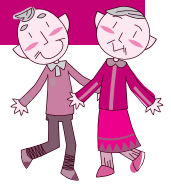


いきいきサロン・クラフトテープで新聞入れを作ろう

65歳以上が対象です。直接会場へどうぞ。詳しくはお問い合わせください。**日時**▶1月24日(火)、2月21日(火)、10:00~12:00
会場▶雄和ふれあいプラザ **材料費**▶1,000円
持ち物▶筆記用具、はさみ、木工用ボンド、洗濯ばさみ(10個)、メジャー(2本) **問**▶雄和ふれあいプラザ☎(886)5071

秋田寿大学の新生を募集

60歳以上が対象です。講師を招いて、社会、文化、健康などについて学びます。**日程(4月開講)**▶毎月10日頃、13:00~15:00 **会場**▶八橋老人いこいの家 **参加費**▶入会金1,000円、年会費2,500円 **定員**▶10人(定員超は抽選) **申込**▶はがきに、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号を書いて、2月20日(月)(必着)まで、〒010-8560 秋田市教育委員会生涯学習室 秋田寿大学学生募集係 **問**▶秋田寿大学の加賀谷さん☎(845)5716



■ザ・ブーンが施設メンテナンスのため、2月6日(月)から10日(金)まで全館休館します

食生活相談

肥満、高血圧、糖尿病などのかたの相談に栄養士が応じます。先着5人。

日時▶2月8日(水)9:30~16:30
会場▶市保健センター(八橋)
申込▶1月23日(月)8:30から保健予防課☎(883)1178

生涯学習室の健康教室

会場は市役所3階の中央市民SC(センター)洋室4。先着各40人。申し込みは1月23日(月)8:30から生涯学習室へ。☎(888)5810

■健康寿命を延ばす秘訣教えます！
 すすきクリニック・鈴木裕之院長による健康、認知症予防などの話。

日時▶2月8日(水)15:30~17:00

■笑いヨガ~笑って心も体も元気に！
 講師は、笑いヨガ認定ティーチャーの伊藤晴美さん。

日時▶2月14日(火)13:30~15:00

市立病院&タニタ食堂 健康カフェ

「貧血と生活習慣」がテーマ。医師・栄養士の話のほか、メニュー解説も。

日時▶2月8日(水)16:00~18:00
会場▶あきたタニタ食堂(エリアなかいち内) **食事代**▶750円 **先着**▶40人
申込▶あきたタニタ食堂☎(827)5125

医療を考えるつどい

市民向け公開講座。「秋田の子どもを考える」をテーマにした基調講演とパネルディスカッション。

日時▶2月18日(土)13:30~16:40

会場▶秋田ビューホテル4階

問▶秋田市医師会☎(865)0252

つどいで語り合いませんか

■介護者のつどい

対象▶寝たきりや認知症のかたなどを家庭で介護しているかた **日時**▶1月27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

■うつ会秋田の集い うつ病のかたやご家族が悩みなどを語り合います。**日時**▶2月5日(日)、3月5日

(日)、14:00~16:00 **会場**▶遊学舎
参加費▶各500円 **定員**▶各20人
申込▶うつコミュニティ・うつ会秋田の堀さん☎(862)8491

みんなの掲示板③

■外旭川小学校通学路の除排雪時の車両通行にご注意ください 1月22日(日)8:30~12:00に、外旭川小付近の通学路(歩道)約1.5kmを地域住民が除雪する予定です。通行車両はご注意ください。**問**▶同地区市民憲章推進協議会の山本さん☎(868)1048

■演歌で健康体操教室 運動できる服装でフェイスタオルをお持ちください。**日時**▶1月26日(木)、2月2日(木)・9日(木)・16日(木)、10:00~11:30 **会場**▶河辺総合福祉交流センター **問**▶秋田市視聴覚ライブラリー☎(882)5535

■介護予防教室・スマイルアップ倶楽部 3B体操を行います。対象▶おおむね65歳以上(階段で2階への移動が可能なかた) **日時**▶2月7日(火)13:30~14:30 **定員**▶20人
会場・申込▶中通地域包括支援センター幸ザ・サロン☎(827)3323

■体験教室ピラティス&ストレッチ
日時▶土曜コース…2月11日(土)・18日(土)・25日(土)、11:00~12:00
火曜コース…2月14日(火)・21日(火)、3月7日(火)、14:00~15:00
会場▶北部市民SC(キタスカ)和室

先着▶各20人 **申込**▶1月24日(火)9:00から北部地域住民自治協議会☎(846)1133

■スロージョキング®体験講座

日時▶2月15日(水)13:30~15:30
会場▶北部市民SC(キタスカ)
保険代など▶150円 **先着**▶30人
申込▶1月24日(火)9:00から北部市民SC☎(893)5969

■防衛大学校学生一般(後期)採用試験

試験日▶2月18日(土) **申込期間**▶1月21日(土)から27日(金)まで。受験資格など、詳しくはお問い合わせください。 **問**▶自衛隊秋田募集案内所☎(864)4929

■新入社員合同入社式の参加企業を募集

今年3月に学校を卒業し、今春入社予定のかたを対象とした合同入社式に参加する企業を募集します。**日時**▶3月24日(金)9:30~11:50
会場▶秋田テルサ

参加費▶1人につき2,500円
申込▶2月28日(火)まで秋田雇用開発協会☎(895)5077

■「美専」の資料を募集

3月開催予定の大学史資料展の企画準備のため、秋田公立美術大学の前身である「市立美術工芸専門学校(美専)」に関する資料を募集しています。写真や授業・学校行事の資料のほか、当時のエピソードなどもお寄せください。詳しくは、お問い合わせを。**問**▶秋田公立美術大学☎(888)8108



■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

し まい むかし かた うた おど 姉妹で昔っこ語って、歌に踊り

秋田の歴史を昔語りで。先着50人。
日時▶2月1日(水)10:00~11:30
会場▶河辺市民SC(カワベリア)
申込▶1月23日(月)9:00から河辺市民SC生涯学習担当☎(882)5171

し ょう こ スキー場オーパスへGo!

