

対象▶65歳以上のかた 時間▶10:15~12:00(③のみ10:00~)
参加無料。直接会場へお越しください。



- ①3B体操…動きやすい服装で。12月10日(水)、八橋老人いこいの家で。☎(862)6025
- ②ラフター(笑い)ヨガ…動きやすい服装で。12月11日(木)、飯島老人いこいの家で。☎(845)3692
- ③ADL体操…動きやすい服装で。12月16日(火)、雄和ふれあいプラザで。☎(886)5071
- ④童謡・叙情歌を歌おう…12月18日(木)、大森山老人と子どもの家で☎(828)1651

ズの熊谷さん☎090-4044-0814

■「美の国あきた」自衛隊演奏会2015

日時▶1月25日(日)14:00~16:00

会場▶県民会館 申込(応募多数の場合は抽選)▶往復はがき1枚につき2人まで。代表者と同行者の住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、12月17日(水)(必着)まで、〒010-0951山王四丁目3-34 自衛隊秋田地方協力本部広報室☎(823)5404

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

こころ そろだんかい 心のふれあい相談会

子どもの不登校または不登校傾向に悩む保護者や教職員が対象です。臨床心理士の濱田 拓さんが講演。5人の臨床心理士による個別相談も。

日時▶12月20日(土)13:00~16:40
(個別相談は14:10~)

会場▶秋田ビューホテル4階飛翔の間
申込▶学校教育課☎(866)2244

きけんぶつとりあつかいしゃ しけん こう おつ へいしゅ 危険物取扱者試験(甲・乙・丙種)

受験願書は、市消防本部、各消防署などにあります。

日時▶2月1日(日)10:00~。終了は甲種が12:30、乙種が12:00、丙種が11:15 会場▶県社会福祉会館、県生涯学習センター 試験手数料▶甲種は5,000円、乙種は3,400円、丙種は2,700円 願書(書面)申請期間▶12月8日(月)~22日(月)

願書提出先▶〒010-0001 中通六丁目7-9 秋田県畜産会館6階 消防試験研究センター秋田県支部

☎(836)5673

やよい むら とう ききゅうそん 弥生っこ村が冬期休村

地蔵田遺跡・弥生っこ村と出土品展示施設は、来年3月31日(火)までの冬

期間お休みします。休村中に見学を希望するかたは、文化振興室へお問い合わせください。☎(866)2246

むりょうそうだん りりょう 無料相談をご利用ください

■わかかさ相談電話 少年の悩みや心配事に応じます。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。日時▶平日の9:00~16:00(月曜のみ10:00~。年末年始は除く) 相談電話▶(884)3868

■法律相談 法律・相続などの相談に、嵯峨 宏・佐藤史明弁護士が応じます。

日時▶12月15日(月)10:00~12:00

会場▶市老人福祉センター(八橋) 先着▶12人 申込▶12月8日(月)10:00から市社協ふれあい福祉相談センター☎(863)6006(電話のみ)

■食生活相談 肥満、高血圧、糖尿病などのかたの食事について、栄養士が相談に応じます。1人50分程。

日時▶12月16日(火)9:30~16:30

会場▶市保健センター(八橋) 先着▶5人 申込▶12月8日(月)8:30から保健予防課☎(883)1178

■精神障がい者家族相談 日時▶12月19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☎(833)1580

■障がい児者総合相談 障がいがあるかたとご家族が対象です。在宅生活や就職の相談に応じます。

日時▶12月21日(日)13:30~16:00

会場▶遊学舎研修室1・2(上北手) 問▶指定相談支援事業所クローバー

☎(846)5328

■歯科健康相談 歯科衛生士が、むし歯や歯周病などの相談に応じます。

日時▶12月22日(月)9:30~12:00

会場▶市保健センター(八橋)

申込▶保健予防課☎(883)1178

けいじばん みんなの掲示板③

■12月10日~16日は「北朝鮮人権侵

害問題啓発週間」拉致容疑事案について情報をお持ちのかたは、秋田県警察本部か各警察署へお知らせください。問▶秋田県警察本部☎(863)1111

■安全で楽しい釣りをするために

- ・ライフジャケットを着用しましょう
- ・携帯電話の防水対策を忘れずに
- ・海に転落した人を見つけたときなどは、「118」番へお電話ください

問▶秋田海上保安部警備救難課

☎(845)1622

■うつ病患者の家族の会 1人で悩まずみんなで話し合しましょう。

日時▶12月17日(水)10:00~12:00

会場▶ジョイナス(千秋) 問▶ファミリーサポート桜の会☎(845)8079

■中通総合病院・生き生き健康フェア

健康相談、骨密度測定、血圧測定など。日時▶12月20日(土)10:00~14:00 会場▶秋田市民市場(中通)

問▶社会医療法人明和会☎(834)6461

■遺族の集い・コスモスの会 大切な人の突然死による苦しみなどを分かち合います。個人ケアも。日時▶12月20日(土)13:00~16:00(個人ケアは15:20~)

会場▶県社会福祉会館 参加費▶300円 申込▶12月19日(金)まで秋田グリーンケア研究会☎080-5000-8706(平日10:00~16:00)

■認知症の人と家族のつどい 悩みや思いを語り合いませんか。日時▶12月21日(日)13:30~15:30 会場▶ジョイナス(千秋) 問▶認知症の人と家族の会秋田県支部☎(866)0391

■県立体育館の一般開放日

開放日▶12月9日(火)・11日(木)・16日(火)・18日(木)・1月6日(火)・8日(木)・13日(火)・20日(火)・22日(木)・27日(火)・29日(木) 時間区分▶火曜は10:00~13:00、14:00~17:00、17:00~20:00、木曜は17:00~20:00 使用料▶一般230円、高校・大学生110円、小・中学生50円

