



60歳以上  
のかたが  
対象です

わんわん仲間へんろい学級の輪っ！  
高齢者大学・学級の会員募集

学級名		
秋田おもと 高齢者大学	開催日▶毎月第1・3火曜日の13:30~15:00 会場▶中央市民サービスセンター(市役所内) 入会金▶1,000円 年会費▶3,000円 申込先▶〒010-0041 広面字釣瓶町66-6 高橋良策さん 問▶☎(833)0610	若干名募集
秋田市中央 高齢者大学	開催日▶毎月第2水曜日の10:00~11:30 会場▶中央市民サービスセンター(市役所内) 年会費▶2,500円 申込先▶〒010-0815 泉馬場9-52 小野成之さん 問▶☎(868)1785	若干名募集
泉地区 高齢者学級	開催日▶毎月第2火曜日の10:00~11:30 会場▶泉地区コミュニティセンター 年会費▶1,000円 申込先▶〒010-0917 泉中央四丁目23-8 遠藤欽一さん 問▶☎(824)1366	泉・八橋地区のかた歓迎
川尻地区 高齢者学級	開催日▶毎月第3水曜日の10:00~11:30 会場▶川尻地区コミュニティセンター 年会費▶1,000円 申込先▶〒010-0946 川尻総社町3-6 藤井賢子さん 問▶☎(862)8959	川尻・山王地区のかた歓迎
中通地区 高齢者学級	開催日▶毎月第2木曜日の10:00~11:30 会場▶中通児童館 年会費▶1,000円 申込先▶〒010-0001 中通四丁目1-52-203 大橋初代さん 問▶☎(836)9505	中通地区のかた歓迎

加費▶1,000円 定員▶15人  
申込▶2月3日(土)10:00から西部  
体育館☎(828)1180

市民大学講座 こころの健康を守ろう

健康寿命を延ばすストレスとの向き合い方を学びます。講師は、日本赤十字秋田看護大学准教授の齋藤和樹さん。日時▶2月23日(金)10:30~12:00 会場▶中央市民SC洋室4(市役所3階) 先着▶40人 申込▶2月5日(月)8:30から生涯学習室☎(888)5810

食生活相談

栄養士が相談に応じます。1人50分程度。  
日時▶2月27日(火)9:30~16:30  
会場▶市保健センター(八橋) 先着▶5人 申込▶2月5日(月)8:30から保健予防課☎(883)1178

みんなの掲示板④

■難病ふれあい相談会 日時▶2月17日(土)10:00~14:30 会場▶秋田県心身障害者総合福祉センター

会員同士で親睦を深め、社会・文化・自然・健康などについて学びます。はがきに、住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号を書いて、2月28日(水)までに、それぞれお申し込みください。

ふれあいほっと掲示板

65歳以上のかたが対象です。

時間は10:15~12:00(③のみ10:00~)。

①・②は無料。いずれも直接会場へお越しください。

①ADL体操 動きやすい服装でお越しください。

2月8日(木)、飯島老人いこいの家で。☎(845)3692

2月21日(水)、八橋老人いこいの家で。☎(862)6025

②演歌・歌謡教室 2月15日(木)、大森山老人と子どもの家で。持ち物は筆記用具。☎(828)1651

③エコクラフトテープで作るミニバケツ(かご)

2月20日(火)、3月20日(火)、雄和ふれあいプラザで。

材料費700円。持ち物は、筆記用具、はさみ、木工用ボンド、洗濯ばさみ10本、メジャー(2m)。☎(886)5071

3階(旭北) 内容▶医師による相談、理学療法士の講話と実技、難病相談支援センターの相談員による生活・福祉相談、寸劇など 申込▶2月9日(金)までNPO法人秋田県難病団体連絡協議会☎(823)6233

■ひだまり教室

日時▶2月7日(水)15:00~16:00

会場▶秋田大学医学部附属病院1階院内図書室「ひだまり」

内容▶在宅医療・在宅医療連携外来の解説、訪問診療医とのお話し会 問▶同病院医事課☎(884)6039

■スロージョギング教室

対象▶河辺地域のかた(運動制限のないかた) 日時▶2月13日(火)・20日(火)・27日(火)、10:00~12:00 会場▶河辺総合福祉交流センター 申込▶河辺地域包括支援センター社協☎(882)5565