- ★ナイターレディースデー(毎週日曜)
16:00以降のリフト4時間券が女性は610円に! (通常1,230円)
- ★スノーストライダー体験会(2歳~5歳が対象)
ペダルのない自転車ストライダーの雪上バージョンを体験。1月22日(日)10:00~15:00
- ★スキー&スノボ無料レッスン(幼児~小学生が対象)
1月22日(日)・29日(日)、9:00~。当日の8:30~8:50にオーパスフロントで受け付けます。先着各20人
- ★オーパスチビッコデー 1月29日(日)11:30~。小学生以下が対象のお楽しみイベント♪ 先着50人
問▶太平山スキー場オーパス ☎(827)2221

かんきょうきょうしつ ふゆ し ぜんかんさつかい 環境教室 冬の自然観察会

スノーシューを履いて樹木や動物の足跡を観察。自然の素材を利用したクラフト作りも。昼食は各自で。

対象▶小学生以上 日時▶2月11日(土)10:30~14:30 会場▶プラザクリプトン(河辺戸島) 先着▶30人
申込▶1月23日(月)8:30から環境総務課☎(888)5705

ふゆ まんたらめ冬のファミリーキャンプ

スキー教室(2日間)やスノーキャンドル作り、もちつきなど。定員7家族(抽選。はじめての家族を優先)。
対象▶4歳~中学生のお子さんと家族(子ども・大人のみ参加は不可)
日程▶2月18日(土)9:30から19日(日)14:00までの1泊2日
会場▶太平山自然学習センター、オーパス 参加費(リフト代など別)▶1家族5,000円に加え、小学生以上1人3,500円、小学生未満1人3,000円
申込▶はがきに(1家族1枚のみ)、催し名、住所、全員の氏名・年齢、電話・FAX番号を書いて、1月27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まんたらめ☎(827)2171

けいじばん みんなの掲示板②

- 初春のしらべ(箏・三絃・尺八)
日時▶1月22日(日)13:00~ 会場▶アトリオン音楽ホール 入場料▶1,000円(高校生以下無料) 問▶秋田県三曲連盟事務局☎(866)2605
- 土崎地区市民憲章・環境と健康の集い 日時▶1月28日(土)14:00~16:00 会場▶北部市民SC(キタスカ) 内容▶秋田清掃登山連絡協議会

の水野鉄也さんの講演、マジックショー 問▶土崎地区市民憲章推進協議会の能登谷さん☎(845)9308

■秋田ムジークシュヴェルマープラス演奏会 市文化振興助成事業。吹奏楽の演奏会。日時▶2月4日(土)13:30~16:00 会場▶文化会館大ホール 問▶事務局のさわいさん ☎050-3578-4358

■きらめき就職面接会 障がいのあるかたと企業との面接会。履歴書(写真付き)をお持ちください。日時▶2月10日(金)13:15~16:00 会場▶ホテルメトロポリタン秋田3階 申込▶ハローワーク秋田 ☎(864)4111(部門コード43#)

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

けんこうぞうしんきょうしつ ザ・ブーン健康増進教室

- ②は申し込みが必要です。1月27日(金)9:00からクアドーム ザ・ブーンへ。☎(827)2301
- ①ストレッチ・水中歩行・水泳(曜日・時間帯別) 実施日▶2月3日(金)~28日(火)の火・金曜に6回
受講料(入館料別)▶1回590円、フリーコース3,240円
- ②水泳・水中歩行(秋田駅からバス送迎あり) 日時▶2月3日(金)・17日(金)・24日(金)、9:45~15:00
受講料(入館料込)▶各1,100円



市民相談
センターの
無料相談

相談の種類	相談日時	相談場所	申し込み	
要予約 定員各6人	法律	2 / 2(木)・16(木)・23(木)、9:00~12:00	市民相談センター	
		2 / 2(木)13:30~16:30		南部市民SC(なんびあ)
	行政書士 年金・社保 司法書士 公証人・遺言 税務相談	2 / 9(木) 9:00~12:00	北部市民SC(キタスカ)	1 / 24(火)8:30から、市役所1階の市民相談センターの窓口か電話でご予約ください。☎(888)5646 *「要予約」の相談利用は、同年度内に1人各1回までです。
		2 / 3(金)13:00~16:00	市民相談センター	
		2 / 10(金)13:00~16:00		
		2 / 14(火)13:00~16:00		
		2 / 21(火) 9:00~12:00		
2 / 21(火)13:00~16:00				
予約不要 定員各6人	行政	2 / 8(水)13:00~16:00	市民相談センター	
	人権・困りごと	2 / 9(木)13:00~16:00		