

などの発生源対策、湖内浄化対策、アオコ対策に取り組んでいます。詳しくは、ホームページをご覧ください。

http://www.pref.akita.lg.jp/pages/genre/hachiroko  
問▶県八郎湖環境対策室  
☎(860)1631

## 健康

### 食生活相談

栄養士が相談に応じます。

日時▶9月3日(月)9:30~16:30  
(1人あたり50分程度) 会場▶市保健センター(八橋) 先着▶5人  
申込▶8月20日(月)8:30から保健予防課☎(883)1178

### 市立病院の各種教室

会場は①が西部市民SC3階大会議室、②③が市立病院2階講堂(駐車場無料スタンプがあります)。

問▶市立病院☎(823)4171

①市立病院&あらや健康セミナー  
高血圧について、医師や管理栄養士の話と相談会。日時▶8月24日(金)15:00~16:10 担当▶医事課

#### ②こころの教室

協和病院の善本正樹院長が、お酒の正しい知識について話します。

日時▶9月1日(土)13:00~14:30  
担当▶4階病棟

③肝臓教室 肝硬変患者さんの合併症対策、食事の注意点などについて、医師や管理栄養士が話します。日時▶9月4日(火)13:30~14:45 担当▶医事課

### 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。



■会場が港北中通診療所(土崎港)  
対象▶介護者なしに、ご自身で全日程参加できる65歳以上のかた  
期間▶9月から2月までの原則第2・第4火曜、10:00~11:30  
先着▶15人 申込▶8月17日(金)から27日(月)まで飯島地域包括支援

### いきいきサロン◆対象は65歳以上のかた



時間は10:00~12:00。参加無料。直接会場へお越しください。

◆ADL体操 動きやすい服装でどうぞ。

①8月29日(水)、雄和ふれあいプラザで。☎(886)5071

②9月4日(火)、大森山老人と子どもの家で。☎(828)1651

◆演歌・歌謡教室 9月6日(木)、飯島老人いこいの家で。

筆記用具をお持ちください。☎(845)3692



センター金寿園☎(853)5820  
\*自己負担が必要な場合あり。

■会場が清水水寿光園(寺内)

対象▶全日程参加でき、15分以上の歩行ができる65歳以上のかた  
期間▶9月から2月までの第2・第4水曜、10:00~12:00 先着▶20人 申込▶9月5日(水)まで下新城地域包括支援センター

☎(872)1300

### みんなの掲示板④

■健康教室(リラクゼーションストretch) 対象▶18歳以上

日時▶9月5日(水)・19日(水)、10:30~11:30 会場▶一つ森コミュニティ体育館 先着▶各25人  
申込▶8月28日(火)9:00から一つ森コミュニティ体育館

☎(831)8300

■ひだまり教室

介護保険制度についての解説。

日時▶8月23日(木)14:00~15:00  
会場▶秋田大学医学部附属病院外来棟1階院内図書室「ひだまり」前  
問▶同医学部医事課☎(884)6039

■講座「がん向き合うために~住み慣れた家で、自分らしく過ごす!~」

日時▶9月1日(土)10:00~12:00 会場▶秋田大学医学部附属病院本道40周年記念記念会館2階講堂 定員▶150人

問▶同医学部医事課☎(884)6039

■リンパ浮腫について話そう!

リンパ浮腫でお悩みのかたとその家族が対象。圧迫療法について。  
日時▶9月2日(日)。腕のリンパ浮腫=10:00~12:00、足のリンパ浮腫=13:30~15:30 会場▶秋

田大学医学系研究棟1階暮らしの保健室

飲み物代▶100円 定員▶各15人  
申込▶9月1日(土)まで治療スペースしずく☎(874)9694

■てんかん「波の会」医療相談会

県立医療療育センターの澤石由記夫先生が応じます。

日時▶9月2日(日)13:00~15:00  
会場▶遊学舎(上北手) 問▶てんかん協会秋田県支部の安彦さん

☎090-1375-8825

■少子高齢化の地域づくり講話会

「心の寄り添いの大切さ」をテーマに秋田大学大学院の佐々木久長先生が講演します。

日時▶9月2日(日)13:30~  
会場▶河辺総合福祉交流センター  
問▶和田地区保健推進員会事務局の千葉さん☎090-5018-0551

■介護教室「介護施設の利用と自己負担額について」

日時▶9月3日(月)14:00~15:00 会場▶特別養護老人ホームひなた(土崎港西)  
問▶社会福祉法人新秋会

☎(816)0377

■講座「転ばぬ先の介護の知識~大切な家族を介護するために~」

日時▶9月7日(金)17:30~18:30  
会場▶日本赤十字秋田看護大学・短大 定員▶30人 申込▶同看護大学総務課の小松さん

☎(829)4000(代表)

