバスで移動し、農家の指導でそば打ちを体験した後、農家民宿や6次産業化拠点施設「町家館」を見学します。参加費2,500円。定員25人。

申し込み 7月6日(月)8:30から22日(水)まで
農林総務課☎(866)2115



パッサウからの メッセージ

~ピアノ・トランペット・歌~

8月19日(水)18:30~ 文化会館☎(865)1191

秋田市の姉妹都市ドイツ・パッサウ市のトランペット奏者オリヴァー・ラコタさん(写真左)とチェコの新鋭ピアニスト、ヴェロニカ・ボフノヴァさん(写真右)が、秋田の若手声楽家、奈良陽平さん、櫻庭優佳さんと共演します。ぜひお越しください。

チケット料金▶一般 2,000円、高校生以下 1,000円

チケット販売▶文化会館、トピコcaoca広場、県庁地階売店、細川レコード店、チケットぴあ

姉妹都市公演記念! コンサートチケットプレゼント

下記のクイズに正解したかたの中から、抽選で100人にチケットをプレゼントします。

クイズ 昨年で姉妹都市提携30周年を迎えたドイツの姉妹都市は、●●●●市。●に入る文字は?

応募方法 往復はがきに答えと住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、人数(2人まで)を書いて、7月21日(火)(必着)まで、〒010-8560 秋田市企画調整課 問い合わせ☎(866)2033

大募集!

参加者・参加企画

国文祭

メモリアルフェスティバル in AKITA

しみん大文化祭 in ALVE

10月10日(土)から12日(月)まで、アルヴェで開催する「しみん大文化祭 in ALVE」に参加する市民・団体を募集します。企画調整課にぎわい創出担当☎(866)2156

市民参加ステージ...対象▶市内を拠点に活動する団体、個人 内容▶特設ステージで、音楽、ダンス、大道芸などのパフォーマンスを披露してもらいます

市民参加企画...対象▶市内で活動する団体(NPO、各種団体など)、業界団体、企業など 内容▶日頃の活動の成果の展示や販売、ワークショップの開催など

申し込み 企画調整課にぎわい創出担当(市役所別館2階)にある申込用紙(市ホームページから入手可)に必要事項を記入し、郵送、FAX、Eメールのいずれかで、7月31日(金)まで、〒010-8560 秋田市企画調整課にぎわい創出担当 FAX(866)2278
Eメール ro-plmn@city.akita.akita.jp

個人向け施設見学会 クルーズ客船 につぼん丸

船内
見学

8月4日(火) 9:30~13:30
参加無料 定員20人



操舵室の様子



につぼん丸

秋田港に寄港するクルーズ客船「につぼん丸」の船内を見学し、セリオン展望室から秋田港の景色を眺めます。この機会にクルーズ客船を身近に感じてみませんか。現地集合・解散もできます。

コース

秋田市観光案内所前(秋田駅新幹線改札口前)に集合▶セリオンプラザ正面入口で現地集合のかたと合流▶船内見学▶セリオン展望室▶セリオンで昼食(各自負担)▶秋田駅西口で解散

申し込み(定員を超えた場合は抽選)

往復はがき、FAX、Eメールのいずれかで、参加者全員の氏名、年齢、住所、性別、電話・FAX番号(FAXで申し込まれるかた)を7月17日(金)(必着)までお知らせください。1通で2人まで。
〒010-8560 秋田市役所広報広聴課
FAX(866)2287 Eメール skengaku@city.akita.akita.jp
問い合わせ▶☎(866)2034

- * 電話では受け付けません。また、FAX、Eメールで申し込んだ場合、その番号、アドレスに決定通知を返信します。
- * 現地集合・解散を希望するかたは、申し込みの際にお知らせください。なお、歩行に介助が必要なかたや就学前のお子さんは参加できません。

8月以降、秋田港に寄港予定のクルーズ客船

入港日	船名	係留時間
8/ 3(月)	ばしふいっくびいなす	14:00~22:30
8/ 4(火)	につぼん丸	8:00~22:30
8/ 5(水)	飛鳥II	15:00~23:00
8/ 6(木)	DIAMOND PRINCESS	10:00~23:00
8/31(月)	DIAMOND PRINCESS	7:00~18:00
この日、国土交通省秋田港湾事務所の船に乗り、海上から客船を見る施設見学会も予定しています。詳しくは広報あきた7月17日号に掲載します。		
9/10(木)	ばしふいっくびいなす	10:00~15:00
9/13(日)	ばしふいっくびいなす	16:00~18:00
10/21(水)	CELEBRITY MILLENNIUM	7:00~16:30
10/28(水)	飛鳥II	10:00~17:00

- * 天候などにより、上記の予定が変更となる場合があります。
- * 市が行う施設見学会での船内見学は、8/4のにつぼん丸以外、上記の船では実施しません。

あなたの健康づくりをサポートする、ミニ情報をお届け!

