

(初めてのかた優先) 申込▶12月4日(月)10:00から市社協ふれあい福祉相談センター☎(863)6006

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(②はご家族もどうぞ) 日時と会場▶①12月9日(土)13:30~15:30、中央市民SC(市役所3階)音楽室1で ②12月16日(土)13:30~15:30、中央市民SC洋室4で 問▶同会の菅原さん☎090-6688-5216

■大切な人を自死や災害死などの突然死で亡くされたかたの集い

日時▶12月16日(土)13:00~16:00(個人ケアは要予約で15:20~) 会場▶県社会福祉会館(旭北) 参加費▶300円 問▶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

日時▶12月17日(日)13:30~15:30 会場▶ジョイナス研修室 問▶同会秋田県支部☎(866)0391

みんなの掲示板②

■生き生き健康フェア

医師の相談コーナー、骨密度・血圧測定など。

日時▶12月9日(土)10:00~14:00 会場▶秋田市民市場 問▶社会医療法人明和会☎(834)6461

■ここからサロン

3B体操とクリスマス茶話会。

対象▶60歳以上のかた 日時▶12月22日(金)13:30~15:30 会場▶勝平地区コミュニティセンター 参加費▶300円 先着▶20人 申込▶12月15日(金)まで勝平地域包括支援センターシンシア

☎(883)3055

■猫の飼い主のみなさんへ

猫にとって屋外には、感染症、交通事故、迷子、予期せぬ繁殖など、危険がいっぱいです。猫は室内で飼いましょう。また室内で飼っていても、万が一に備え、迷子札などを付けて身元表示をするようにしましょう。

問▶県生活衛生課☎(860)1593

いきいきサロン(参加無料)

対象は65歳以上です。時間は10:15~12:00(ADL体操の③は10:00~)。動きやすい服装で直接会場へお越しください。

【ラフター(笑い)ヨガ】

12月7日(木)、大森山老人と子どもの家で。☎(828)1651

【ADL体操】

①12月13日(水)、八橋老人いこいの家で。☎(862)6025

②12月14日(木)、飯島老人いこいの家で。☎(845)3692

③12月20日(水)、雄和ふれあいプラザで。☎(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、講習会(いずれか1日)を受講してください。直接会場へどうぞ。

対象▶65歳以上で要介護認定を受けていないかた 講習会▶12月12日(火)、1月19日(金)、14:00~15:30 会場▶市老人福祉センター3階(八橋) 持ち物▶介護保険被保険者証と保険料230円 問▶秋田市社会福祉協議会☎(862)7445

ヘルプマークに 思いやりの 行動を



ヘルプマーク



ヘルプカード

外見では援助や配慮を必要

としていることがわかりにくいかたを対象に、ストラップ型の「ヘルプマーク」と、緊急連絡先や必要な支援内容を記載できる「ヘルプカード」を12月から無料で配布します。詳しくは、障がい福祉課へお問い合わせください。☎(888)5663・FAX(888)5664

◆ヘルプマーク・ヘルプカードをご活用ください

義足や人工関節を使用しているかた、内部障がいや難病のかた、または妊娠初期のかたなど、外見では援助や配慮を必要としていることがわかりにくいかたが、配慮を必要としていることを周囲に知らせることで、援助が得やすくなります。

ヘルプマークを身につけたかたを見かけたら、電車・バスの中では席をゆずるなど、思いやりのある行動をお願いします。

【配布場所】障がい福祉課(市役所1階)、健康管理課(八橋の市保健所)、各市民サービスセンター(中央を除く)、駅東サービスセンターへ直接お越しください。その際、申込書(無記名)の記入が必要になります。なお、郵送は行いません

▼「情報チャンネルa」は、市関連の情報を優先して提供していますので、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

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・健康

フロアカーリング交流大会



1チーム3人(登録は4人まで)で先着64チーム。日時▶12月

16日(土)9:00~16:00 会場▶茨島体育館 申込▶電話、FAX、Eメールのいずれかで、12月1日(金)から8日(金)までスポーツ振興課 ☎(888)5611・FAX(888)5612 Eメール ro-edsp@city.akita.akita.jp

