

10月23日は
「世界ユキヒョウの日」

ユキヒョウの ガラス絵付け体験

大森山動物園～あきぎんオモリンの森～

ユキヒョウの飼育で深いつながりのある「いしかわ動物園」(石川県能美市)とのコラボイベントの一つとして「ガラスの絵付け体験」を開催♪ ユキヒョウをモチーフにしたオリジナルのグラスを作ろう! 対象は小学生以上(小学生は保護者同伴)。

他のイベントは、市ホームページを見てね(広報ID番号 1043465)。問い合わせ☎(828)5508

日時 10月5日(土) ①10:00～11:30
②13:30～15:00
*作品の受け取りは10月16日(水)以降になります。

会場 新屋ガラス工房 **参加費** 3,300円
定員 各20人(定員超の場合は抽選)

申し込み はがき、FAX、Eメールのいずれかで、「ユキヒョウガラス絵付け体験」と記入し、希望時間(①か②)、参加者全員(最大4人まで)の住所・氏名・電話番号・年齢、作品の受取方法(ガラス工房受け取りか着払い発送)を9月6日(金)から13日(金)(必着)までにお知らせください。
〒010-1654 浜田字潟端154 大森山動物園
FAX(828)5509
Eメール ro-inzo@city.akita.lg.jp

「飛鳥II」船内見学



日時 10月9日(水)13:00～14:00

対象は小学生以上(小学生は保護者同伴)で、1時間程度の歩行(階段を含む)が可能な秋田市民のかた。秋田港クルーズターミナルから乗船し、クルーズ船を見学しよう!

定員 (抽選) 60人
参加 無料



クルーズ船内見学

申し込み 右上のコードからアクセスするかはがきで、参加者全員(最大4人まで)の氏名(漢字とローマ字)・生年月日(西暦)、代表者の電話番号・住所を9月18日(水)(必着)までお知らせください。
〒011-0945 土崎港西一丁目9-1

セリオン「クルーズ船内見学」係
問い合わせ☎(857)3381

*応募後の参加者の変更はできません。
*当選者へは9月24日(火)から入場整理券を順次発送します。

第30回記念

赤れんが館コンサート

日本の心をうたう
～唱歌からオペラまで～

日時 10月11日(金)18:00～

ソプラノ▶高橋 遥さん、伴奏▶鳥井 俊之さん

勝平得之生誕 120年記念～ふるさとに讃う～
ピアノとトークによる
「秋田の四季」コンサート

日時 10月13日(日)
昼の部14:00～ 夕の部16:30～

ピアノ▶山崎圭子さん、語り▶加藤隆子さん

赤れんが館営業室を会場にした恒例のコンサート。観覧料310円(高校生以下無料)。定員各回100人(着席しての鑑賞)。就学前のお子さんは不可。定員を超えた場合は抽選となります。

申し込み 往復はがきの往信面に催し名、住所、参加者全員の氏名(最大2人まで)、電話番号、希望日(13日は昼の部・夕の部の別も)を記入し、9月20日(金)(必着)まで
〒010-0921 大町三丁目3-21
赤れんが郷土館☎(864)6851

キタスカまつり



日時 10月5日(土)・6日(日)
9:00～20:15(6日は16:00まで)

会場 北部市民サービスセンター

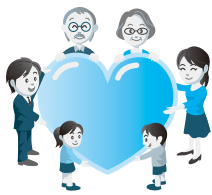
入場 無料

両日▶作品展示(9:00～。6日は16:00まで)、特産物直売・販売コーナー(9:30～)、喫茶・フリーマーケット・生涯学習相談・キッチンカー(10:00～)、軽食コーナー(11:00～)

5日▶綾小路きみまろDVD上映(9:30～。先着150人)、健康相談・フレイル予防の輪(10:00～)、出前歌声喫茶「カンプレ45」(11:00～。先着250人)、Yummi & 生バンド演奏(13:30～。先着250人)、ダンスパーティー(18:00～。参加費300円)