健康ライフ太鼓判!

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④ 血糖検査

血糖値を高いままにしておくと、糖尿病を発症し、血管を傷つけて動脈硬化が進み、合併症により、失明、下肢の切断、人工透析などに至ることも…。糖尿病にならないために、血糖値を正常に保ちましょう。

- 基準値**
- 空腹時血糖▶100mg/dl未満
 - HbA1c▶5.6%未満
 - * HbA1c…過去1~2か月間の平均的な血糖値を反映する指標



なぜ血糖値が高くなるの?

糖は脳や筋肉などの重要なエネルギー源で、内臓脂肪に備蓄されます。ところが間食や飲酒など

により過剰に糖を摂取すると、内臓脂肪の倉庫が満杯になり、血液中に余分な糖があふれ出し、血糖値が上昇します。

■糖尿病にならないためのコツ

- ▶内臓脂肪を増やさない 腹囲が男性85cm、女性90cmを超えると内臓脂肪増加の緊急サインです
- ▶血糖値を急上昇させる単純糖質の摂取を控える

	単純糖質(単糖類、二糖類)	複合糖質(多糖類)
おもな食べ物	お菓子、果物、甘い飲み物	ご飯、パン、麺、イモ類
摂取後の血糖値の変化	約60秒で一気に上昇	約2時間でゆるやかに上昇

- ▶野菜を先に食べる 食物繊維が糖の吸収を阻害し、血糖値の急上昇を防ぎます
- ▶インスリンの無駄遣いを防ぐ インスリンは膵臓から分泌され、血糖値を下げる働きがあります。早食い、大食い、だらだら食いなどにより、インスリンの大量分泌が長く続くと膵臓が疲れ、生産量が減ります。さらに、60歳を過ぎると、分泌量は2/3程度に減ると言われているので要注意!



酒田まつりの大獅子がやって来る!

今年も
港が熱いぜ!

秋田港海の祭典 マリンフェスティバル

日時 7月25日(土)13:00~21:00
26日(日)10:00~15:00

会場 道の駅あきた港周辺

今年は、「北前船」の縁で交流提携書を取り交わした、山形県酒田市の「酒田まつり」の大獅子がやってきます! 大獅子の口の中に子どもを入れて噛んでもらう「獅子パッくん」は、子どもの無病息災のおまじない♪ 名物・酒田ラーメンの出店でワンタン麺の販売も! 海の祭典で「酒田」と「秋田」の両方を味わおう!

両日開催

ステージイベント、屋台村、秋田港貿易フェア、潜水作業の実演、消防コーナー・海上保安コーナー(ミニ制服で写真撮影)、酒田ラーメンの販売 など

*主催者の都合により、イベント内容を変更・中止する場合があります。ご了承ください。



酒田ラーメン

魚介系スープで
美味しいよ



花火大会は雨天の場合は翌日に延期

25日(土)のみ開催

海事功労者表彰▶13:00~
花火大会▶20:00~



酒田まつり大獅子の獅子パッくん▶①11:00~、②14:00~

「獅子パッくん」で無病息災!
国土交通省港湾業務艇「あきかぜ」の体験航海(無料)▶
①10:00~、②11:00~、③12:00~、④13:30~、⑤14:30~。申込受付は当日、①②③が9:30~、④⑤が13:00~、セリオン運河側港湾事務所テントで

問い合わせ 秋田港海の祭典実行委員会☎(845)5983



7月20日(月)
7月21日(火)

国指定重要無形民俗文化財・土崎神明社例祭

土崎港曳山まつり

駆け抜ける曳山、軽快な港ばやし、艶やかな踊り。
土崎港曳山まつりが今年も熱い夏の幕開けを告げる!