市民スポーツ祭・武術太極拳

日時▶2月12日(月)9:30~ 会場▶県立武道館大道場 申込▶12月20日(水)まで秋田市武術太極拳連盟の朝香さん ☎(834)9490

危険物取扱者試験

日時▶2月4日(日)10:00~ 会場▶県社会福祉会館(旭北)、県生涯学習センター(山王) 試験料▶甲種5,000円、乙種3,400円、丙種2,700円 申込▶市消防本部、各消防署、消防試験研究センター秋田県支部(中通)にある受験願書を、12月11日(月)から26日(火)までに同支部へ。 ☎(836)5673

市立病院の肝臓教室

すい臓がんの外科的治療や肝疾患と運動療法の話。日時▶12月5日

絆のコンサート2017~絆を感じて~

12月17日(日)15:00~ 文化会館
前売券▶高校生以上2,500円、小・中学生500円
販売所▶caoca広場、さきがけNews Cafe、ローソチケット(Lコード:22271)

問い合わせ エフエム秋田 ☎(824)1155



秋田市絆づくり事業

出演▶辛島美登里さん、青谷明日香さん、市内小学校音楽部、合唱団

(火)13:30~14:45
会場▶市立病院2階講堂
問▶市立病院医事課 ☎(823)4171

市立病院&タニタ食堂 健康カフェ

呼吸器感染症(肺炎やインフルエンザなど)やインフルエンザ予防に関する講話。タニタ食堂の食事とメニュー解説も。

日時▶12月13日(水)16:00~18:00
食代▶750円 定員▶30人
会場・申込▶あきたタニタ食堂(エリアなかいち内) ☎(827)5125

悩まずにご相談ください

- ◆若者の心といのちの相談会
39歳以下のかたの悩みに応じます。日時▶12月3日(日)・10日(日)・16日(土)、10:00~16:00
会場▶にぎわい交流館 申込▶NPO法人秋田県就労・生活自立サポートセンター ☎090-6681-6677
- ◆こころの健康づくり相談会
つらいこと、苦しいことをゆっくり話してみませんか。日時▶12月

9日(土)、1月13日(土)、13:00~16:00 会場▶ハーモニープラザ(アトリオン7階) 申込▶(一社)日本産業カウンセラー協会東北支部秋田県運営部の阿部さん

☎080-1694-0764(10:00~)

◆精神障がい者家族相談
ご家族の不安や悩みに応じます。日時▶12月15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

◆出前こころのケア相談
臨床心理士が、心の問題を抱えるご本人の話聞き、本人が問題解決できるようサポートします。日時▶12月19日(火)13:30~16:00
会場▶北部市民SC 先着▶2人 申込▶健康管理課 ☎(883)1180

◆ふれあい法律相談 木元慎一弁護士と長岐和行弁護士が応じます。申し込みは1つの相談につき年度内1回まで。日時▶12月18日(月)10:00~12:00 会場▶市老人福祉センター(八橋) 先着▶12人

LOOK!

市政番組今月のオススメ

15分番組「わがまち大好き秋田市長です」
平成29年の市政を振り返る▶12/17(日)放送

「北前船寄港地・船主集落」の日本遺産認定や、8月に実施した「秋田市友好・姉妹都市青少年会議」、秋田では初の開催となった健康と福祉の祭典「ねんりんピック秋田2017」など、映像とともに振り返りながら、今年を彩った数々の話題を紹介します!



テレビ	5分番組	ABS「こんにちは秋田市から」	土 11:40~ 日 11:55~
		AAB「いきいき秋田市から」	月 15:50~ 水 15:50~
		AKT「こんばんは秋田市から」	水 22:54~
	*5分番組は秋田ケーブルテレビでも放送しています。		
15分番組	ABS「わがまち大好き秋田市市長です」(手話通訳放送)	12/17日	11:40~11:55
ラジオ		エフエム秋田「秋田市マンデー555」	日 17:55~
		ABS ラジオ「秋田市今週のいちネタ」	火 10:30~
		エフエム橋台「午後スタ」	水 13:20~

*最新の情報は、広報広聴課ホームページで。☎(888)5471
http://www.city.akita.akita.jp/stream/tvkouhou_default.htm