\*市関連以外の掲載事業は、市が特に推奨するものではありません。参加内容は、主催者に事前によくご確認ください。生じたトラブルに関して、市は責任を負いかねます。

# 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

### 人権擁護委員にご相談を

いじめや体罰、隣近所の問題などの相談を人権擁護委員に相談したときは、秋田地方法務局人権擁護課へどうぞ。☎(862)1443  
\*乳井康雄さん(再任)が、1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。

### 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▶2月10日(土)・17日(土)、13:30~15:30(10日はご家族もどうぞ) 会場▶中央市民SC(市役所3階)。10日は洋室4、17日は洋室3 問▶同会の菅原さん☎090-6688-5216

■遺族の集い・コスモスの会 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です。個人ケアは要予約。日時▶2月17日(土)13:00~16:00(個人ケアは15:20~) 会場▶県社会福祉会館(旭北) お茶代▶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▶2月18日(日)13:30~15:30 会場▶ジョイナス研修室(千秋) 問▶認知症の人と家族の会秋田県支部☎(866)0391

## みんなの掲示板③

■ふれあい法律相談 加藤 謙弁護士が応じます。申し込みは1つの相談につき年度内1回まで。日時▶2月19日(月)10:00~12:00 会場▶市老人福祉センター(八橋) 先着▶6人(初めてのかた優先) 申込▶2月5日(月)10:00から市社協ふれあい福祉相談センター ☎(863)6006

■秋田の史跡を学ぶ会 講話や史跡探訪など。活動日時▶4月から12月までの毎月第2・4水曜、10:00~12:00 会場▶東部市民SC 申込▶同会の児玉さん ☎080-3148-7772

■公共職業訓練 ハローワークに求職申込をされていて、新たに技術を取得し、再就職を希望するかたが対象です。資料代などは実費。訓練科(定員各15人)▶機械加工技術科、電気設備技術科、ビル管理技術科 訓練期間▶4月3日(火)から9月28日(金)まで 申込期限▶2月28日(水) 会場・申込▶ポリテクセンター秋田☎(873)3178

■秋田県育英会の学生寮入寮生募集 男子寮(東京都世田谷区)と女子寮(神奈川県川崎市)の入寮生を募集します。各寮20人程度。申込方法など、詳しくはお問い合わせください。対象▶4月から大学などに進学するかた 申込▶2月13日(火)から26日(月)(必着)までに秋田県育英会☎(860)3552

■日本政策金融公庫の教育ローン 高校、大学などへの入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。子ども1人につき350万円以内を、固定金利(年1.76%：平成29年11月10日現在)で利用でき、在学期間内は利息のみの返済とすることができます。詳しくはお問い合わせください。問▶教育ローンコールセンター ☎0570-008-656

## 健康

### フロアカーリング教室

日時▶2月17日(土)10:00~12:00 会場▶北部市民SC体育館 先着▶30人 申込▶2月5日(月)9:00から北部市民SC☎(893)5969

### 青少年教室 ズンバで楽しく踊ろう

39歳までのかたを優先します。日時▶2月19日(月)・26日(月)、3月5日(月)、19:00~20:30 会場▶中央市民SC多目的ホール(市役所3階) 先着▶30人 申込▶2月5日(月)12:00から生涯学習室 ☎(888)5810

### バトンで遊ぼう

初心者のための楽しいレッスン。対象▶小学1年~中学3年生の女子 日時(2回コース)▶2月24日(土)、3月3日(土)、10:30~12:00 会場▶西部体育館(新屋烏木町) 参

## 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」雪の動物園に遊びに来てね▶2/18(日)放送

2月25日(日)までの土・日、祝日に開催中の雪の動物園。来園者に人気の動物と、飼育展示担当の3人の女性職員の仕事を紹介します。



極楽♪♪

お風呂 入りたい~!

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長です」(手話通訳放送)	2/18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」	水 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](http://www.city.akita.akita.jp/stream/tvkouhou_default.htm)