20日(月)宵宮祭

8:00~ 各町内の曳山運行
17:45~ 下酒田町のふれあい曳山
(本町通りのホテル大和前)
19:00~ 旭町二区のふれあい曳山(中央通り)
▶ふれあい曳山では、曳山が体験できます。

21日(火)例祭

9:30~ 神輿渡御
各町内の曳山運行
12:30~ 御幸曳山の開始。各町内が順番に穀保町を出発し、本町通りを進みます
20:00~ 戻り曳山の開始。相染町から各町内をめざし、曳山が出発します

*祭り期間中は、安全のため土崎地区内で「ドローン」の飛行を禁止します。ご協力をお願いします。



交通規制にご協力をお願いします

20日(月)9:00~22:00
21日(火)9:00~24:00

- 本町通りと中央通りは、上記の時間通行止めとなります
- 他の通行止め区間と時間
 - ・神明社前▶20日(月)9:00~15:00
 - ・一心亭(土崎港南二丁目)~ローソン土崎港南二丁目店▶21日(火)9:00~12:00
 - ・一心亭~土崎タイヤ▶21日(火)9:00~16:00
 - ・土崎駅入口~飯島三叉路▶21日(火)12:00~24:00

問い合わせ

土崎港曳山まつり実行委員会☎(845)2264(平日10:00~17:00)…まつり当日は総合本部☎(846)6300



市では、10月に実施する「国勢調査」の調査員を募集しています(報酬あり)。詳しくはお問い合わせください。国勢調査秋田市実施本部 ☎(866)1964

場▶ジョイナス 入場料▶500円(高校生以下無料) 問▶同実行委員長の小山田さん ☎080-1817-3029

■森林教室 東北森林管理局(中通)に集合し、バスで仁別へ移動。参加費100円。対象▶小学生と保護者 日時▶7月25日(土)8:45~15:40 定員▶13組 申込▶7月15日(水)(必着)まで、はがきかFAXで同局へ。詳しくはお問い合わせを。☎(836)2211

■防災意識を高めよう 秋田大学に集合し、バスでにかほ市へ移動。県内で過去に発生した地震災害についての講義や県防災学習館の見学など。対象▶小・中学生(小学生は保護者同伴) 日時▶8月8日(土)8:30~17:00 定員▶40人 申込▶7月31日(金)まで秋田大学 ☎(889)2844

■市民スポーツ祭・サッカー 日時▶9月1日(火)から11月3日(火)まで、18:00~ 会場▶勝平市民グラウンド、スペースプロジェクト・ドリームフィールド 参加費▶1チーム7,000円 申込▶8月1日(土)まで秋田市サッカー協会事務局 ☎(864)6117

案内・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

金融等個別相談会

市内企業の金融支援策として、個別相談会を開催します。一度に複数の機関との相談も可能です。資金調達など、金融・経営に関する悩み事をご相談ください。

参加機関▶市商工労働課、秋田県信用保証協会、日本政策金融公庫、秋田県事業引継ぎ支援センター、中小企業診断士、秋田商工会議所
日時▶7月10日(金)13:00~16:30
会場▶県社会福祉会館(旭北)
申込▶秋田商工会議所経営支援課 ☎(866)6677

八橋の健康広場を一般開放

八橋運動公園内の健康広場を、11月末までの月~木曜に一般開放します。時間は6:00~21:30。健康増進や体力向上などにお役立てください。なお、広場を占有しての利用

や、部活動での利用はできません。

問▶八橋陸上競技場 ☎(823)1472

市立病院の緩和ケア教室

麻酔科医による骨転移の痛みの話。駐車場の無料スタンプあり。

日時▶7月16日(木)13:15~13:45

会場▶市立秋田総合病院2階講堂

問▶市立秋田総合病院がん相談支援センター ☎(823)4171

健康相談へどうぞ

会場はいずれも市保健センター(八橋)。申し込みは7月6日(月)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▶7月22日(水)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▶7月27日(月)9:30~12:00

みんなの掲示板③

■西部地域運動広場(秋田西中学校グラウンド隣り)の利用申請を受け付け 8月~11月の団体利用分です。申込▶7月14日(火)まで、西部市民SC(ウェスター)地域活動室の西部地域住民自治協議会窓口にある申請用紙でお申し込みください。☎(828)4217

■7月12日(日)市の記念日はクアードム ザ・プーンの入館料が半額 大人255円、中・高校生205円、3歳~小学生150円。7月4日(土)からは屋外25℃プールもオープンします!

