

こころのケア相談セミナー

学童期や思春期の心の葛藤と適切な対応を知り、理解者になるための家族間のコミュニケーションなどを学びます。受講無料。先着60人。原則、全日程受講。

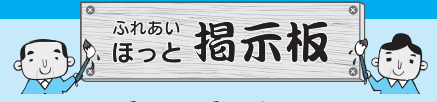


日程と内容

- ① 7月22日(火)▶**児童・思春期のこころの葛藤**
- ② 8月18日(月)▶**若者のアディクション(嗜癖)を理解する**
～摂食障害・リストカット・ネット依存
- ③ 9月5日(金)▶**喪失体験とセルフケア**
- ④ 10月23日(木)▶**グリーンワークとグリーンケア**
～喪失の悲嘆に寄り添う
- ⑤ 11月10日(月)▶**よりよい家族関係をめざして**

会場 市保健所大会議室(八橋) **時間** いずれも14:00～15:30

申込 6月23日(月)8:30から健康管理課☎(883)1180



いきいきサロン ADL体操

参加無料。動きやすい服装で、直接会場へお越しください。

対象 65歳以上のかた

日時 6月24日(火)
10:00～12:00

会場 雄和ふれあいプラザ
☎(886)5071

(原則英語で対応)のホストファミリーを募集します。宿泊日は7月26日(土)・27日(日)の1泊。1家庭1～2人。**申込**▶7月4日(金)までNPO法人秋田国際交流友の会の佐藤さん

☎(832)2878

■エイジフレンドリー 思いやりコンテスト エイジフレンドリー精神の普及や高齢者に対する思いやりの心を育むことを目的としたコンテストです。幼児から大人の部に分かれて、絵や標語、作文、写真などを募集します。応募規定など詳しくは、下記事務局へお問い合わせください。

応募期限▶7月31日(木)まで

応募先▶〒010-1617 新屋松美ガ丘東町6-43 エイジフレンドリーあきた市民の会 武藤四郎さん **問**▶同会事務局の小西さん☎(862)5969

■公共職業訓練 資料代などは実費です。**対象**▶ハローワークに求職の申し込みをしていて、新たな技術を取得して再就職を希望するかた **訓練料(定員あり)**▶住宅リフォームデザイン科、電気・通信施工技術科、工場管理業務科 **期間**▶8月1日(金)～来年2月3日(火) **募集期限**▶6月30日(月)まで **会場・問**▶秋田職業訓練支援センター(潟上市)☎(873)3178

■認知症の人と家族の会 認知症のかたと家族同士の交流の場です。**日時**▶6月22日(日)13:30～15:30 **会場**▶ジョイナス(千秋)

問▶同会秋田県支部事務局

☎・FAX(866)0391(電話は月曜のみ)

■私の現在進行形・実践交流会～障がい者支援の新たな息吹き 障がいのあるかたや家族、支援者などどなたでも気軽に集まり、障がい者支援に

ついて学びます。託児あり(要申込。6月30日(月)まで秋田リップルの滝波さんへ。☎(863)0580) **日時**▶7月5日(土)13:30～16:00 **会場**▶遊学舎 **参加費**▶200円 **問**▶秋田リップル代表の今野さん☎(889)2672

■若者の語り場 日頃の悩みを話し合い、ストレスや不安を軽減します。**対象**▶39歳以下のかた **日時**▶7月12日(土)15:00～17:00 **会場**▶遊学舎研修室1(上北手) **参加費**▶500円 **問**▶NPO目的ある旅代表の草野さん☎080-3088-7506

■被災地訪問企画をサポート 団体や町内会単位で被災地訪問をする際の、現地案内や住民のかたとの交流会(秋田でも可)をサポートします。**問**▶NPO法人秋田パドラーズの中村さん☎070-5095-9156

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

ザ・ブーンけんこうぞうしんきょうしつの健康増進教室

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6月24日(火)9:00から。☎(827)2301

①**水泳・水中歩行(曜日・時間帯別)…7月の実施日**▶1日(火)から18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)3,080円

②**水泳・水中歩行(秋田駅東口からのバス送迎付き)…日時**▶7月4日(金)・11日(金)・18日(金)、9:45～15:00 **受講料(入館料込)**▶1,070円

★ザ・ブーンの屋外プールがオープン!

…7月5日(土)から、屋外25℃プールが夏期限定オープンします。

しりつびょういん きょうしつ 市立病院のIBD教室

IBD(潰瘍性大腸炎、クローン病)に関する医師の講話や患者さんの体験談など。お車のかたには駐車場無料スタンプを押します。

日時▶7月1日(火)13:30～14:30

会場▶市立秋田総合病院2階講堂

問▶市立秋田総合病院☎(823)4171

しよくせいかつぞうだん 食生活相談

肥満、高血圧、糖尿病などのかたの食事相談に応じます。先着5人。

日時▶7月4日(金)9:30～16:30

会場▶市保健センター(八橋)

申込▶6月23日(月)8:30から保健予防課健康づくり担当☎(883)1178

けいじほん みんなの掲示板④

■心と身体を変えるピラティス

対象▶19歳以上の女性 **日時**▶7月4日(金)・11日(金)・18日(金)・25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**▶6月21日(土)10:00からサンライフ秋田☎(863)1391

■一つ森コミュニティ体育館の健康教室 ①②とも、会場は一つ森コミュニティ体育館。先着各25人。申し込みは、6月23日(月)9:00から同体育館へ。☎(831)8300

