



心のふれあい相談会

日時▶12月9日(土)

学校教育課☎(888)5808

会場▶中央市民サービスセンター
多目的ホール(市役所3階)

対象 子どもの不登校や不登校傾向に悩む保護者や教職員

◆講演(13:00~14:00)=講師は秋田大学の北島正人准教授。参加無料。直接会場へお越しください。

◆臨床心理士による個別相談(14:10~16:40)=定員30人。12月4日(月)までに、お子さんが通う小・中学校または学校教育課へお申し込みください。

▶12月8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

■若者の語り場 対象▶39歳以下

のかた 日時▶12月9日(土)15:00

~17:00 会場▶中央市民SC洋室

6(市役所2階) 参加費▶500円

問▶NPO目的のある旅の草野さん

☎080-3088-7506

みんなの掲示板③

■天使ちゃんのちくちく会 流産・死産で小さく誕生した子のために産着を作り、産院に寄付します。

日時▶11月27日(月)9:30~12:00

会場▶市老人福祉センター 参加

費▶300円 申込▶ここはぐ代表の

小田嶋さん☎070-1148-5589

Eメール kokohug.akita@gmail.com

■専修学校入学一時金の奨学生を

追加募集 平成30年度に専修学

校に進学予定の県出身者が対象で

す。募集人数は8人。詳しくはお

問い合わせください。

申込期限▶12月1日(金)(必着)

問▶秋田県育英会☎(860)3552

■高速道路への歩行者・自

転車の立ち入りや車両の

逆走は禁止です！ 万が

一立ち入りや逆走を目撃した場合

は、110番か#9910(道路緊急ダ

イヤル)に通報をお願いします。

問▶東日本高速道路(株)東北支社秋

田管理事務所☎(826)1700

■事業主のかたへ~来年4月1日

から、障がい者雇用率が引き上げ

られます 一般企業の法定雇用率

が2.2%(現行2.0%)に引き上げる

ことに伴い、雇用義務の対象が従

業員50人以上から45.5人以上に

変わります。詳しくはお問い合わ

せを。問▶ハローワーク秋田

☎(864)4111(部門コード43#)



健康

サンライフ 火曜日のピラティス

腹式呼吸を使ったストレッチを中

こころの健康 アップ講座



日時▶12月14日(木)10:00~11:30

会場▶市保健所(八橋) 定員▶30人

心と体のコリをほぐしましょう。健康運動指導士による呼吸法やストレッチの実技指導。受講無料。申込▶健康管理課☎(883)1180

心とした運動。対象▶19歳以上の

女性 日時▶12月5日(火)から26

日(火)までの毎週火曜、13:30~

14:45 会場▶サンライフ秋田

受講料▶3,850円 先着▶15人

申込▶11月18日(土)10:00からサ

ンライフ秋田☎(863)1391

食生活相談

栄養士が相談に応じます(1人に

つき50分程度)。詳しくはお問い

合わせください。日時▶12月12日

(火)9:30~16:30 会場▶市保健

センター(八橋) 先着▶5人

申込▶11月20日(月)8:30から保健

予防課☎(883)1178

みんなの掲示板④

■親子で楽しむ3B体操 対象▶親

子、祖父母と孫 日時▶11月25日

(土)10:00~11:30 会場▶セリオ

ンプラザ多目的ホール 申込▶(公

社)日本3B体操協会秋田県支部の

長門さん☎090-5231-7125

■講演「酒は百薬の長~医者いらず

の飲み方伝授~」元秋田県醸造試

験場長の齋藤久一さんが話しま

す。日時▶11月26日(日)14:00~

会場▶県総合保健センター2階(千

秋久保田町) 問▶秋田県医療学術

交流会事務局の藤井さん(五十嵐

記念病院内)☎(845)0251

■サイコロジカル・カフェ ここ

ろの不思議や健康について、カフ

エでおしゃべりする感覚で学びま

す。日時▶11月30日(木)、12月1

日(金)・14日(木)・15日(金)、18:00

~19:30 会場▶秋田大学手形キ

ャンパス 参加費▶各500円 先

着▶各30人(12月15日のみ10人)

申込▶11月28日(火)まで秋田大学

地方創生・研究推進課

☎(889)2270

■検査と健康展 骨密度や肺年齢、

物忘れプログラムなどの検査。

日時▶12月3日(日)10:15~14:15

会場▶アルヴェ2階多目的ホール

問▶秋田赤十字病院検査部の佐藤

さん☎(829)5000(内線5600、

14:00~16:00)

