

合総務課へ。☎(862)5262

■敬老マッサージ あん摩、マッサージ、はり、きゆうなど。手ぬぐいをお持ちください。対象▶60歳以上
日時▶9月16日(火)13:00~15:00
会場・問▶県立盲学校(上北手)

☎(889)8571

■“あきた母親グループ”のグループワーク・ミーティング アルコールや薬物などの依存症の問題を抱えながら子育てをしているかたが経験を分かち合います。日時▶毎月第4火曜、10:00~12:00 会場▶にぎわい交流館(変更となる場合がありますのでお問い合わせを) 問▶あきた母親グループ☎070-5320-5418

■第30回全国健康福祉祭(ねんりんピック)秋田大会(仮称)のテーマを募集 平成29年に秋田県で開催される高齢者を中心とした健康と福祉の祭典の大会テーマを募集します。

申込・問▶8月31日(日)まで県長寿社会課☎(860)1361

■秋田林業大学の研修生募集 県林業トップランナー養成研修の研修生を募集します。研修期間▶2年 受講料▶118,800円(年額) 申請期間▶推薦選考(10人)は10月1日(水)~20日(月)、一般選考(5人)は前期が10月21日(火)~11月21日(金)、後期が来年1月19日(月)~2月6日(金)。申請方法など詳しくは、県林業研究研修センターへ。☎(882)4511

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のみ申し込みが必要です。8月19日(火)9:00からクアードームザ・ブーンへ。☎(827)2301

①水泳・水中歩行(曜日・時間帯別)

実施日▶8月26日(火)~9月26日(金)の火・水・金曜日(9月23日を除く)
受講料(入館料別)▶1日コース560円、フリーコース(9月の全日程参加可能)4,110円

②水泳・水中歩行(秋田駅からバス送迎あり) 日時▶8月26日(火)・29日(金)、9月2日(火)・5日(金)・9日(火)・



いきいきサロン

65歳以上のかたが対象です。参加無料。動きやすい服装で、直接会場へどうぞ。

■体を動かそうADL体操 日時▶8月26日(火)10:00~12:00
会場▶雄和ふれあいプラザ☎(886)5071

■ラフター(笑い)ヨガ 日時▶9月2日(火)10:00~12:00
会場▶大森山老人と子どもの家☎(828)1651

12日(金)・16日(火)・19日(金)・26日(金)・30日(火)、9:45~15:00
受講料(入館料込)▶1,070円

リフレッシュ講座^{こうざ}

タイ式ヨガのルーシーダットンで心と身体をリフレッシュ!

日時▶9月2日(火)・9日(火)、19:00~20:30 会場▶北部市民サービスセンター 先着▶20人

申込▶8月20日(水)9:00から北部市民サービスセンター☎(893)5969

市立病院の肝臓教室^{しりつびょういん かんぞうきょうしつ}

肝硬変のかたの食事の注意点や、すい臓がんの外科的治療について管理栄養士と医師が話します。車のかたには駐車場無料スタンプを押します。

日時▶9月2日(火)13:30~14:40
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

市保健所の健康相談^{しほけんじょ けんこうそうだん}

会場は市保健センター(八橋)です。

■食生活相談 肥満、高血圧、糖尿病などのかたの食事相談に、栄養士が応じます。先着5人。

日時▶9月8日(月)9:30~16:30
申込▶8月18日(月)8:30から保健予防課☎(883)1178

■歯科健康相談 歯周病やむし歯などの相談に歯科衛生士が応じます。
日時▶9月16日(火)9:30~12:00
申込▶保健予防課☎(883)1178

みんなの掲示板④^{けいじばん}

■介護予防教室・スマイルアップ倶楽部 簡単な体操や講話など。対象▶おおむね65歳以上で階段で2階への移動が可能なかた 日時▶8月29

日(金)13:30~15:30 定員▶20人
会場・申込▶中通地域包括支援センター幸ザ・サロン☎(827)3323

■がんの痛みの治療教室 がんの精神的症状などについて、精神科医が話します。日時▶9月3日(水)15:00~16:00 会場▶秋田大学医学部附属病院仮設外来棟総合受付ホール
問▶同病院医事課☎(884)6039

■心と身体を変えるピラティス 対象▶19歳以上の女性 日時▶9月5日(金)・12日(金)・19日(金)・26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▶8月16日(土)10:00からサンライフ秋田☎(863)1391

■秋田ICD(CRT-D)まめでら会の講演会 「呼吸療法のすすめ」と題した講演と交流会。日時▶9月6日(土)13:00~17:00 会場▶県社会福祉会館9階第4会議室(旭北栄町) 参加費▶800円 定員▶55人 申込▶同会の碩(せき)さん☎(864)7536

*ICD=体内への植込み型除細動器。
■一つ森コミュニティ体育館の健康教室 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、8月25日(月)9:00から同体育館へ。☎(831)8300

