



- ①3B体操 開催日▶6月19日(火) 会場・問▶大森山老人と子どもの家☎(828)1651
- ②山の幸染め教室(腕カバー) 材料費700円。筆記用具、はさみ、ピンセットをお持ちください。  
開催日▶6月26日(火) 会場・問▶雄和ふれあいプラザ☎(886)5071
- ③秋田民謡手踊り教室 開催日▶6月28日(木) 会場・問▶飯島老人いこいの家☎(845)3692
- ④ADL体操 開催日▶7月3日(火) 会場・問▶大森山老人と子どもの家☎(828)1651
- ⑤演歌・歌謡教室 開催日▶7月5日(木) 会場・問▶飯島老人いこいの家☎(845)3692



く)の毎月第2水曜・第4日曜(6月は第4日曜のみ)、13:30～15:00  
会場・問▶アルヴェ3階市民交流サロン☎(887)5312

### スポまる君の体力測定

自分の体力年齢を確認しよう! 内履きが必要です。対象▶20～79歳までのかた  
日時▶6月30日(土)9:00～12:00  
会場▶CNAアリーナ★あきた  
種目▶20～64歳…握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とび  
65～79歳…健康状態チェック、握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行など  
問▶スポーツ振興課☎(888)5611



### チャリティーグラウンド・ゴルフ交流大会

日時▶7月28日(土)9:00～ 会場▶太平山リゾート公園グラウンド・ゴルフ場 参加費▶団体(5人1組)が1,000円、個人が200円 定員▶320人 申込▶6月29日(金)まで秋田市体育協会事務局 ☎(896)5331

### 認知症予防教室

認知症予防体操(コグニサイズ)を行います。  
■会場が東部市民SC  
期間▶7月から12月までの原則第1・第3水曜、14:30～16:00 定員▶20人 申込▶6月15日(金)から29日(金)まで東通地域包括支援センターひだまり☎(884)1405  
■会場が千代田会館(保戸野)  
対象▶ご自身で来場できる65歳以

上のかた 期間▶7月から12月までの第1・第3木曜、10:00～11:30 先着▶20人 申込▶6月15日(金)から25日(月)まで泉地域包括支援センターリンデンバウム ☎(896)5960

### 青少年教室 背骨コンディショニング

39歳までのかたを優先します。  
日時▶7月11日(水)・18日(水)、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▶6月18日(月)12:00から生涯学習室☎(888)5810

### 市立病院&あらや「健康セミナー」

「糖尿病」をテーマにした、医師、管理栄養士からの講話と相談会。  
日時▶6月22日(金)15:00～16:10 会場▶西部市民SC 申込▶市立病院医事課☎(823)4171

### 食生活相談

栄養士が相談に応じます(1人あたり50分程度)。  
日時▶7月11日(水)9:30～16:30 会場▶市保健センター(八橋) 先着▶5人 申込▶6月18日(月)8:30から保健予防課☎(883)1178

### 悩まずにご相談ください

■精神障がい者家族相談  
ご家族の不安や悩みごとなど。  
日時▶6月22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  
■行政と暮らしの困りごと相談所  
弁護士、司法書士、税理士、社会保険労務士への相談は定員各8人

で、6月18日(月)9:00～要予約。行政書士への相談は予約不要。  
☎(823)1100  
日時▶6月26日(火)17:00～20:00 会場▶アルヴェ1階きらめき広場  
■秋田弁護士会の女性のための電話相談 日時▶6月26日(火)10:00～15:00 相談電話(当日のみつながります)▶☎(824)6321

### みんなの掲示板③

■市民スポーツ祭・サッカー  
日時▶9月3日(月)から11月11日(日)まで、18:30～ 会場▶勝平市民グラウンドほか 参加費▶1チーム7,000円 申込▶7月15日(日)まで秋田市サッカー協会の三浦さん☎(864)6117  
■インド「アグリビジネス/アグリエコツーリズム」グループのホストファミリーを募集 JICAの青年研修事業で来日する、インド青年グループのホストファミリーを5家庭程募集します。受入期間▶7月28日(土)・29日(日)(1泊2日) 申込▶6月25日(月)までNPO法人秋田国際交流友の会の伊藤さん ☎080-5689-7930  
■竿燈市民パレード団体を募集  
竿燈入場前の竿燈大通りで、活動をPRする団体を募集します。  
日時▶8月6日(月)18:40～19:05 (事前説明会=7月19日(木)18:30～、市役所3階中央市民SC洋室4で) 申込▶7月13日(金)まで、電話かEメールで、団体名、参加人数、Eメールアドレス、電話番号を同実行委員会の武内さんへお知らせください。☎090-2363-0398 Eメール sing\_japan@hotmail.com

\*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。

## 催し

### 弥生時代にタイムスリップ

会場は弥生っこ村(御所野)。先着各20人。申し込みは6月18日(月)8:30から文化振興課へ。

☎(888)5607

■木柵を復元しよう！ 木柵に自分の名前を入れることができます。小学4年生以下は保護者同伴。

日時▶6月30日(土)9:00~12:00

■弥生土器を作ろう！ 作った土器は、後日野焼きしてお渡しします。対象▶小学4年生以上

日時▶7月7日(土)9:00~12:00

### とける・かたまるの科学

サイエンスショーや実験、アロマキャンドル作りなど。対象▶小学生以上(小3以下は保護者同伴)