■ひだまり教室 セカンドオピニ

オンについての解説と質疑応答。

日時▶12月5日(火)14:00~15:00

会場▶秋田大学医学部附属病院院

内図書室「ひだまり」 問▶秋田大

学医学系研究科・医学部医事課医

療サービス室☎(884)6039

■親子スポーツチャンバラ教室

対象▶幼稚園以上のお子さんと保

護者 日時▶12月23日(土)から1

月11日(木)までに6回、10:00~

11:30 会場▶県立武道館小道場

参加費▶1組3,500円(お子さん2

人目から1人1,000円)

定員▶20組 申込▶11月20日(月)

から県立武道館☎(862)6651

情報チャンネルa

▶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。

案内

県民会館閉館に伴う相談窓口

県民会館が平成30年5月末で閉館するため、代替施設をホームページで紹介しているほか、相談窓口も設置しています。お気軽にご相談ください。

問▶県民会館 ☎(834)5055
<http://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/28302>

戦没者遺族相談員にご相談を

ご遺族や戦傷病者のかたに関する生活上の相談や、各種年金・給付金などの相談に応じます。

戦没者遺族相談員

菅原継昭さん(保戸野) ☎(824)3653
 足利繁明さん(河辺) ☎(882)4157
 伊藤 薫さん(広面) ☎(835)3146

戦傷病者相談員

佐藤イサさん(柳田) ☎(833)2680
 高橋智香子さん(南通) ☎(834)2253
 問▶県福祉政策課 ☎(860)1318

人権擁護委員にご相談を

次のかたが、10月1日付けで法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。いじめや体罰、隣近所の問題などの相談をお住まいの近くの人権擁護委員に相談したいときは、秋田地方法務局人権擁護課

へ。 ☎(862)1443

- ・木村清志さん(再任)
- ・加賀谷ユウ子さん(再任)

税務署の年末調整説明会

日時▶11月27日(月)13:30~15:30、28日(火)10:00~12:00と13:30~15:30
 会場▶アトリオン4階音楽ホール
 問▶秋田南税務署 ☎(832)4121、秋田北税務署 ☎(845)1161…自動音声案内で「2番」を選択してください

各種ご相談はこちらへ

■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19日(日)までの8:30~19:00(18日・19日は10:00~17:00)
 相談電話▶0570-070-810

■精神障がい者家族相談 精神に障がいのあるかたのご家族の不安や悩みなど。日時▶11月24日(金)10:00~15:00 会場▶市老人福祉センター2階和室(八橋) 問▶NPO法人秋田けやき会 ☎(863)4481

■特設人権相談所 近隣とのトラブル、配偶者からの暴力、いじめや体罰など。日時と会場▶①12月1日(金)10:00~15:00、西部市民SCで ②12月4日(月)10:00~15:00、にぎわい交流館4階研修室5で 問▶みんなの人権110番 ☎0570-003-110

多重債務相談会

日時▶12月6日(水)10:00~16:00
 会場▶秋田財務事務所(山王七丁目)
 申込▶12月4日(月)まで秋田財務事務所理財課 ☎(862)4196

■調停相談会 家庭内の問題や土地・建物・金銭のもめごと、交通事故の補償など。日時▶12月8日(金)10:00~15:00 会場▶裁判所合同庁舎(山王) 問▶秋田調停協会 ☎(824)3121(内線202)

■わかかさ相談電話 少年の悩みや心配事など。時間▶平日9:00~16:00(月曜のみ10:00~)。アルヴェ5階の少年指導センターでは、来所相談にも応じます(要予約)。相談電話▶(884)3868

思いを語り合いませんか

■KHJ秋田ばっけの会の集い

対象▶ひきこもりのかた
 日時▶11月25日(土)13:30~15:30
 会場▶中央市民SC洋室6(市役所2階) 問▶同会の菅原さん ☎090-6688-5216

■うつ会秋田の集い うつ病で悩んでいるかたに、うつ病経験者が助言します。日時▶12月3日(日)、1月21日(日)、14:00~16:00
 会場▶遊学舎(上北手) 参加費▶各300円 問▶うつコミュニティ秋田の堀さん ☎(862)8491

■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▶



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	行政書士	12/ 1(金)13:00~16:00	市民相談センター	11/21(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。
	法律	12/ 7(木)・21(木)・27(水)、9:00~12:00	市民相談センター	
		12/ 7(木)13:30~16:30	南部市民SC	
		12/14(木) 9:00~12:00	北部市民SC	
	年金・社保	12/ 8(金)13:00~16:00	市民相談センター	
	司法書士	12/12(火)・26(火)、13:00~16:00		
	公証人・遺言	12/19(火) 9:00~12:00		
	税務相談	12/19(火)13:00~16:00		
予約不要 定員各6人	行政	12/13(水)13:00~16:00	市民相談センター	当日直接、市役所1階の市民相談センターへどうぞ。先着順(15:30で受付終了)
	人権・困りごと	12/14(木)13:00~16:00		