問▶☎(827)2301

■B&G海洋センター プール(雄和神ヶ村)がオープン 日時▶

7月9日(木)から9月5日(土)までの9:00~12:00と13:30~16:30
利用料▶150円(高校生以下無料)

問▶雄和南体育館 ☎(887)2318

■ほくとライブラリー明徳館のボランティア募集 内容は、電話での朗読サービス、本の補修、書架整理、絵本の読み聞かせ、大型紙芝居の作成など。問▶同ボランティアの会の高畑さん ☎(832)0410



■なんかヤッペーの会ボランティア募集 内容は、太平山リゾート公園で、花壇作りや植栽などの軽作業(10月まで月2回)。会員特典あり。問▶同会事務局の佐々木さん ☎(827)2306

■精神障がい者家族相談

日時▶7月17日(金)10:00~15:00

会場▶市老人福祉センター3階第3会議室(八橋) 問▶NPO法人秋田けやき会 ☎(833)1580

■法律相談 伊勢昌弘弁護士が応じます。日時▶7月27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▶7月6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)

■わかくさ相談電話 少年の悩みに応じます。アルヴェ5階の少年指導センターで来所相談にも応じます。日時▶平日の9:00~16:00(月曜のみ10:00~) 相談電話▶(884)3868

■死別の体験を語る「クレマチスの会」 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▶7月18日(土)13:00~16:00(個人ケアは15:20~) 会場▶県社会福祉会館 お茶代▶300円 申込▶7月17日(金)まで秋田グリーンケア研究会 ☎080-5000-8706

■在宅介護者のつどい 介護上の悩みなどを語り合います。日時▶7月22日(水)13:30~15:00 会場▶市保健センター(八橋) 問▶つどい代表の小野さん ☎090-9037-4482

■こうげん病医療講演会 日時▶7月5日(日)13:00~14:15 会場▶県心身障害者総合福祉センター(旭北) 問▶全国膠原病友の会秋田県支部長の浅野さん ☎0186(48)5845

■秋田大学医学部附属病院のがんの痛みの治療教室 がん性疼痛などについて。日時▶7月8日(水)14:00~15:00 会場▶同病院内図書室 問▶同病院医事課 ☎(884)6039

■「8020(はちまるに一まる)」いい歯のお年寄り募集 応募者にはお近くの協力歯科医療機関で健診を受けていただきます。対象▶80歳以上(昭和10年3月31日以前に生まれたかた)で、自分の歯が20本以上あるかた 申込▶8月28日(金)まで秋田地域振興局健康・予防課 ☎(855)5170

■文中「SC」はサービスセンターの略です。

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

夏のファミリーキャンプ

中学生以下のお子さんと家族が対象です。テント設営や飯ごう炊飯、キャンプファイヤーなど。秋田駅東口から無料送迎バスあり。

日時▶7月25日(土)・26日(日)の1泊2日 **会場**▶太平山自然学習センター「まんたらめ」 **参加費**▶1家族2,000円(活動費)と1人2,500円(食料費) **定員(抽選)**▶10家族
申込▶はがき(1家族1通)に催し名、住所、参加者全員の氏名、年齢、電話・FAX番号を書いて、7月10日(金)(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

“じゃんご”で遊ぼう!

小学生が対象。夏野菜の収穫や流しそうめんの体験など。先着20人。
日時▶7月27日(月)10:00~14:00
会場▶農家民宿重松の家(上新城)
参加費▶2,000円(昼食代含む)
申込▶7月6日(月)9:00から農業農村振興課☎(866)2116

自然を観察しよう

仁別国民の森を自然観察指導員が案内します。森林博物館の見学も。市役所から送迎バスも出ます。先着45人。



対象▶小・中学生とその保護者
日時▶7月30日(木)8:50~15:00
参加費▶大人のみ500円
申込▶7月6日(月)8:30から農地森林整備課☎(866)2117

如斯亭庭園の修復工事を公開

駐車場はありません。工事現場のため、バリアフリーではありませんのでご了承ください。定員各15人(抽選)。
日時▶7月29日(水)①10:00~、②11:00~、③13:00~、④14:00~
申込▶往復はがきに、住所、氏名(1枚に2人まで)、電話番号、見学希望時間(希望時間がなければ「希望なし」)を書いて、7月15日(水)(必着)まで、

オールドカー in かなあし

参加無料



日時 8月9日(日)10:00~14:00

会場 油谷これくしょん(旧金足東小学校)☎(893)4981

夏休み親子イベントに集まれ! 昔懐かしい車の展示や地元産野菜・がっこの販売、虫取り体験など、楽しいこと盛りだくさん!

