



高齢のかた向けの健康や生活に関する教室・講座です。お気軽にご参加ください。

けやき大学・スマートフォンに触れてみよう



対象▶60歳以上のかた
内容▶携帯電話(スマートフォン)の基本操作を楽しく学習します
日時▶①6月25日(火)、7月2日(火)・9日(火)、10:00~12:00
 ②7月16日(火)・23日(火)・30日(火)、10:00~12:00
会場▶市老人福祉センター(八橋)
受講料▶無料
定員▶各20人(定員超は抽選)
申込▶6月14日(金)まで市社会福祉協議会へ ☎(862)7445(受け付けは10:00~15:00)

女性のための若さを保つ食とお口の健康教室

1つのコースのみの受講も可能です。①は定員超の場合抽選。

①コース、②コースとも

対象▶65歳以上の女性のかた
会場▶市保健センター(八橋)
受講料▶無料

申込▶保健予防課 ☎(883)1178

①コース…**内容**▶元気な骨を保つためのお話と調理実習

日時▶7月4日(木)10:00~13:00 **定員**▶24人(抽選。6月28日(金)まで結果を連絡)

申込期限▶6月21日(金)まで

②コース…**内容**▶歯医者さんのお話や噛む力チェック、お口の若返り体操 **日時**▶7月4日(木)13:30~15:00 **申込期限**▶7月4日(木)12:00まで



男性のための食生活講座

対象▶65歳以上の男性のかた
内容▶高齢期の食生活に関する講話や調理実習 **日時**▶7月1日(月)10:00~13:30 **会場**▶市保健センター **受講料**▶無料
定員▶18人(定員超の場合抽選)
申込▶6月21日(金)まで保健予防課へ ☎(883)1178

いきいきサロン・ADL体操

動きやすい服装で直接会場へ。

①②とも…

対象▶65歳以上 **時間**▶10:00~12:00 **受講料**▶無料

①日時▶6月12日(水)

会場▶八橋老人いこいの家

☎(862)6025

②日時▶6月13日(木)

会場▶飯島老人いこいの家

☎(845)3692

師が講演します。

日時▶6月29日(土)10:00~11:00

会場▶秋田大学医学部医学系研究棟4階6講義室

問▶秋田大学医学部附属病院肝疾患相談センターの後藤さん ☎(884)6297

歌と笑いで健康に

須田福児さん(須田歌謡曲教室代表)による健康をテーマにした講演会と、民謡歌手の藤原美幸さんとふれあい山麓会による民謡・歌謡コンサート。

日時▶6月15日(土)、講演会は13:00~14:00、コンサートは14:00~16:00 **会場**▶御所野交流センター

問▶御所野交流センター ☎(826)0671

健康と育児相談

対象▶高齢者や就園前の親子

会場▶御所野交流センター

健康相談…毎週月・金曜日(祝日は除く)10:00~11:00

育児相談…毎月第1木曜日(祝日は除く)10:30~11:30

問▶御所野交流センター ☎(826)0671

みんなの掲示板②

■秋田県合気道連盟の健康づくり体験…**対象**▶小学生以上の初心者 **日時**▶6月12日(水)~28日(金)の水・金曜日、18:30~20:00 **会場**▶県立武道館柔道場(新屋町字砂奴寄) **申込**▶同連盟の平塚さん ☎090-4630-7580

■吹き矢体験教室…**日時**▶6月19日(水)14:00~16:00 **会場**▶八橋地区コミセン体育館 **問**▶楽しく吹き矢の谷口さん ☎(867)1219

■バドミントン教室(女性が対象)…ラケットと運動靴をお持ちください。

日時▶6月26日(水)10:00~12:30 **会場**▶秋田県スポーツ科学センター(八橋) **問**▶秋田県レディースバドミントン連盟の樋渡さん ☎(868)1578

■中高年向けスクエアステップ教室…認知機能向上トレーニングやボール運動など。**日時**▶6月26日(水)13:30~14:30 **会場**▶西部市民サービスセンター **受講料**▶600円

定員▶20人 **申込**▶NPO法人スポーツクラブあきた ☎(828)8676

思いを語り合いませんか

■遺族の集いコスモスの会…大切なかたを自死や災害死などで突然失った遺族が、苦しみや悲しみを分かち合う場です。遺族の個人ケアも。

日時▶6月15日(土)①コスモスの会13:00~15:00、②個人ケア15:00~16:00 **会場**▶秋田県社会福祉会館(旭北栄町) **お茶代**▶300円

申込▶6月14日(金)まで秋田グリーンケア研究会へ ☎080-5000-8706(平日10:00~16:00)

■認知症のひとと家族の会…悩みや苦勞を話し合います。入退室自由。

日時▶6月16日(日)13:30~15:30 **会場**▶ジョイナス(千秋) **問**▶(公社)認知症のひとと家族の会秋田県支部 ☎(866)0391(月曜の10:00~14:00)