①**バレトンレッスン**…フィットネス、バレエ、ヨガを組み合わせたプログラム。**日時**▶7月8日(火)11:00～12:00 ②**癒しのストレッチ&リンパマッサージ**…**日時**▶7月15日(火)11:00～12:00

案内

- ・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

竿燈まつり(8月3日▶6日) パレードや俳句で盛り上げよう

■市民パレード 出場者を募集

8月3日(日)の竿燈入場前に、竿燈大通りをパレードしませんか。市民活動のPR、観光客の歓迎と被災地復興へのメッセージなどを会場でアピール！スポーツチーム、サークル、商店街など、たくさんの参加をお待ちしています。申し込みは7月3日(木)まで。
問・申込▶パレード実行委員会の武内さん ☎090-2363-0398



■秋田市俳句人連盟・竿燈俳句大会の作品を募集 2句1組(竿燈1句、祭り1句)で何組でも。優秀作品150句を8月3日(日)~6日(水)に、にぎわい交流館2階(中通)に展示します。表彰式は8月6日(水)15:00から同館で。投句料▶1組1,000円(書留か定額小為替で) 応募▶便せんや所定の用紙に住所、氏名(俳号も)、俳句、電話番号を書き、投句料を添えて6月30日(月)まで、〒010-1617 新屋松美ガ丘東町6-9 加藤一弥さん ☎(863)3560

国民文化祭・あきた2014 美術展の作品募集

募集は、日本画(水墨画を含む)、洋画、彫刻、工芸、書、写真の6部門。入選作品は10月4日(土)~13日(月)に、県立美術館、にぎわい交流館、

アトリオンで展示します。
応募料▶1部門2,000円。払い込みが確認された時点で応募受付とします。期限は7月4日(金)まで
応募要項▶下記ホームページをご覧ください。
<http://www.akitacity-kokubunsai2014.jp/>
問▶国民文化祭秋田市実行委員会事務局 ☎(866)8782

秋田美大附属高等学院 体験入学

対象▶中学生
日時▶8月1日(金)9:00~15:30
会場▶秋田公立美術大学附属高等学院
コース(定員)▶①テッサン(60人)、②木材工芸(15人)、③金属工芸(30人)、④インテリアデザイン(10人)、⑤ビジュアルサイン(15人)
申込▶6月30日(月)(必着)まで、各中学校を通じて同高等学院 ☎(828)4127

海外慰霊友好親善を実施

日本遺族会では国の補助を受け、先の大戦の戦没者を慰霊するため、海外で亡くなった戦没者の遺児を対象に、旧戦域などでの慰霊追悼と現地のかたとの友好親善を実施しています。参加費は9万円。対象地域は、西部・東部ニューギニア、旧ソ連、フィリピン、中国など18の地域です。詳しくはお問い合わせください。
問▶(一財)日本遺族会事務局 ☎03-3261-5521

無料相談へどうぞ

■子どもの人権110番 いじめや児童虐待などの相談に人権擁護委員などが応じます。日時▶6月23日(月)から27日(金)までは8:30~19:00、

28日(土)・29日(日)は10:00~17:00
相談電話▶0120-007-110

■調停相談会 家族や土地・建物の問題など。日時▶7月11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

■最低賃金総合相談支援センター 最低賃金引き上げの対応などに取り組む中小企業のかたを対象に、経営改善や業務改善助成金などの相談に応じます。日時▶平日の9:00~17:00 会場・申込▶秋田県社会保険労務士会内の同センター(大町) ☎(853)9061

■国税に関する電話相談 面接相談もあり(要予約。下記電話へ申し込みを)。日時▶平日の8:30~17:00
相談電話▶秋田南税務署 ☎(832)4121
秋田北税務署 ☎(845)1161

みんなの掲示板③

■自転車利用者を応援する“サポーターショップ”参加店を募集 自転車利用者を商品の割引や特典などで応援する“サポーターショップ”に参加しませんか。参加店の情報は、自転車利用者に配る「ナイスライダーパスポート」に掲載されます。参加方法など、詳しくはお問い合わせください。問▶秋田商工会議所まちづくり推進課 ☎(866)6676

■中央図書館明徳館ボランティアの会 電話での朗読サービス、絵本読み聞かせ、紙芝居作り、書架整理などのボランティアを募集します。詳しくはお問い合わせください。

問・申込▶明徳館ボランティアの会の高畑さん ☎(832)0410

■ホストファミリー募集 JICA(国際協力機構)の事業で来日するアフリカフランス語圏7か国の公務員15人



無料相談
センター
の
市民相談

相談の種類	相談日時	相談場所	定員	申し込み	
法律	7月3日(木)・17日(木)9:00~11:40	市民相談センター	各8人	予約は6月24日(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。☎(866)2039 *「要予約」の相談の利用は、同一年度内に1人各1回までです。	
	7月10日(木) 9:00~11:40	西部市民サービスセンター			
行政書士	7月4日(金)13:00~16:00	市民相談センター	各6人		
司法書士	7月8日(火)13:00~16:00				
年金・社会保険	7月11日(金)13:00~16:00				
公証人・遺言	7月15日(火)9:00~12:00	市民相談センター	各6人		
税務	7月15日(火)13:00~16:00				
行政	7月9日(水)13:00~16:00	市民相談センター	各6人		直接、市役所1階の市民相談センターへどうぞ(順番は当日の先着順。受け付けは15:30まで)。
	人権・困りごと				