昭和のレトロバスに乗って金足地区の文化財巡り▶会場当日9:30から、先着100人に乗車整理券をお渡しします。会場出発は10:00から1時間ごとに4回で、県立博物館などを巡ります。
レトロバスが走る風景写真コンテスト▶当日の運行風景を撮影してください。金足こだわりの米・あきたこまちを、最優秀賞(1人)に30kg、優秀賞(5人)に10kg、参加者全員に3kg進呈します!

〒010-0951 山王二丁目1-53
文化振興室☎(866)2246

竪穴住居で宿泊体験

対象は小学生以上(小4以下は保護者同伴)。火おこしや土器作りなど、弥生時代をまるごと体験!

日時▶8月1日(土)13:00から2日(日)10:00まで **会場**▶弥生っこ村(御所野) **食事代**▶500円 **先着**▶15人
申込▶7月6日(月)8:30から文化振興室☎(866)2246

竿燈まつりパレードで盛り上げよう!

8月6日(木)の竿燈入場前に、竿燈大通りをパレードしませんか。市民活動のPR、観光客の歓迎と被災地復興へのメッセージなどを会場でアピール! スポーツチーム、サークル、商店街など、ぜひご参加ください!
申込▶7月15日(水)まで、パレード実行委員会の武内さん

☎090-2363-0398

みんなの掲示板②

■**お天気フェア** 施設見学や観測機器の展示など。**日時**▶7月11日(土)10:00~15:00 **会場・問**▶秋田地方気象台☎(824)0376

■**地域カフォーラム in あきた「秋田の未来はこう切りひらく!」** 長野県小布施町長の市村良三さんの講演や若者6人の発表など。**日時**▶7月12日(日)13:00~17:30 **会場**▶遊学舎 **参加費**▶1,000円(学生500円) **定員**▶200人 **申込**▶NPO法人あきたパートナーシップ☎(829)5804

■**秋田市芸術祭「四季の彩」** 大衆芸能部門(歌謡曲、大正琴、美容、着付

け、フラダンス、フラメンコ、タップダンス、ジャズダンス、ハーモニカの公演 **日時**▶7月12日(日)13:00~16:00 **会場**▶文化会館 **入場料(高校生以上)**▶1,000円 **問**▶秋田市文化団体連盟☎(866)4026

■**マリンウィーク'15 海洋レクリエーション体験スクール** ①ヨット乗船体験と②ボートフィッシング体験。どちらも2時間程度。定員超の場合は抽選。**対象**▶小学生以上(小・中学生は保護者同伴) **日時**▶7月18日(土)、10:00~と13:00~ **会場**▶秋田マリーナ **参加費**▶①300円、②800円 **定員**▶①各15人(1組5人まで)、②各12人(1組4人まで)
申込▶往復はがきに、希望体験名と午前・午後の別(第2希望まで)、代表者の住所、乗船する全員の氏名・年齢・性別、連絡先を書いて、7月11日(土)(必着)まで、〒011-0911 飯島字堀川118 マリンウィーク体験スクール係☎(847)1851

■**文化講演会「佐竹氏の秋田入封」** 講師は秋田大学教授の渡辺英夫さん。**日時**▶7月18日(土)13:30~15:00 **会場**▶西部市民SC(ウエスター)3階ホール **問**▶西部地域住民自治協議会☎(828)4217

■**太平山山ガール登山** **対象**▶20歳代~40歳代の女性 **日程**▶7月18日(土)・19日(日)の1泊2日 **集合**▶太平山三吉神社(広面) **参加費**▶6,000円 **定員**▶20人 **申込**▶7月12日(日)まで太平山三吉神社☎(834)3443

■**インターナショナルスマイルコレクション** 秋田在住の外国のかたの民族衣装のファッションショーと交流会。**日時**▶7月19日(日)14:00~16:30 **会**

いきいきサロン(参加無料)



65歳以上のかたが対象。動きやすい服装で直接会場へ。

■ラフター(笑い)ヨガ 日時▶7月7日(火)10:00~12:00

会場▶大森山老人と子どもの家☎(828)1651

■ADL体操 日時▶7月8日(水)10:00~12:00

会場▶八橋老人いこいの家☎(862)6025



- ①ミニテニス 対象▶中学生以上
日時▶7月24日(金)・31日(金)、8月7日(金)、18:00~21:00
参加費▶100円(保険料を含む)
- ②夢見るリース作り 対象▶小学4~6年生 日時▶7月27日(月)10:00~ 参加費▶600円 先着▶15人