■うつ病患者の家族交流会…1人で悩まずみんなで話し合しましょう。

日時▶6月18日(火)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の村山さん ☎(845)8079

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

ボランティア団体に助成

秋田市社会福祉協議会ではボランティア団体に活動費を助成します。詳しくはお問い合わせください。

対象▶市内で1年以上の活動実績があり、年5回以上の活動を行っている会員10人以上のボランティア団体
申請期限▶7月4日(木)まで
問▶市社会福祉協議会 ☎(862)7445

ボランティアしませんか

■**県立博物館ボランティア「アイリスの会」**…高校生以上で、博物館(金足)に通えるかたが対象です。月1回以上の活動。詳しくは県立博物館ボランティア担当へ。☎(873)4121

■**県社会福祉会館サポーター**…年間を通じ、会館(旭北栄町)の行事や敷地内の環境美化活動に参加できるボランティアを募集します。詳しくは県社会福祉協議会会館管理担当へお問い合わせください。☎(864)2700

森林博物館が開館

仁別国民の森にある森林博物館は、11月4日(月)までの金～月曜・祝日に開館しています。時間は10:00～17:00(10月以降は16:00まで)。案内人も常駐しています。

問▶東北森林管理局 ☎(836)2025

排水設備工事責任技術者試験

講習日▶9月27日(金)9:30～15:30
試験日▶11月1日(金)10:00～12:00
会場▶秋田県J Aビル(八橋)
受験料▶6,000円
申込▶上下水道局(川尻)4階の給排水課にある申込用紙で、7月1日(月)から12日(金)まで給排水課へ
問▶秋田県下水道協会事務局 ☎(864)1427

調理師試験と対応講習会

調理師試験…**試験日**▶8月28日(水)13:30～15:30 **会場**▶県庁正庁ほか周辺2会場 **受験料**▶6,100円
申込▶6月24日(月)から市保健所保健総務課(八橋)で配布する受験願書に必

要書類を添えて、7月3日(水)～12日(金)に保健総務課 ☎(883)1170

調理師試験対応講習会…**対象**▶調理師試験の受験資格(2年以上の実務経験)がある、ひとり親家庭の親や寡婦のかた **日時**▶7月8日(月)・10日(水)・12日(金)、9:00～17:00 **会場**▶秋田県ひとり親家庭就業・自立支援センター(旭北) **資料代**▶3,000円程度 **定員**▶20人 **申込**▶6月24日(月)まで申込書を同センターへ ☎(896)1531

危険物取扱者試験と保安講習

危険物取扱者試験 **日時**▶7月14日(日)10:00～ **会場**▶秋田県社会福祉会館、秋田県生涯学習センター

受験料▶甲種5,000円、乙種3,400円、丙種2,700円 **申込**▶市消防本部、各消防署などにある受験願書で、6月14日(金)まで(財)消防試験研究センター秋田県支部(中通)へ ☎(836)5673

危険物取扱者保安講習 **日時**▶①給油取扱所…7月19日(金)、8月7日(水)・26日(月)、9:00～12:00 ②一般(その他)…7月19日(金)、8月7日(水)・26日(月)、9月24日(火)、13:30～16:30 ③石油コンビナート…9月24日(火)9:00～12:00 **会場**▶文化会館(山王) **受講料**▶4,700円 **申込**▶市消防本部、各消防署などにある申請書で、6月10日(月)～21日(金)に秋田県危険物安全協会連合会(山王)へ ☎(867)2245

労働保険年度更新手続きはお早めに

事業主が行う今年度の労災・雇用保険料の申告・納付は7月10日(水)まで。手続きは忘れずをお願いします。

問▶秋田労働局労働保険徴収室 ☎(883)4267

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。対象地域は中国、西部・東部ニューギニア、アツツ島、旧ソ連など20の地域に分かれます。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

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

心と身体を変えるピラティス

対象▶19歳以上のかた
日時▶7月5日(金)・19日(金)・26日(金)、13:00～14:15
会場▶サンライフ秋田(八橋)
受講料▶2,810円 **定員**▶20人
申込▶6月8日(土)10:00からサンライフ秋田へ ☎(863)1391

南部地区 バレーボール大会

町内対抗の8人制ビニールバレーボール大会に参加する町内会を募集します。8人のうち男性は2人まで。

対象▶南部公民館管内の町内会
日時▶6月23日(日)8:30～
会場▶上北手小学校体育館
参加料▶1チーム2,000円
申込▶南部公民館にある申込書で6月12日(水)まで同館へ ☎(832)2457



グラウンド・ゴルフ大会

日時▶7月3日(水)8:50～13:30
会場▶太平山リゾート公園グラウンド・ゴルフ場「グリーンパル」
参加費▶1,000円 **定員**▶320人
申込▶6月26日(水)まで、太平山グラウンド・ゴルフ場にある申込書に参加費を添えて、同ゴルフ場へ提出
問▶秋田市グラウンド・ゴルフ協会の高橋さん ☎(845)7338

市立病院の呼吸教室

呼吸器疾患や検査について薬剤師、管理栄養士、臨床検査技師が講話。

日時▶6月13日(木)13:00～14:10
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

歯科健康相談

歯科衛生士がむし歯や歯周病など歯の健康についての相談に応じます。

日時▶6月24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

秋田肝臓大学

B型肝炎や肝臓病などの肝疾患について、秋田大学医学部附属病院の医