問▶県立体育館☎(862)3782



講座

- ・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

冬のジュニアスクール

ミニクリスマスケーキ作り。

対象▶小学4～6年生 **日時**▶12月20日(土)9:30～12:30 **会場**▶南部公民館 **材料費**▶600円 **先着**▶20人
申込▶12月8日(月)9:00から南部公民館☎(832)2457

親子でクリスマスケーキ作り

対象▶小学生の親子
日時▶12月20日(土)10:00～13:00
会場▶北部公民館
材料費▶1組1,000円 **先着**▶10組
申込▶12月8日(月)9:00から北部公民館☎(873)4839

ミニ門松作り教室

ミニ門松を飾って新年を迎えよう。

■南部公民館が会場
日時▶12月21日(日)14:00～16:00
材料費など▶1,000円 **先着**▶20人
申込▶12月8日(月)9:00から南部公民館☎(832)2457

■民俗芸能伝承館が会場
日時▶12月25日(木)10:00～12:00
材料費▶1,000円 **定員**▶20人(抽選)
申込▶往復はがきに、催し名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、12月15日(月)(消印有効)まで、〒010-0921 大町一丁目3-30 民俗芸能伝承館☎(866)7091

■北部市民サービスセンターが会場
日時▶12月25日(木)13:30～15:30
材料費▶1,200円 **先着**▶15人
申込▶12月9日(火)9:00から北部市民サービスセンター☎(893)5969

冬休み書道教室

対象▶小学生 **日時**▶1月7日(水)・8日(木)、9:30～11:30 **会場**▶雄和市民サービスセンター **先着**▶30人
申込▶12月8日(月)9:00から雄和市民サービスセンター☎(886)5540

女性学習センターの講座

会場はサンパル秋田(文化会館内)。申し込みは、12月8日(月)9:00から

女性学習センターへ。☎(824)7764
■お正月はじゃんこ料理でおもてなし 秋田の伝統・身欠きニシン料理。持ち帰り用の容器持参。**日時**▶12月11日(木)・25日(木)、13:30～15:30
材料費▶700円 **先着**▶各日16人

■お正月のおもとを生けよう
生け花初心者もどうぞ。
日時▶12月26日(金)10:00～12:00
材料費▶2,500円 **先着**▶15人

シルクロードの古代美術

謎に満ちた古代王国の秘密など、幅広い視点から古代美術を見つめます。講師は秋田公立美術大学の井上豪 准教授。

日時▶12月16日(火)18:00～19:30
会場▶美大サテライトセンター(フォンテAKITA6階) **先着**▶30人
申込▶アトリエももさだ(月曜休館)
☎(888)8137(9:00～16:30)

大住メンズ専科料理教室

野菜たっぷりのチキン料理。試食をかねた反省会で親睦を図ります。

日時▶12月13日(土)16:00～20:00
会場▶大住地区コミュニティセンター
参加費▶2,000円 **先着**▶15人
申込▶12月6日(土)～11日(木)に同地区コミセン☎(839)6900

秋田テルサ・1月の料理教室

時間は10:00～13:00。会場と申し込みは秋田テルサ。☎(826)1800
*開催日(いずれも1月)、材料費、定員の順で記載しています。

- ①アップルパイ▶14日(水)、1,950円、12人
- ②野菜ソムリエが勧める鍋パーティーでプチ女子会▶16日(金)、2,160円、20人
- ③チョコチップパンと生チョコ▶21日(水)、1,950円、12人
- ④肉まん和餃子▶23日(金)、1,950円、20人
- ⑤ホットケーキミックスのおやつとパン▶24日(土)、1,950円、16人
- ⑥野菜ソムリエが勧めるミートローフ▶28日(水)、2,160円、20人
- ⑦くるみ醤油餅、豆腐カステラ▶30日(金)、1,950円、16人

秋田南消防署の救命講習

応急手当やAEDの使い方など。

日時▶12月21日(日)9:00～12:00
会場▶南部市民サービスセンター
先着▶20人
申込▶12月6日(土)から秋田南消防署☎(839)9551

みんなの掲示板①

■秋田県武術太極拳連盟の体験会
日時▶12月14日(日)10:00～12:00
会場▶秋田県スポーツ科学センター
申込▶同連盟の朝香さん☎090-6680-9724

■囲碁入門講座 **日時**▶1月8日(木)から29日(木)までの毎週木曜日、13:00～16:00 **会場**▶ジョイナス(千秋) **定員**▶20人 **申込**▶日本棋院の小松さん☎(862)5644

催し物

- ・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

世代間交流会へどうぞ

けん玉、こま、メンコなどの伝承遊びや餅つきなど。内履き持参。
日時▶1月7日(水)10:00～12:30
会場▶東部公民館 **定員**▶120人
申込▶12月8日(月)9:00から東部公民館☎(834)2206(9:00～17:00)

ブックリサイクル

日時▶1月25日(日)10:00～
会場▶新屋図書館研修室
内容▶寄贈された本、保存期限の過ぎた雑誌を無料で差し上げます。1人10冊まで(13:00以降は制限なし)
問▶新屋図書館☎(828)4215
*読み終えた小説などがありましたら、1月24日(土)まで新屋図書館へお持ちください。

みんなの掲示板②

■クリスマスのタベ 講話、チェロのミニコンサートなど。**日時**▶12月13日(土)18:00～ **会場**▶カトリック土崎教会(土崎港南三丁目) **問**▶カトリック土崎教会☎(845)3248
■世界平和祈念クリスマス・ハンドベル演奏会 **日時**▶12月21日(日)14:00～16:30 **会場**▶にぎわい交流館3階多目的ホール **問**▶ピース・オブ・ベル