◆勤労青少年ホーム

①②は39歳以下のかたが対象。会場はサンパル秋田(文化会館内)。申し込みは、7月6日(月)12:00から。

☎(824)5378

①自然のリズムに合わせて暮らす
月の満ち欠けを学び、心地良く暮らす方法。ハーブティーの試飲も。

日時▶7月24日(金)18:45~20:30

お茶代▶500円 先着▶30人

②料理で学ぶインドネシア インドネシア風鶏飯(ナシ・アヤム)を作ります。日時▶7月27日(月)18:30~20:30 材料費▶800円 先着▶16人

③ダンス(ヒップホップ) 対象▶4歳~小学生の親子 日時▶7月31日(金)、8月7日(金)・21日(金)、18:45~20:30 先着▶10組

④そば打ち体験 対象▶小学生と保護者 日時▶8月1日(土)10:00~13:00 材料費▶1,000円 先着▶8組

◆女性学習センター

会場はサンパル秋田(文化会館内)。申し込みは、7月6日(月)から。

☎(824)7764

①IT講習「ワード・エクセルの操作」
対象▶講習を再就職活動に活かす女性で文字入力ができるかた 日時▶7月14日(火)・15日(水)・16日(木)、10:00~15:00 受講料▶1,700円 先着▶10人

②男の料理教室 対象▶男性
日時▶7月25日(土)10:00~13:30
材料費▶800円 定員▶16人

③コミュニケーションカフェ 自分も相手も大切に上手に自分の気持ちを伝える「アサーティブ」を学びます。日時▶7月25日(土)13:30~15:00 お茶代▶100円 定員▶20人

▶ボランティア・NPO支援講座

「地域と人を『つなぐ人』トークセッション」と題し、地域づくりにおけるコーディネーター役について理解

を深めます。

日時▶7月28日(火)19:00~21:00

会場▶アルヴェ3階市民交流サロン
先着▶30人

申込▶7月4日(土)9:00から市民交流サロン☎(887)5312

■民謡を聴いて楽しむ

地域のお祭り・三皇祭に合わせて開催します。講師は梅若流大師範の梅若梅峯さん。定員100人。

日時▶7月11日(土)17:30~20:00

会場・申込▶南部公民館☎(832)2457

■起業家向けビジネスセミナー

市内で起業をお考えのかた、起業に興味のあるかた、創業間もないかたが対象。講師は盛岡市企業支援マネジャーの関 洋一さん。先着30人。

日時▶7月31日(金)14:00~16:00

会場▶秋田市自治研修センター(山王)

申込▶商工労働課☎(866)2429

■みんなの掲示板①

■ラジオ体操・みんなの体操指導者養成講習会 日時▶7月4日(土)13:00~15:00 会場▶茨島体育館

問▶秋田市ラジオ体操連盟事務局の高橋さん☎(839)0664

■ポリマークレイ(樹脂粘土)でネックレス作り オープンで焼くと固まる粘土でネックレスを作ります。

日時▶7月13日(月)13:00~15:00

参加費▶1,000円(障がい者のかたは700円) 先着▶15人 会場・申込▶秋田県勤労身体障害者スポーツセンター(新屋)☎(863)7762

■秋田市総合振興公社の健康教室

各回とも1日目がバレエやヨガなどを組み合わせたエクササイズ、2日目がストレッチ&リンパマッサージ。時間は10:30~11:30。会場は一つ森コミュニティ体育館。先着各20人。申し込みは7月6日(月)9:00から同公社へ。☎(829)0221

1回目...7月15日(水)・22日(水)、

2回目...7月29日(水)、8月5日(水)

■親子体験教室 対象▶小学生の親子 開催日▶陶芸は7月26日(日)、七宝焼きは8月8日(土)、スイーツデコは8月9日(日) 時間▶10:00~11:30(陶芸のみ13:00~14:30の2回目あり) 会場▶中央シルバーエリア(御所野) 参加費(1人)▶陶芸1,050円、七宝焼き800円、スイーツデコ1,000円 先着▶各27人

