

いきいきサロン(対象は65歳以上。直接会場へどうぞ)

- ラフターヨガ 時間はいずれも10:15~12:00。参加無料。
①11月 8日(火)▶飯島老人いこいの家で。☎(845)3692
②11月17日(木)▶大森山老人と子どもの家で。☎(828)1651
- ADL体操 参加無料。日時▶11月9日(水)10:15~12:00
会場・問▶八橋老人いこいの家☎(862)6025
- ポーセラーツ教室(マイカップ作り) 持ち物はお問い合わせください。日時▶11月22日(火)10:00~12:00 材料費▶1,000円 会場・問▶雄和ふれあいプラザ☎(886)5071

介護支援ボランティア登録講習会

介護保険施設などでボランティア活動をして、集めたスタンプをポイントに換えると、年間最大5,000円の交付金が受けられます。ご希望のかたは、介護保険被保険者証を持って、下記日程の講習会(いずれか1日)へどうぞ。保険料230円が必要です。
対象▶65歳以上で要介護認定を受けていないかた 講習会▶11月14日(月)、12月13日(火)、14:00~15:30 会場▶市老人福祉センター3階(八橋) 問▶秋田市社会福祉協議会☎(862)7445

レビューいずみ障害者就業・生活支援センター

☎(896)7088・FAX(896)7078

■法律相談 武田龍生弁護士が応じます。日時▶11月21日(月)10:00~12:00 会場▶市老人福祉センター 先着▶6人(初めてのかた優先) 申込▶11月7日(月)10:00から市協ふれあい福祉相談センター

☎(863)6006(電話のみ)

■女性の人権ホットライン 夫やパートナーからの暴力、ストーカーなどの相談に応じます。日時▶11月14日(月)から20日(日)までの8:30~19:00(19日・20日は10:00~17:00)

相談電話▶0570-070-810

おもいかたあ 思いを語り合いませんか

■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などを分かち合います。個人ケアは要予約。

日時▶11月19日(土)13:00~16:00

会場▶県社会福祉会館 お茶代▶300円 申込▶秋田グリーンケア研究会

☎080-5000-8706

■認知症の人と家族のつどい

悩み・思いを話し合います。日時▶11月20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

■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、悩みや思いを話し合います。日時▶11月25日(金)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

みんなの掲示板③

■フロアカーリングあきた大会

日時▶11月27日(日)9:00~ 会場▶西部市民SC(ウエスター) 参加費▶1チーム500円(1チーム4人まで) 先着▶32チーム 申込▶11月20日(日)まで新屋地区体育協会の佐々木さん ☎(828)1637(留守番電話対応)

■市民スポーツ祭・綱引

日時▶12月4日(日)9:00~ 会場▶河辺体育館 参加料▶1チーム3,000円(小学生チームは2,000円) 申込▶11月22日(火)まで秋田市綱引連盟の櫻庭さんFAX(893)5446 問▶☎090-2361-9069

■医療放射線画像展 秋田県診療放射線技師会主催。骨密度測定、超音波検査、吹奏楽演奏など。

日時▶11月5日(土)11:00~15:00

会場▶アルヴェ1階きらめき広場 問▶市立病院放射線科☎(823)4171

■秋田県理学療法士会公開講座「延ばすのは寿命ではなく健康寿命」

日時▶11月12日(土)15:30~16:50 会場▶文化会館 問▶秋大医学部附属病院リハビリテーション部の畠山さん☎(884)6372

■腎臓病を考える集い 「腎臓病と高血圧と食事について」と題した講演。

日時▶11月13日(日)10:00~12:00 会場▶県社会福祉会館心身障害者総合福祉センター3階(旭北) 問▶秋田県腎臓病患者連絡協議会☎(863)6210

■秋田考古学協会研究会「秋田考古学の今」 講演と研究発表。日時▶11月19日(土)13:30~17:00 会場▶文化会館4階 問▶秋田考古学協会事務局の高橋さん☎090-1491-7384

