

日時▶11月19日(日)10:00~14:00  
会場▶大清水パークいろはなわ(潟上市) 先着▶10組  
申込▶11月4日(土)9:00からびーらふ秋田☎080-5625-0379

## みんなの掲示板②

### ◆秋田県育英会の募集

詳しくは、秋田県育英会ホームページをご覧ください。

<https://www.akita-ikuei.jp/>

問▶秋田県育英会☎(860)3552

### ・学生寮の来年度入寮生を募集

県内出身で来年4月に大学などに進学予定または在学中のかたが対象。男性寮「東京寮」(東京都世田谷区)と女性寮「ビューリー千秋」(神奈川県川崎市)があります。

申込締切(一次募集)▶11月24日(金)

### ・来年度奨学生の二次募集

来年度、大学、短大、専修学校専門課程へ進学予定のかたを対象とした「大学月額奨学金」「大学入学一時金」「専修学校入学一時金」の奨学生を募集します。

申込締切▶11月20日(月)(必着)

◆冬の寄せ植え作り コニファーなどの植物を使って冬の寄せ植えを作ります。対象▶19歳以上

日時▶11月17日(金)18:30~20:30

会場▶サンライフ秋田 先着▶15人

申込▶11月4日(土)10:00からサンライフ秋田☎(863)1391

## 健康

### みんなで歌おうフォークソング・日本の歌

懐かしのフォークソングや日本の歌を歌おう~♪ 日時▶12月5日(火)10:00~12:00 会場▶中央市民SC音楽室3(市役所3階) 先着▶20人 申込▶11月6日(月)9:00から中央市民SC☎(888)5654

### いきいきサロン

65歳以上のかたが対象です。動きやすい服装でお越しください。

### ◆体を動かそうADL体操

①八橋老人いこいの家が会場

日時▶11月8日(水)10:15~12:00

問▶☎(862)6025

②飯島老人いこいの家が会場

日時▶11月16日(木)10:15~12:00

問▶☎(845)3692

### ◆タオルを使った健康体操

フェイスタオルをお持ちください。日時▶11月10日(金)10:15~12:00 会場▶大森山老人と子どもの家☎(828)1651

### 秋田長生大学 後期会員募集

政治・経済・文化・健康増進など学習するほか移動学習を行います。

対象▶60歳以上 日時▶毎月第2土曜、13:00~15:00 会場▶中央市民SC 後期会費▶1,500円

入学金▶500円 申込▶はがきに、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を書いて11月30日(木)(当日消印有効)まで、〒010-0977 八橋大道東6-3 石田一誠さん宛 問▶秋田長生大学の石田さん☎(862)8275

### 市民スポーツ祭「フロアカーリング」

日時▶12月16日(土)9:15~

会場▶茨島体育館

参加料▶1チーム1,000円

申込▶11月30日(木)まで秋田市フロアカーリング協会の鈴木さん ☎090-3362-0558

## みんなの掲示板③

◆秋田大学医学部附属病院のがんサロン「がんと薬物療法 副作用との付き合い方について」

ミニ講演とフリートーク。

日時▶11月17日(金)14:00~15:00

会場▶院内図書館「ひだまり」

問▶同病院がん相談支援センター

☎(884)6277

◆全国糖尿病週間 秋田県の集い 糖尿病ブルーサークル運動

世界糖尿病デー(11月14日)に合わせて血糖測定や医師の無料相談を行います。先着200人にカロリーオフ食材やウエットティッシュを無料配布。日時▶11月12日(日)14:00~16:00 会場▶にぎわい交流館 問▶秋田県糖尿病協会(秋田大学大学院内)☎(884)6769

◆日本オストミー協会秋田県支部・中央地区社会適応訓練研修会

人工肛門・人工膀胱を装着しているかたとそのご家族のほか、どなたでも参加できます。専門看護師の講演、交流会など。

日時▶11月12日(日)13:30~15:30

会場▶県社会福祉会館C棟3階ボランティアルーム(旭北) 問▶日本オストミー協会秋田県支部の小野さん☎090-4040-0270

◆市立病院の教室に参加しませんか 会場は市立病院5階講堂。

①呼吸教室 訪問看護師から在宅酸素療法について、医師から間質性肺炎について学びます。

日時▶11月9日(木)13:00~13:40

問▶市立病院事務局総務課

☎(823)4171

②認知症カフェ「笑顔カフェ」 「認知症を食事で予防！」をテーマに管理栄養士がお話しします。

対象▶認知症に関心のあるかた、困っているかた

日時▶11月24日(金)14:00~15:00

問▶市立病院認知症疾患医療センター☎(866)7123

◆循脳センター心不全市民講座

「生活習慣で心不全を予防する」がテーマ。

日時▶11月12日(日)13:00~15:00

会場▶あきた芸術劇場ミルハス小ホールA 問▶秋田県立循環器・脳脊髄センター医事課☎(833)0115

◆川元地域包括支援センター社協の講演会

対象は旭南・茨島・卸町・川尻・川元にお住まいの65歳以上のかた。会場は川元地域包括支援センター社協。先着各20人。申し込みは、同センター☎(853)5968(平日9:00~17:00)