申込▶中央シルバーエリア

☎(829)2151

■親子お金教室 日本銀行秋田支店(大町)の見学や学習など。対象▶小学4年~6年生と保護者 日時▶7月27日(月)・28日(火)・29日(水)、9:30~11:30 先着▶各日10組20人

申込▶7月6日(月)9:00から秋田県金融広報委員会☎(824)7814

■母と子のサマーテニススクール

対象▶小学生と母親(小学生のみも可) 日時▶7月28日(火)・29日(水)・30日(木)、10:00~12:00 会場▶八橋運動公園テニスコート 参加費▶1組3,000円(小学生のみは2,000円)

申込▶7月7日(火)(必着)まで日本女子テニス連盟秋田県支部へ。詳しくは、同支部の高塚さんへお問い合わせください。☎090-7795-6924

■8人制バレーボールC級審判員認定講習会

日時▶8月1日(土)9:30~16:00 会場▶県スポーツ科学センター(八橋) テキスト代▶500円

申込▶7月26日(日)まで秋田市8人制バレーボール連盟の長谷川さん

☎090-9425-2169

■ジュニアロースクール 弁護士役などになって裁判員裁判を体験します。弁護士との昼食会もあります。

日時▶8月4日(火)10:30~15:40

会場▶秋田弁護士会館(山王)

定員(抽選)▶中学生24人、教員10人

申込▶7月17日(金)まで秋田弁護士会事務局☎(862)3770

■文中「SC」はサービスセンターの略です。

講座

- ・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

親子で作ろうマイバッグ

小学生の親子が対象。時間はいずれも10:00～12:00。先着各20人。申し込みは、7月6日(月)8:30から環境都市推進課へ。☎(866)2943

①**マスキングテープでデザイン** 日時▶7月28日(火) 会場▶ほくとライブラリー新屋図書館

②**ステンシルで描こう** 日時▶7月30日(木) 会場▶ほくとライブラリー土崎図書館

③**スタンプと布用クレヨンでデザイン** 日時▶8月19日(水) 会場▶ほくとライブラリー明徳館河辺分館

④**藍染めをしよう** 日時▶8月21日(金) 会場▶ほくとライブラリー明徳館

裂き織りを楽しもう♪

小学生が対象。牛乳パックで作った織機と不要な布でミニコースター作り。先着20人。



日時▶7月25日(土)10:30～12:00
会場▶ほくとライブラリー明徳館
申込▶7月4日(土)9:00からほくとライブラリー明徳館☎(832)9220

幾何学アートの不思議



和紙とビーズで幾何学アートを学びながら、のぞき箱万華鏡を作ります。両日とも午前と午後の2回。



対象▶小学生以上(小3以下は保護者同伴)

日時▶7月29日(水)・30日(木)、9:30～11:30、13:00～15:00
会場▶アルヴェ2階多目的ホール
材料費▶1作品700円 先着▶各25人
申込▶7月7日(火)16:00から自然科学学習館☎(887)5330

ももさだアートスクール(陶芸)

手びねりでオリジナルの器作り。両日とも午前と午後の2回。
対象▶小学生(小2以下は保護者同伴)
日時▶7月26日(日)・30日(木)、10:00～12:00、13:00～15:00
会場▶アトリエももさだ

受講料▶1,000円 先着▶各12人
申込▶7月4日(土)からアトリエももさだ☎(888)8137(月曜休館)

シェイクスピアのソネット

詩歌芸術の最高峰と言われるシェイクスピアのソネットの世界を紹介。
対象▶高校生以上
日時▶7月24日(金)16:30～18:00
会場▶秋田公立美術大学 定員▶30人
申込▶アトリエももさだ☎(888)8137(月曜休館)

発掘体験教室

小・中学生が対象。史跡秋田城跡で発掘調査体験! 先着15人。
日時▶7月25日(土)10:00～12:00
会場▶史跡秋田城跡(寺内焼山)
申込▶7月6日(月)8:30から秋田城跡調査事務所☎(845)1837



市民SC、公民館などの講座・体験教室

●●●申し込みは各施設へ●●●

◆北部市民SC(キタスカ)

申し込みは7月7日(火)9:00から。☎(893)5969

①**家庭教育公開講座** 危険ドラッグの恐ろしさなどへの理解を深めます。日時▶7月22日(水)10:00～12:00 会場▶キタスカ 先着▶30人

②**親子でカヌー体験** キタスカに集合して、あきた白神体験センター(八峰町)へバスで移動。対象▶小・中学生の親子 日時▶7月26日(日)9:30～16:30 参加費▶1,000円(保険料含む) 先着▶10組