■犯罪被害者週間「県民のつどい」

交通事故被害者遺族の講演やサククス四重奏コンサートなど。

日時▶11月23日(水)13:30~16:00 会場▶アルヴェ1階きらめき広場ほか 申込▶11月11日(金)まで秋田県県民生活課☎(860)1523

■秋田大学公開講座「どうして肩がこるのだろう? 原因別の対策」 日時▶12月1日(木)・8日(木)・15日(木)、18:15~19:45(15日は19:55まで) 会場▶カレッジプラザ(中通) 受講料▶1,500円 先着▶30人 申込▶同大学地方創生・研究推進課☎(889)2270

■秋田県町村会事務局職員採用試験(大学卒) 採用予定は1人。受験資格など、詳しくはお問い合わせください。日時▶12月4日(日)10:00~ 会場▶県市町村会館(山王) 問・申込▶所定の申込用紙で11月22日(火)まで秋田県町村会へ。☎(862)3851 <http://www.akita-chosonkai.gr.jp/>

■市立図書館が特別整理のため11月16日(水)~30日(水)に全館休館します 問▶中央図書館明徳館(移動図書館イソップ号も)…☎(832)9220、同河辺分館…☎(881)1202、土崎図書館…☎(845)0572、新屋図書館…☎(828)4215、雄和図書館…☎(886)2853、フォンテ文庫(子どもライブラリーと市民学習スペースは利用できます)…☎(893)6167

■クアドーム ザ・ブーンが定期点検のため、11月7日(月)~18日(金)に全館休館します 問▶☎(827)2301

■文中「SC」はサービスセンターの略です。



以前の資料展示の様子

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

RESAS×地域の中核企業＝ 「あきた市暮らし」が見えた！

秋田市暮らしの魅力や、RESAS(地域経済分析システム)から見た秋田の産業や地域の中核企業の魅力を紹介し、首都圏にお住まいのご家族・知人にお知らせください。先着各30人。

参加者に
新米
進呈！

対象秋田県出身の大学生・社会人
日時▶11月25日(金)14:00～16:00
と18:30～20:30 **会場**▶都市センターホテル(東京都千代田区平河町)
申込▶企画調整課☎(888)5462

青空市場で新鮮野菜を直売

取れたての野菜を地元農家が直売！越冬野菜などもあります。
日時▶11月13日(日)8:00～10:30
会場▶飯島緑丘大通り(飯島小近く)。7:00～11:00に、会場が一部車両通行止めになります。ご了承ください
問▶農業農村振興課☎(888)5735

卸売市場開放デー

新鮮な水産物や青果、花きを販売！
日時▶11月19日(土)9:00～12:00
会場▶秋田市卸売市場(外旭川)
問▶秋田市卸売市場協会☎(869)5255

秋田市芸術祭

会場は文化会館。詳しくは、秋田市文化団体連盟へ。☎(866)4026
■邦楽合同公演(謡曲・琵琶・詩吟)
日時▶11月20日(日)13:00～16:00
■古典芸能のつどい(邦舞邦楽)
日時▶11月23日(水)13:00～15:30
入場料▶1,000円

みんなの掲示板②

■ピンクリボンキャンペーン 乳がんについての講演会や相談コーナーなど。**日時**▶11月6日(日)11:00～17:00 **会場**▶アルヴェ1階きらめき広場 **問**▶秋田県ピンクリボン実行委員会事務局(秋田大学医学部附属病院内の伊藤さん☎(884)6132

■河辺農林漁業資料館の収蔵資料を展示 懐かしい農具などを展示しています。**日時**▶11月25日(金)まで展示中。平日の9:00～17:00 **会場**▶河辺市民SC(カワベリア)1階ホール **問**▶文化振興課☎(888)5607

■みなと伝統文化を語る集い 「近世日本海海運における秋田」と題した講演と芸能披露ステージ。
日時▶11月12日(土)13:00～ **会場**▶北部市民SC(キタスカ)文化ホール **問**▶土崎地区市民憲章推進協議会の藤本さん☎(846)4842