6日▶芸能発表会・子ども縁日(10:00～)、初めてのスマートフォン教室(10:00～、13:30～。各先着10人)

問い合わせ▶同実行委員会事務局☎(846)1133



秋田市の自殺率(人口10万人に対する自殺者数)は、平成18年をピークに減少傾向が続いていますが、いまだ多くのかたが自らのいのちを絶っている状況にあります。

自殺は個人の問題ではなく、社会的な問題であり、さまざまな要因が複雑に絡み合っているとされています。周囲の環境やかかわり方、社会全体が変わっていくことで、個人の抱える複雑かつ深刻な課題の解決につながり、尊い命を守ることができます。

あなたがゲートキーパーに!

「ゲートキーパー」とは、身近な人の自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守ることができる人のことです。

あなたの大切な人のかけがえのない命を守るために、いつもと様子が違うと感じる人がいたら、まずは声をかけてみることから始めてみましょう。



「第2期秋田市民の心といのちを守る自殺対策計画」を作成しました

市では、令和元年度に第1期自殺対策計画を策定し、「自殺対策＝生きることの包括的な支援」という視点を反映させ、自殺対策を計画的かつ重点的に進めてきました。

第2期計画でも、全国的に必要なとされている取り組みに留意し、秋田市の自殺者の状況を踏まえた重点施策を策定していますので、ぜひご覧ください。

概要版を次の場所に置いています▶市民サービスセンター、駅東サービスセンター、コミュニティセンター、市立図書館、健康管理課(八橋の市保健所内)など



ひとりで悩まず相談しましょう



こころの荷物を下ろせばまた歩き出せます。どんな不安もつらさも苦しみも、一人で抱えていては重くなるばかりです。また、一人で考えたり悩んだりしていると、物事に対する見方が狭くなってしまいます。身近な人にあなたのお気持ちを話してみましょ。こころが軽くなる感覚を実感してください。

市保健所では、下記の各種「こころの相談」を受け付けています。会場はいずれも市保健所(八橋)。ご希望のかたは、健康管理課へお申し込みください。

■ 精神科医による精神保健福祉相談

原則通院していないかたが対象です。ご本人やご家族、関係者などの相談に応じます。

日時▶第1・3木曜、13:30~16:00 定員▶各2人

■ 臨床心理士によるこころのケア相談

心の問題を抱えているご本人が、ご自身で問題解決できるようにサポートします。

日時▶毎週水曜、13:15~17:00 定員▶各3人

■ 保健師などによるこころの相談

電話または来所でご相談いただけます。来所相談は事前にお申し込みください。日時▶平日8:30~17:00

受講無料

こころのケア相談セミナー

会場は市保健所(八橋)。オンラインでも受講できます。問い合わせ▶健康管理課☎(883)1180

時間▶14:00~15:30(②のみ15:00~16:30) 先着(複数受講可)▶各80人(会場各25人)

申し込み▶Eメールで件名を「こころのケア相談セミナー」として、氏名、受講希望日、参加方法(会場・オンライン)をお知らせください。Eメール ro-hlhm@city.akita.lg.jp

開催日	テーマ	講師
①9月24日(火)	依存症の基礎知識 ~アルコール依存症を中心に~	秋田回生会病院医師の野口真紀子さん、作業療法士の平岡雄哉さん
②10月25日(金)	ライフステージに応じた睡眠法	秋田大学大学院医学系研究科准教授の竹島正浩さん
③11月13日(水)	現代の若年者の特徴からSOSの受け方を考える	秋田大学自殺予防総合研究センター准教授の丹治史也さん
④12月17日(火)	発達障がい者の支援について	秋田県発達障害者支援センターの平野和志さん
⑤1月21日(火)	現代社会が青少年のこころに与える影響	秋田法務少年支援センターの平川奈々さん