### 日時 10月31日(土) 午後1時30分~2時

1階きらめき広場 アルヴェ

> 入場無料 直接会場



宣言文の読み上げ

| 明徳小学校音楽部による合唱 など

秋田さん

分科会テーマと講師)

①「なりたい私と、やりたい仕事と、地域の未 社)ドリームマップ普及協会代表理事)ほか マップを描こう!」【講師】 秋田稲美さん(( 来~あならたしく輝く人生のためにドリーム

③「女性の活躍による、企業力アップセミナー ②「私がつくる花まるキャリア~ずっとなくては れからの働きかた~ さん(㈱ハナマルキャリア総合研究所代表)ほか ならない私でいるために~」【講師】上田晶美 〜秋田から発信! 一人一人が活躍できるこ

ひとりが個性や能力を発揮できる みんながお互いを認め合い、一人

男女共生社会の実現をめざして

申込締切は10月29日木(必着)。 **申し込み**はがき、FAX、Eメールのいずれ **時間**→午後2時15分~4時15分 **先着**→各50人 会場▶2階多目的ホールと3階洋室0 託児希望(就学前のお子さんが対象)の場合 は、お子さんの氏名、生年月日をお知らせく 参加希望の分科会をお知らせください。 「分科会」と明記の上、 氏名、 電話番

ロメール danjyo@city.akita.akita.jp 問い合わせ→☎(866)2785 分権推進課 〒010-8560 秋田市役所市民協働・地 FAX(866)2129

ださい。先着30人。

# 女性の活躍をテーマに分科会も実施

開催します。ぜひご参加ください。 ィスカッションなどを中心に、 同じくアルヴェで、 3つの分科会を 講演とパネルデ

11/14 (±)

みませんか。上映作品は「くちびるに歌を」。 画を鑑賞して、家族・地域の絆について考えて 11月8日(日)~ 21日仕は「家族の週間」です。 長

かな人間ドラマが心に染み入ります。 会場▼ルミエール秋田 日時>11月14日土①午前10時~、②午後1時~ 鑑賞無料ですが、鑑賞整理券が必要です。 **定員**▼各180人

くちびるに

唱部の物語。

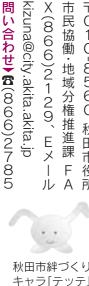
雄大な自然を背景に描かれる、

崎県五島列島の小さな島を舞台にした中学校合

名は全員分を記入)、鑑賞希望時間(「午前」 申し込み→はがき、FAX、Eメールのいず 込締切は10月23日金(必着) 後」「どちらでも可」)をお知らせください。 所、氏名、電話番号、 かで、「絆映画鑑賞」と明記の上、郵便番号、 参加人数(3人まで可。 氏 住

市民協働·地域分権推進課 FA T010-8560 kizuna@city.akita.akita.jp X(866)2129、Eメール \*申し込みは1人1回。定員を超えた場合は抽選とな ります。当選者には、 秋田市役所 鑑賞整理券をお送りします。

秋田市絆づくり事業 絆映画上映会









©2015[くちびるに歌を]製作委員会 ©2011中田永一/小学館

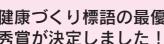
### 人ひとりの心掛け つながれ 広がれ 健康づくり

### 健康づくり標語の最優 秀賞が決定しました!

10月は健康づくり月間で す。今年度、「健康」をテーマ にした標語募集に20点の応 募があり、審査の結果、最優 秀賞には伊藤直子さん(飯島) の上の作品が選ばれました。 おめでとうございます。

### その他の入選者(敬称略)

岡崎鋼一郎(楢山)、臼木嬉子 (御所野)、伊東富美子(広面) 問▶保健総務課☎(883)1170



**〝健康な 今こそ受けよう がん健診〟** われています。早期発見、 なり、3人に1人ががんで亡くなる時代と言 検診を受けましょう。 代は日本人のうち、2人に1人ががんに マヤンペーン月間」3%達成に向けた 早期治療を心が

### ■あなたとあなたの大切な人のために がんが早期に発見された場合、治療方法

保健予防課費(883)1176

選べ、治療に要する期間や治療のため

Ó

精

神 を

的・身体的負担などを軽くできます。 友人、同僚など、多くの あなただけでなく、

あ

を対象に、各種検診を行っています。

**■各種検診は「健診ガイド」でご確認ください** 

場などで検診を受診する機会がない

・かた

が影響を受けます。

がんにより、

家族、

なたの 検診を受けましょう。 大切な人のため、 生活 習 慣 に気 を

集

中率

## ●がん経験者からのメッセージ(50歳代女性)

と思います。 かかりやすいので、 るようですが、乳がんは50歳代の女性が一番 で、体の負担、経済的負担も軽くすみました。 をして今も治療中です。早期に発見できたの 何年も検診を受けていない人がたくさん 乳がん検診でがんが見つかりました。手術 ぜひ検診を受けてほし

験を募集中です。 ·検診を「受けて良かった」体 ただけるかたは、保健予防 報は公表しません)。 へご連絡ください(個人 ご協力い



投稿はQRコ

ドでも

### 「健診ガイド」は市の 施設、市内金融機関、 コンビニなどに置い ているほか、市ホーム ページでもご覧いた だけます

●数国市の健康カイド

### 歯の検診でお口の健康度をチェック

全戸配布した「秋田市の健診ガイド」に掲

載

ています。 胃がん検診の巡回日程は、5月に

胃がん検診と胸部検診は、検診車が巡

回

ています。また、胸部検診の巡回日程は広報あ

地区

係なく都合の良い会場で受診してください きた9月4日号に掲載しています。

検診をぜひ活用してください

石川承平先生(いしかわ歯科矯正歯科)

成田裕

一郎先生(中通総合病院整形外科)

骨粗しょう症検診のすすめ

\*骨粗しょう症検診は5年に1度(4)歳から5年刻 対象)の受診機会となります。 年に1度(30歳から10年刻みで70歳までのかたが みで70歳までの女性が対象)、

るため、急激に進行することがあります。 防いでくれる女性ホルモンが分泌されなくな 構造が弱くなり骨折しやすくなる病気です。 では、しっかりした体は作られませんし、 作られます。その入り口であるお口が不健 なさんの体は、 り、歯周病では歯が抜け落ちたりします。 は、本人が気付かないうちに進行 クし、骨粗しょう症と診断されたかたは早 長期の入院が必要になることもあります。 弱くなりやすく、軽い転倒でも骨折してしまう 女性は、 加齢によって起こりますが、 自分のお口を調べてもらうために、 をチェックすることができます。 康ではいられません。 します。むし歯であればひどい痛みが出 の治療をお勧めします。 ため、日常生活に大きな支障をきたし、手 秋田市の歯周疾患検診では、この二つの 検診を受けてご自身の骨をきちんとチェッ 背骨(椎骨)や股、肩、ひじ、手首近くの ロ の 骨粗しょう症は、 中の二大疾患であるむし歯 骨のカルシウムが血液に溶け出すのを みなさんが食べた食べ物から 骨の量が減少して骨 特に、 この 閉経後 と歯 歯周 機 重 0) 会に 突病 周 骨 3 康 た 化 病 め が 0)

機会にぜひ受診してください。 歯周疾患検診は10 対象のかたはこの