■新そばを楽しむ会 石臼挽きなどの体験。そば定食付き。**日時**▶11月12日(土)・19日(土)・23日(水)・26日(土)・27日(日)、11:00～、12:00～、13:00～(各1時間程度) **会場**▶旧上新城中学校 **参加費**▶1,300円(中学生～大学生1,000円、小学生以下650円) **先着**▶各20人 **申込**▶上新城ノーザンビレッジ☎(884)7441

■新そばを楽しむ会 石臼挽きなどの体験。そば定食付き。**日時**▶11月12日(土)・19日(土)・23日(水)・26日(土)・27日(日)、11:00～、12:00～、13:00～(各1時間程度) **会場**▶旧上新城中学校 **参加費**▶1,300円(中学生～大学生1,000円、小学生以下650円) **先着**▶各20人 **申込**▶上新城ノーザンビレッジ☎(884)7441

■であいのこんさあと 障がいのあるかたとないかたが一緒に作るステージ **日時**▶11月13日(日)13:00～ **会場**▶県児童会館 **入場料**▶300円(子ども250円) **問**▶同実行委員会の星野さん☎090-5230-6888

■講演会「食べることは生きること～美味しく食べて100歳100歳～」 講師はテレビリポーターの菊田あや子さん。**日時**▶11月16日(水)14:00～15:30 **会場**▶北部市民SC(キタスカ)地域文化ホール **定員**▶200人 **申込**▶秋田北法人会☎(845)8078

■秋田県花の祭典 **日時**▶11月19日(土)・20日(日)、9:00～17:00(20日は15:30まで) **会場**▶アルヴェ **おもな内容**▶デザイン競技会(19日10:00～)、寄せ植え体験講座(19日15:00～)。当日先着15人)、展示品即売会(20日16:30～) **問**▶同実行委員会(県園芸振興課内)☎(860)1804

■聖霊女子短大クリスマスコミュニケーションパーティー 手作り料理でおもてなし。**日時**▶12月3日(土)11:30～13:30 **会場**▶聖霊女子短大 **参加費**▶1,500円 **先着**▶50人 **申込**▶11月14日(月)から同短大☎(845)4111

■自衛隊音楽まつり **日時**▶12月8日(木)18:30～ **会場**▶文化会館 **入場整理券**▶11月7日(月)からイオンモ

ール秋田2階インフォメーションカウンター、イオン土崎港店1階サービスカウンターほかで配布します **問**▶秋田駐屯地広報室☎(845)0125

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

学校開放スポーツ教室

時間は19:00～21:00。種目はフロアカーリング。保険料各30円。先着各20人。小・中学生は保護者同伴で。
11月9日(水)開催▶御所野小体育館で
11月16日(水)開催▶築山小体育館で
申込▶スポーツ振興課☎(888)5611

市立病院の各種教室

会場は市立病院2階講堂。車でお越しのかたに駐車場無料スタンプを押します。医事課☎(823)4171

①IBD教室 医師、認定看護師などが炎症性腸疾患について話します。**日時**▶11月15日(火)13:30～14:45
②がんサポート教室 乳がんの治療と生活についての話。**日時**▶11月17日(木)13:00～14:30

こころの健康アップ講座

眠りと健康についての講話と呼吸法やストレッチの実技。先着40人。
日時▶12月1日(木)13:30～15:30
会場▶市保健センター(八橋)
申込▶健康管理課☎(883)1180

市立病院&あらや「健康セミナー」

感染症についての話と医療相談会。
日時▶11月30日(水)16:00～17:30
会場▶西部市民SC(ウェスター)
問▶市立病院医事課☎(823)4171

各種相談をご利用ください

■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
■障がい児者相談会 就労や生活に関する相談に応じます。**日時**▶11月10日(木)11:00～15:00 **会場**▶中央市民SC洋室4(市役所3階) **問**▶ウェ