



育児コーナー!

*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どうぞ。

離乳食教室

離乳食の進め方、試食、個別相談。初期教室では調理実技、中期・後期教室では調理法、歯のお手入れなども学びます。

会場▶市保健センター(八橋)

申込▶5月1日(木)8:30から子ども健康課☎(883)1174・1175

*太字の()内は対象と定員(先着)。

- ①初期離乳食教室(生後4~5か月。40組) 5月16日(金)10:00~12:00
- ②中期離乳食教室(生後6~7か月。30組) 5月19日(月)10:00~12:00
- ③後期離乳食教室(生後8~11か月。30組) 5月20日(火)10:00~12:00

むし歯予防教室



いずれも対象は1歳~3歳のお子さんと保護者。会場は市保健センター(八橋)。申し込みは子ども健康課へ。☎(883)1174

- ①歯ッピースマイル 歯医者さんのお話と相談。希望者にはフッ化物塗布体験も行います。先着30組。日時▶5月21日(水)13:30~15:00
- ②歯ッピースマウス 歯みがきレッスン、歯科衛生士との座談会など。先着10組。日時▶5月26日(月)13:30~14:30

乳幼児学級「ひなたぼっこ」

子育ての講話や運動、移動学習など。
対象▶1歳~4歳の就園前のお子さんと保護者
日時▶5月20日(火)から来年2月までに8回、10:30~11:30
会場▶河辺市民サービスセンターほか
先着▶20組
申込▶4月22日(火)9:00から河辺市民サービスセンター☎(882)5171

2人でTry! パパ・ママれっすん

赤ちゃんのお風呂の入れ方体験や、助産師の講話、ビデオ学習など。
対象▶秋田市に住民票があり、開催日に妊娠16~35週の妊婦とパートナー
日時▶5月24日(土)13:00~15:40
会場▶市保健センター(八橋)
定員▶36組(定員超は抽選)
申込▶往復はがき、または封書(返信用のはがきを同封)で、往信用に住所、2人の氏名(ふりがな)・年齢、電話番号

親子で遊ぼう!

★右表はいずれも入場無料。
★直接会場へどうぞ。

会場	催し(対象)・・・内容、日時
子ども未来センター (アルヴェ5階) ☎(887)5340	よちよち広場(0歳~1歳)・・・友達を作ろう。 4/24(木)①10:00~②10:40~
中央図書館明徳館フォンテ文庫 (フォンテAKITA6階) ☎(893)6167	親子で楽しむわらべうた(0歳~3歳)・・・わらべ歌、絵本読み聞かせ。4/22(火)11:00~11:30
北部子育て交流ひろば ☎(893)5985	こどもの日の記念写真(就学前)・・・かぶとをかぶって記念撮影。4/22(火)~24(木)、9:00~17:00
河辺子育て交流ひろば ☎(882)5146	はっぴいるーむ(就学前)・・・パネルシアター。 4/22(火)10:30~10:50
雄和子育て交流ひろば ☎(886)5530	おもちゃのチャチャチャ(就学前)・・・こいのぼり作り。4/22(火)10:30~10:50
雄和図書館 ☎(886)2853	おはなし会(幼児~小学3年)・・・絵本の読み聞かせと紙芝居。4/26(土)11:00~12:00

*子育て交流ひろばは、各市民サービスセンターの2階(雄和は1階)。

号、開催日時点での妊娠週数、出産予定日を、返信用に住所、氏名を書いて、5月2日(金)(必着)まで、〒010-0976 八橋南一丁目8-3
子ども健康課☎(883)1174

保育所開放日だよ!

0歳~5歳のお子さんと親が対象です。詳しくは各保育所へお問い合わせください。

- 4月23日(水)9:45~11:00
...川口保育所☎(832)4582
...新波保育所☎(887)2014
- 4月24日(木)9:45~11:00
...川添保育所☎(886)2139

地域で育児★★

太字の()内は対象。問い合わせの◎は地区の主任児童委員さんの印です。

- とんとんクラブ(就学前)
日時▶4月21日(月)10:00~11:30
会場▶下北手児童センター
問▶◎中村さん☎(835)8343
- ほっと広場(0歳~5歳) 保険料1家族50円。日時▶4月21日(月)・28日(月)、10:00~11:30 会場▶広面児童館 問▶HOTの会の堀江さん ☎(837)0584
- だっこちゃん(1歳~就園前)
日時▶4月22日(火)10:00~11:30
会場▶勝平児童センター
問▶◎浅野さん☎090-5232-1933
- 川尻ちびっこ広場(就園前) 日時▶4月22日(火)・5月13日(火)、10:00~11:30 会場▶川尻地区コミセン
問▶同広場の加賀屋さん☎(823)0561
- チャイルド中通(就園前)
日時▶4月22日(火)10:00~11:30

- 会場▶中通児童館
問▶◎高橋さん☎(833)4583
- しゃぼんだま広場(就学前)
日時▶4月25日(金)10:00~11:30
会場▶四ツ小屋児童センター
問▶◎伊藤さん☎(839)3891
- すくすくサロン「きしゃぼっぽ」(就園前) 自由に遊んだり情報交換も。
日時▶5月7日(水)10:00~11:30
会場▶問▶南部公民館☎(832)2457
- すこやか広場あらやっこ(就園前)
日時▶5月9日(金)10:00~11:30
会場▶日新児童館
問▶◎佐々木さん☎(828)1997
- さくらっこクラブ(就園前)
日時▶5月9日(金)10:00~12:00
会場▶桜児童センター
問▶◎西川さん☎(835)5347