中止となりました

②訪問看護師さんの講話

テーマは「自分らしく最期までをどこで?~訪問看護を活用しての自宅療養~」。

日時▶11月21日(火)10:00~11:00

# 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

### 女性の人権ホットライン

11月15日(水)から21日(火)までは全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間です。期間中、夫やパートナーからの暴力やストーカー行為などのさまざまな人権問題の解決を図るため、専用ダイヤルで人権擁護委員、法務局職員が相談に応じます。相談内容の秘密は厳守します。**時間**▶8:30～19:00(土・日は10:00～17:00)  
**専用相談電話**▶0570-070-810

### 犯罪被害者週間「県民のつどい」

犯罪被害者週間(11月25日(土)～12月1日(金))に合わせて開催。犯罪被害者、ご家族・遺族のみなさんの思いに触れてみませんか。  
**日時**▶11月25日(土)13:30～16:00  
**会場**▶アルヴェ2階多目的ホールほか  
**定員**▶200人  
**申込**▶県県民生活課 ☎(860)1522

### 悩まずにご相談ください

◆KHJ秋田ばっけの会 対象▶ひきこもりのかたとご家族 **日時**▶11月11日(土)・18日(土)、13:30～15:30(18日はひきこもりのかたのみ) **会場**▶市役所3階の中央市民SC。11日は洋室2・3、18日は和室1・2 **問**▶KHJ秋田ばっけの会事務局 ☎090-9539-2365

◆精神障がい者家族相談 **日時**▶11月17日(金)10:00～15:00 **会場**▶市老人福祉センター2階(八橋) **問**▶NPO法人秋田けやき会 ☎(867)1650

◆B型肝炎訴訟電話相談会 B型肝炎被害対策東北弁護団の弁護士が応じます。対象▶B型肝炎患者やそのご家族(患者が亡くなっている場合その相続人) **日時**▶11月18日(土)10:00～18:00 **相談電話**▶022-266-3025、022-266-3026

◆死別の苦しみ・悲しみを語る集い「遺族の集い」 愛するご家族や大切なかたを亡くされたかたたちが集い、心の痛みを語り合う会。**日時**▶11月18日(土)13:00～15:00。個人ケア(要予約)は13:00～14:00 **会場**▶県社会福祉会館(旭北) **参加費**▶300円 **問**▶遺族の集いコスモスの会・クレマチスの会 ☎090-3207-8706

◆介護者のつどい 寝たきりや認知症のかたなどを介護しているかた、以前介護していたかたが対象です。介護している上での日頃の悩みや思いなどを語り合います。**日時**▶11月20日(月)13:30～15:00 **会場**▶市老人福祉センター(八橋) **問**▶介護者のつどい代表の小野さん ☎090-9037-4482

◆傾聴サロン お話をする機会の少ないかたの話に、親身に耳を傾けます。**日時**▶11月23日(木)、10:10～、12:10～ **会場**▶中央

市民SC洋室2・3(市役所3階) **申込**▶傾聴ボランティア秋田・ダンボの会 ☎(862)0839

◆秋田県土地家屋調査士会の表示登記相談会 土地や建物の調査・測量・登記などの相談に応じます。**日時**▶11月11日(土)10:00～14:00 **会場**▶中央市民SC洋室6(市役所2階) **申込**▶11月10日(金)まで同会秋田支部の松淵さん ☎090-2365-6369

◆法務局の講演会と相談会 相続登記などをテーマに講演会と相談会を開催します。**日時**▶11月15日(水)13:00～16:00 **会場**▶にぎわい交流館 **先着**▶100人 **申込**▶秋田地方法務局総務課 ☎(862)1124

◆ピアカウンセラー交流事業 身体に障がいのあるかたとそのご家族を対象に、障がい(肢体不自由・視覚障がい)のあるピアカウンセラーが、お互いに平等な立場で悩みや話を聞き、きめ細かにアドバイスします。相談場所をご希望に合わせて自宅などへも伺います。**申込**▶障がい者生活支援センターほくと ☎(873)7804・FAX(853)4977

### シングルマザーの居場所づくり

市地域づくり交付金事業。収穫体験をした後、きりたんぼ鍋を食べます♪市役所に集合し、バスで移動します。**対象**▶シングルマザーのかたとそのお子さん

## 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」  
11/19(日)▶「大森山動物園ありがとう50年～つながり、ともに未来へ～」  
昭和48年9月1日に開園した大森山動物園は、今年9月に開園50周年を迎えました。たくさんの動物と出会い、刻んできた歴史と思い出を振り返るとともに、50周年を盛り上げるために行われた記念企画なども紹介します。



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」	木 15:45～ 金 15:45～
		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)	11/19 日	11:40～11:55
ラジオ	エフエム秋田「秋田市マンデー555」	月	17:55～
	ABSラジオ「秋田市今週のいちネタ」	火	10:25～
	エフエム檜台「午後スタ」	水	13:20～

\*最新情報は広報広聴課ホームページで。☎(888)5471  
<https://www.city.akita.lg.jp> ■広報ID番号 1001367