■視覚支援学校 敬老マッサージ

対象▶60歳以上  
日時▶9月14日(金)13:00~14:00  
会場▶遊学舎研修室2・3(上北手)  
持ち物▶手ぬぐい 問▶県立視覚支援学校☎(889)8571

■文中「SC」はサービスセンターの略。

## 案内

### 市民スポーツ祭

■カヌー 日時▶9月9日(日)10:00～ 会場▶岩見川特設会場(河辺坂本) 参加費▶1,000円(高校生以下500円)

申込▶9月2日(日)まで秋田市カヌー協会の石塚さん☎(839)7859

■ボクシング 日時▶9月14日(金)・15日(土)・16日(日)、11:00～ 会場▶金足農業高校 申込▶8月31日(金)まで秋田市ボクシング協会の古木さん☎(839)6341

■相撲(対象は小学生) 日時▶9月16日(日)8:30～ 会場▶県立武道館 参加費▶1人600円 申込▶9月3日(月)まで秋田市相撲連盟の加賀谷さん☎090-4637-0433

### 講演 働きやすい会社はどこ?

講師は東洋大学の村尾祐美子准教授。「女性活躍推進企業データベース」を使って、企業の公開データの面から「働きやすい会社」を探します。

日時▶9月29日(土)13:30～15:00 会場▶中央市民SC洋室4(市役所3階) 先着▶40人 申込▶8月20日(月)9:00から生活総務課女性活躍推進担当☎(888)5650

### 危険物取扱者試験

日時▶10月14日(日)10:00～ 会場▶県生涯学習センター(山王) 試験料▶甲種6,500円、乙種4,500円、丙種3,600円 申込▶市消防本部、各消防署、消防試験研究センター秋田県支部(中通)にある受験願書で、8月31日(金)から9月13日(木)までに消防試験研究センター秋田県支部へ。 ☎(836)5673

### 無料相談へどうぞ

■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▶8月24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

■障がい児者総合相談会  
生活や就労など。 日時▶9月9日(日)13:30～16:00 会場▶中央市民SC洋室2(市役所3階) 問▶障がい者生活支援センターほくと ☎(873)7804・FAX(853)4977

■調停相談会 家庭内の問題、土地・建物・金銭のもめごとなど。 日時▶9月14日(金)10:00～15:00 会場▶裁判所合同庁舎内(山王) 問▶秋田調停協会☎(824)3121

### みんなの掲示板③

■NPO法人秋田おでかけ支援ネッ

トの駅前こども食堂 対象▶高校生以下のかた(小学生以下は保護者同伴) 日時▶8月25日(土)18:00～19:30 会場▶フォンテAKITA地下フードコート内 参加費▶300円(同伴の保護者は500円) 申込▶8月24日(金)まで担当の米塚さん☎080-3333-2642

■ふるぶろ秋田最終報告会 秋田市協働サポート交付金事業。高校生が地域課題と向き合い作成したプロジェクトを発表。 日時▶8月26日(日)11:30～16:20 会場▶中央市民SC洋室4(市役所3階) 問▶ふるぶろ秋田☎080-5483-9252

■秋田少年鑑別所の施設見学会 施設内の見学、入所生活に関する各種展示、非行防止に関する講話など。高校生以下は保護者同伴。 日時▶9月29日(土)10:00～、13:30～ 会場▶秋田少年鑑別所(八橋) 先着▶各30人 申込▶秋田少年鑑別所☎(862)3771

■秋田県国民健康保険団体連合会(山王)職員採用試験 募集は大学卒程度若干名。願書受付▶8月24日(金)から9月13日(水)まで 一次試験▶10月14日(日) 問▶秋田県国民健康保険団体連合会総務課☎(862)6864

■八郎湖の水質保全にご協力ください 県と周辺市町村では、「八郎湖に係る湖沼水質保全計画(第2期)」に基づいて、濁水流出防止



市民相談  
センターの  
無料相談

	相談の種類	相談日時	相談場所	申し込み
要予約 定員各6人	法律	9/6(木)・20(木)・27(木)、9:00～12:00	市民相談センター	8/21(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ご予約ください。☎(888)5646  *「要予約」の相談利用は、同年度内に1人各1回までです。
		9/6(木)13:30～16:30	南部市民SC	
		9/13(木)9:00～12:00	西部市民SC	
	行政書士	9/7(金)13:00～16:00	市民相談センター	
	司法書士	9/11(火)・25(火)、13:00～16:00		
	年金・社保	9/14(金)13:00～16:00		
	公証人・遺言	9/18(火)9:00～12:00		
税務相談	9/18(火)13:00～16:00			
予約不要 定員各6人	行政	9/12(水)13:00～16:00	市民相談センター	当日直接、市役所1階の市民相談センターへどうぞ。先着順(15:30で受付終了)
	人権・困りごと	9/13(木)13:00～16:00		