-
- ばっけの会 ①②とも申し込みは、4月21日(月)10:00からNPO法人子育て・高齢者介護サポートばっけの会へ。☎(834)4733
①家族そろって食農体験 柳田にある農場で、ジャガイモやニンジンなど10種類の野菜の植えから収穫までを体験します。託児あり。
対象▶就学前のお子さんとその家族
日時▶5月11日(日)から10月5日(日)までに6回、10:00~14:00
参加費(種・材料・ほ場管理・保険料など)▶1家族15,000円 先着▶10組
②ママとベビーのファーストサイン(2か月~1歳) 手を使ったコミュニケーション体験。日時▶5月13日(火)・27日(火)、10:30~12:00
会場▶ひよっこサロン(南通り)
参加費▶1,500円 先着▶6組

*スペースの都合などにより掲載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。

健康

・料金の記載がないものは無料で
・申込方法がないものは直接会場へ

無料の肝炎ウイルス検査

肝炎ウイルスに感染し、進行すると肝硬変や肝臓がんになる可能性があります。これまで職場の健診や人間ドックなどで肝炎ウイルス検査を受けたことがなく、検査を希望する方はこの機会にぜひ無料のB型・C型肝炎ウイルス検査を受けましょう。

申し込みは、いずれも健康管理課へ。☎(883)1180

①市保健所での検査を希望する場合
…毎月第2水曜日の14:00～15:00に血液検査(約15分)を行います。定員各10人。結果は約2週間後に郵送。

5・6月の実施日…5月14日(水)、6月11日(水)

②医療機関での検査を希望する場合
…ご自宅へ受診券を送ります。受診日時は受託医療機関(100か所)により異なります。結果は再度受診してご確認ください。

ザ・ブーン健康増進教室

②はクアドームザ・ブーンへ申し込みが必要です。受付開始は4月28日(月)9:00から。☎(827)2301

①アクアピクス・水泳・水中歩行(曜日・時間帯別)…5月の実施日▶7日(水)～30日(金)までの火・水・金曜日
受講料(入館料別)▶1日コース560円、フリーコース(全日程)4,110円

②水泳・水中歩行(秋田駅東口からのバス送迎付き)…日時▶5月9日(金)・

16日(金)・23日(金)・30日(金)、9:45～15:00 受講料(入館料込)▶1,070円

食生活健康相談

肥満、高血圧、糖尿病などのかたの食事相談に栄養士が応じます。

日時▶5月7日(水)9:30～16:30 会場▶市保健センター(八橋) 先着▶5人
申込▶4月21日(月)8:30から保健予防課健康づくり担当☎(883)1178

心と身体を変えるピラティス

対象▶19歳以上のかた 日時▶5月9日(金)・16日(金)・23日(金)・30日(金)、13:00～14:15 会場▶サンライフ秋田 受講料▶3,850円 定員▶20人
申込▶4月19日(土)10:00からサンライフ秋田へ電話、または直接窓口へ ☎(863)1391



シルバー人材センターの会員募集

(一社)秋田市シルバー人材センターでは、健康で、働く意欲があるおおむね60歳以上のかたを対象に会員を募集します(年会費3,500円)。会員には企業や家庭などから引き受けた仕事を紹介し、内容に応じて報酬をお支払いします。

また、仕事に結びつく技能の取得のため、各種技能講習会も開催しています。

入会説明会…毎月第2・第4水曜日、13:30から八橋の同センターで(祝日を除く)。直接会場へどうぞ

問い合わせ (一社)秋田市シルバー人材センター☎(863)5900

◆各種お仕事引き受けます…庭の除草、庭木のせん定、窓ふき、障子・ふすまの張り替え、大工・塗装・左官工事など。内容によりご利用料金が異なります。詳しくは同センターへお問い合わせください。

*危険・有害な仕事はお受けしません。



健康講座や移動学習などで交流しませんか!

高齢者大学の会員を募集

■しおかぜ大学(北部地域の60歳以上のかた)

日時▶5月29日(木)から来年3月12日(木)までに11回、13:30～15:00 会場▶北部市民サービスセンターほか 年会費▶1,500円(実費負担あり) 定員▶150人
申込▶5月9日(金)まで北部市民サービスセンター ☎(893)5969

■シルバーカレッジ東部(東部地域の60歳以上のかた)

日時▶5月から来年3月までの第1水曜日、10:00～12:00 会場▶東部公民館 年会費▶1,000円(実費負担あり) 先着▶10人 申込▶4月21日(月)から25日(金)までに東部公民館☎(834)2206(9:00～17:00)

■高齢者学級・南星大学(65歳以上のかた)

日時▶5月8日(木)から来年3月12日(木)までの第2木曜日、10:00～12:00 会場▶南部公民館 年会費▶無料(実費負担あり) 申込▶南部公民館☎(832)2457

いきいきサロン

65歳以上が対象です。参加無料。直接会場へ。

■折り紙教室 日時▶4月22日(火)10:00～12:00 会場▶大森山老人と子どもの家☎(828)1651

持ち物▶折り紙、筆記用具、はさみ、のり

■山の幸染め教室 日時▶4月24日(木)10:00～12:00 会場▶飯島老人いこいの家☎(845)3692

持ち物▶筆記用具、はさみ、ピンセット