■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運動。日時▶9月9日(火)11:00~12:00

■ストレッチ&リンパマッサージ 日時▶9月16日(火)11:00~12:00

■ウォーキング教室 一つ森公園内をウォーキング。日時▶9月10日(水)9:15~11:30 集合▶一つ森コミュニティ体育館前 先着▶20人
申込▶8月18日(月)9:00から秋田市総合振興公社☎(829)0221

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

御所野学院 学校見学説明会

中高一貫校である学校の概要や、特色ある「表現科」授業の説明、校舎見学などを行います。直接、同学院へ。
対象御所野学院へ進学を希望する小学6年生と保護者
日時▶8月23日(土)10:00~12:00
問▶御所野学院中学校 ☎(889)8330



御所野学院の表現科「合唱」の授業

JICA ホストファミリー募集

JICA(独立行政法人 国際協力機構)の青年研修事業で来日する、ミャンマーの公務員グループ15人が、日本の家庭生活を1泊2日で体験するためのホストファミリーを募集します。ホームステイ中の言語は原則英語。
期間▶9月13日(土)10:00から14日(日)17:00まで **集合・解散**▶ホテルメトロポリタン秋田の1階ロビー
募集数▶13家庭(1家庭1、2人)
申込▶8月25日(月)まで秋田国際交流友の会の佐藤さん ☎(832)2878

キャリアアップ助成金(人材育成コース)

有期契約労働者や短時間労働者など、非正規雇用の労働者のキャリア

アップ(より高い専門的知識や能力を身に付けること)などを企業内で促進し、自社の正社員として雇用する取り組みを実施した事業主に対しての助成金制度です。座学と実習を組み合わせた「有期実習型訓練」を行った場合に助成します。助成額など、詳しくはお問い合わせください。
問▶秋田商工会議所(秋田県地域ジョブ・カードセンター) ☎(863)9123

危険物取扱者試験

日時▶10月5日(日)10:00~
会場▶県社会福祉会館(旭北栄町)、県生涯学習センター(山王)
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、9月1日(月)まで消防試験研究センター秋田県支部(中通)へ。 ☎(836)5673

各種無料相談へどうぞ

■**精神障がい者家族相談** **日時**▶8月22日(金)10:00~15:00 **会場**▶市老人福祉センター2階 **問**▶NPO法人秋田けやき会 ☎(833)1580
■**相続セミナー・相続相談会** 相続や遺言などのセミナーと相談会。**日時**▶8月30日(土)、セミナーが13:00~14:30、相談会は14:30~16:00。相談のみのかたは13:00から対応
会場▶秋田テルサ5階(御所野)
問▶秋田県司法書士会 ☎(824)0187
■**調停相談会** 離婚、土地、建物、金銭問題などの相談に応じます。**日時**▶9月12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(内線128)

労働関係助成金説明会・相談会

日時▶9月16日(火)13:15~16:00
会場▶秋田県青少年交流センター(寺内) **申込**▶申込用紙を下記ホームページから入手し、必要事項を記入して、FAXで秋田労働局職業対策課へ。
☎(883)0010・FAX(865)6179
<http://akita-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/>

秋田弁護士会の交通事故法律相談

日時▶毎週水・金曜、9:30~12:00(祝祭日、お盆は除く) **会場**▶秋田弁護士会館(山王) **予約電話**▶同会法律相談センター ☎(896)5599

みんなの掲示板③

■**認知症のひとと家族の会** 認知症のかたと家族の交流の場です。

日時▶8月17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10:00~14:00)

■**難聴者のための支援制度と利用の仕方** 講演・学習と懇談会。

日時▶9月6日(土)13:00~16:00
会場▶県心身障害者総合福祉センター3階会議室A(県社会福祉会館内)
問▶秋田県難聴者・中途失聴者協会秋田市支部 ☎・FAX(882)4183

■**秋田県市町村職員共済組合職員(大卒・一般事務)採用試験** 採用予定は1人。**受験資格**▶平成2年4月2日以降に生まれたかたで、大学(4年制)を卒業または平成27年3月31日までに卒業見込のかた

1次試験▶11月15日(土)10:10~、フォーラムアキタ(中通)で
申込▶秋田県市町村職員共済組合(山王4丁目2-3 県市町村会館3階)で配布する受験案内書に従って、9月16日(火)から10月15日(水)まで同組



無料相談
市民相談
センターの

相談の種類	相談日時	相談場所	定員	申し込み	
法律	9月4日(木)・18日(木)9:00~11:40	市民相談センター	各8人	予約は8月19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。	
	9月11日(木) 9:00~11:40	西部市民サービスセンター			
行政書士	9月5日(金)13:00~16:00	市民相談センター	各6人		
司法書士	9月9日(火)13:00~16:00				
年金・社会保険	9月12日(金)13:00~16:00				
公証人・遺言	9月16日(火)9:00~12:00	市民相談センター	各6人		
税務相談	9月16日(火)13:00~16:00				
行政	9月10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				