日時▶7月1日(日)13:00~14:30

会場▶自然科学学習館(アルヴェ4階) 先着▶20人(サイエンスショーは自由観覧)

申し込み▶6月19日(火)16:00から自然科学学習館☎(887)5330

### 自然と親しむ会

下新城交流センターからバスで移動し、五城目町馬場目の「ネコバリ岩」周辺を散策します。

対象▶下新城交流センター(旧北部公民館)管内にお住まいのかた

日時▶7月6日(金)9:00~16:00

参加費▶50円 定員▶15人

申込▶6月26日(火)9:00から北部市民SC☎(893)5969

### ブルーベリー収穫体験

採れたてのブルーベリーでヨーグルトドリンク作りも。未就学児は保護者同伴で。日時▶7月7日(土)9:00~11:30(荒天時は翌日)

集合▶種沢果樹組合(雄和) 参加費(4歳以上)▶500円 先着▶20人

申込▶6月18日(月)9:00から産業企画課☎(888)5725

### 第61回秋田市芸術祭

詳しくは、秋田市文化団体連盟へお問い合わせください。

☎(866)4026

■四季の彩 歌謡曲、大正琴、フラダンス、タップダンス、ジャズダンス、美容着付の公演。

日時▶7月8日(日)13:00~ 会場▶文化会館 入場料▶1,000円

■秋田市民文芸大会の作品募集

短歌(1組2首)、俳句(1組2句)、川柳(1組2句)を募集します。未発表作品で1人が3部門に何組でも投稿できます。投稿料▶1部門1組につき1,000円(郵便局の払込取扱票にて) 申し込み▶6月29日(金)(必着)まで、所定の用紙か原稿用紙で同連盟へ

### みんなの掲示板②

■生け花を楽しむ

秋田県華道連盟が実演します。

日時▶6月23日(土)10:00~12:00

(生けた作品を6月25日(月)まで展示) 会場▶旧秋田藩主佐竹氏別邸(如斯亭)庭園 入園料▶200円

問▶佐竹史料館☎(832)7892

■マンドリン音楽祭

日時▶6月30日(土)14:00~

会場▶アトリオン音楽ホール 入場料(当日)▶1,000円 問▶同実行委員会の平さん☎(826)1863

■太平山写生会 太平山三吉神社総本宮境内(広面)から見た太平山を描きませんか。作品は審査を行い、入賞者には賞状と副賞を差し上げます。詳しくはお問い合わせください。日時▶7月7日(土)9:00~(荒天時は翌日) 問▶同実行委員会事務局☎(834)3443

■お天気フェアあきた 気象台の見学やパネル展、実験コーナーなど。対象▶小・中学生(一般のかたもどうぞ) 日時▶7月7日(土)10:00~15:00 会場・問▶秋田地方気象台☎(824)0376

■朗読のつどい

目の不自由なかた、高齢者、幅広い世代のみなさんに朗読を楽しん

でもらいます。荻原 浩「海の見える理髪店」、野坂昭如「火垂るの墓」、宮沢賢治「双子の星」ほか。日時▶7月7日(土)13:30~15:30 会場・問▶ほくとライブラリー土崎図書館☎(845)0572

■秋田大学天文台の天文講演会

演題は「火星を探る」。

日時▶7月7日(土)17:00~17:50

会場▶秋田大学教育文化学部3号館3-301地学実験室 先着▶30人 問▶同天文台の毛利さん

☎(889)2655

■秋田混声合唱団定期演奏会

日時▶7月8日(日)14:30~ 会場▶アトリオン音楽ホール 入場料▶大

学生・一般1,000円、中・高生500円、小学生以下無料 問▶同事務局の三浦さん☎070-5017-1213

■マリンウィーク海洋レクリエーション体験スクール

日時▶7月16日(月)10:00~と13:00~ 会場▶秋田マリーナ

①ヨット乗船 対象は小学生以上(小・中学生は保護者同伴)。参加費300円。定員各15人(1組5人まで)

②ボートフィッシング 対象は小学生以上(小・中学生は保護者同伴)。参加費800円。定員各12人(1組4人まで)

③ボート免許講習体験 対象は16歳以上(家族、友人の同乗可)。1回40分を各3回実施。定員各9人(1組3人まで)

申込(抽選)▶往復はがきに、希望スクール名と午前・午後の別(第2希望まで)、代表者の住所、乗船者全員の氏名・年齢・性別、連絡先を書いて、7月5日(木)(当日消印有効)まで、〒011-0911 飯島字堀川118 秋田マリーナ「マリンウィーク体験」係☎(847)1851

## 案内・健康

### しゃべりた〜いサロンカフェ

市民活動を行っているかた、市民活動に興味・関心があるかたの情報共有・交流の場です。

日時▶6月から2月まで(12月を除