◆西部市民SC(ウェスター)

①②③共通の対象は西部地域にお住まいのかた。申し込みは7月7日(火)9:00から。☎(828)4217

①**地引き網体験** 対象▶小学生と保護者 日時▶7月26日(日)6:00～7:30 会場▶浜田浜 参加費▶1人100円 先着▶70組

②**森で遊ぼう** ウェスターに集合して、環境と文化のむら(五城目町)へバスで移動。自然観察や工作など。対象▶小学生(小3以下は保護者同伴)

日時▶7月31日(金)8:50～16:00
先着▶45人

③**親子陶芸教室** ウェスターに集合して、雄和の窯元へバスで移動。皿、マグカップ、ペン立てから1つを選んで作ります。対象▶小学生の親子
日時▶7月28日(火)9:20～12:30
材料費▶1人750円 先着▶12組

◆河辺市民SC(カワベリア)

申し込みは7月6日(月)9:00から。☎(882)5171

①**漬物教室** 河辺地域伝統の漬物の漬け方を学びます。対象▶両日受講できる女性 日時▶8月3日(月)、11月16日(月)、10:00～12:00 会場▶河辺総合福祉交流センター 材料費▶1,500円 先着▶10人

②**エコたわしと袋ケース作り** 日時▶7月16日(木)10:00～12:00 会場▶カワベリア 材料費▶300円 先着▶30人 持ち物▶はさみ、接着剤、定規、筆記用具

◆雄和市民SC(ユービス)

申し込みは7月6日(月)9:00から。☎(886)5540

①**カヌー&ダリア染め(ハンカチ)** カヌー体験は雄物川で。対象▶小学生の親子 日時▶7月25日(土)8:30～15:00 会場▶ユービス 参加費▶1人2,500円 先着▶10組20人

②**健康づくり体験講座(ミニテニス)** 日時▶7月23日(木)9:30～11:30 会場▶雄和体育館 先着▶20人

◆中央公民館(文化会館内)

①②とも小学生と保護者が対象。会場は中央公民館。先着各10組20人。☎(824)5377

①**親子きりえ教室** 日時▶7月27日(月)・29日(水)・30日(木)、10:00～12:00 申込開始日▶7月6日(月)9:00から

②**親子陶芸教室** 湯飲みや小鉢など。日時▶7月24日(金)・31日(金)、8月7日(金)、10:00～12:00 材料費▶500円 申込開始日▶7月8日(水)9:00から

◆南部公民館 会場は南部公民館。申し込みは7月13日(月)9:00から。☎(832)2457

18日
開催

子ども未来センター夏まつり

★コーナーあそび 10:00～11:00と12:00～14:30。輪投げや魚釣りのゲーム、かわいいうちわづくりなど。各コーナーで遊んでスタンプを集めると、風船をプレゼントします！



★たにぞうオンステージ

11:00～12:00、創作遊び作家のたにぞうさんと歌って踊っていっぱい笑おう♪

19日
開催

自然科学学習館

「音」と「光」のサイエンスショー

イス席は先着各100人(立ち見可)。公演は30分程度

★「光」のサイエンスショー 11:00～と15:00～

★「音」のサイエンスショー 13:30～

★もの作りワークショップ 10:00～。上記のショーの合間に行います。お好きな時間にどうぞ



19日
20日
開催

ベルギービールフェスタ

19日17:00～21:00、
20日11:00～18:00。

いま話題のベルギービールの樽生が勢揃い！ワッフルなどフードも充実。全国新酒鑑評会“金賞”お披露目会も開催。<http://bbf.alve.jp>



その他イベント盛りだくさん!!!!

★アルヴェ映画祭(無料) 18日～20日、「プリキュア」、「ムーミン」など4作品を上映。定員各200人。観覧券は、会場のルミエール秋田で配布しています。上映時間など、詳しくはホームページで

下記の共催イベントは申し込みが必要です。申込方法や参加費など、詳しくはホームページをご覧ください。

★LINE@カレッジ ほか 17日10:00～21:00。講師は、LINE Business Partnersの平井洋志さんとインスパイアの横田秀珠さん。4部構成で定員各100人

★婚活料理交流会 “恋するトマトのランチ”

18日12:45～17:00。講師は、料理研究家の鈴木まり子さん。定員は男女各8人(抽選)