

**■ マタニティ講座(後期)**  
**期日** 12月3日(月)  
**時間** 13時30分～15時30分  
**場所** 北秋田市保健センター  
**対象** 予定日が平成31年1月～3月出産予定の妊婦と夫  
**内容** 先輩ママ&ベビーとの交流  
 母乳育児・家族計画について  
**持ち物** 母子健康手帳  
**申込締切** 11月26日(月)

**■ 自分測定日**  
 定期的な体組成測定で健康な「からだ」作り始めませんか?  
**期日** 11月26日(月)  
**場所** 北秋田市保健センター  
**受付時間** 9時～16時  
 (所要時間15分～30分)  
**内容** 体組成測定、測定値の説明等

**■ 母子健康手帳交付**  
**期日** 11月5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)  
**場所** 北秋田市保健センター  
**時間** 9時30分～11時30分  
 ※手続きには30分程かかります。  
**持ち物** 妊婦本人の個人番号カード  
 又は通知書、本人確認書類  
 ※交付日に来られない場合は、必ず電話連絡をお願いします。

## 健康

問申 医療健康課 健康推進係  
 ☎62-6666

**▽3歳児健康診査(鷹巣地区)**  
**期日** 11月14日(水)  
**受付時間** 12時30分～12時45分  
**対象** 平成27年6～8月生まれの子  
**場所** 森吉保健センター  
**期日** 11月21日(水)  
**受付時間** 12時30分～12時45分  
**対象** 平成27年4～7月生まれの子  
**場所** 森吉保健センター  
**期日** 11月27日(火)  
**受付時間** 13時～13時15分  
**対象** 平成25年8～11月生まれの子

**▽4か月児健康診査**  
**期日** 11月28日(水)  
**受付時間** 12時45分～13時  
**対象** 平成30年7月生まれの子  
**場所** 北秋田市保健センター  
**持ち物** 母子健康手帳/アンケート用紙/バスタオルほか

**▽7か月児育児相談**  
**期日** 11月28日(水)  
**受付時間** 9時45分～10時  
**対象** 平成30年4月生まれの子  
**場所** 北秋田市保健センター

**▽10か月児健康診査**  
**期日** 11月28日(水)  
**受付時間** 12時45分～13時  
**対象** 平成30年1月生まれの子  
**場所** 北秋田市保健センター

## 11月の乳幼児健診・相談

**場所** 北秋田市保健センター  
**持ち物** 母子健康手帳/アンケート用紙/バスタオルほか

**いのちとこころの個別相談**  
 誰にも相談できず、一人で悩んでいますか? ご本人だけでなく、家族や支える方もご相談ください。  
**期日** 11月30日(金)  
**場所** 北秋田市交流センター  
**時間** 13時30分～15時30分  
**内容** 臨床心理士が個別に相談に応じます。(秘密は厳守します)  
 ※事前に電話予約が必要です。

**心のサロンへどうぞ**  
 お茶でも飲んで話をしながらゆっくりした時間を過ごしませんか?  
**○サロン「お茶っこ」**  
**場所** 阿仁保健センター  
**日時** 11月14日(水) 10時～13時30分  
**○サロン「すかっと」**  
**場所** 森吉保健センター  
**日時** 11月16日(金) 10時～14時  
**○サロン「えがお」**  
**場所** 前田公民館  
**日時** 11月19日(月) 10時～14時  
**○サロン「梅っこ」**  
**場所** 合川保健センター  
**日時** 11月26日(月) 10時30分～14時

**場所** 北秋田市交流センター  
**日時** 毎週金曜日 11時～14時  
 ※精神保健福祉ボランティア「れもの会」によるサロンです。

**がんサロン「北秋田虹の会」**  
 がん患者や家族が抱えている不安や悩みなどお茶を飲みながら話してみませんか?(個人情報を守ります)ご自由に参加ください。  
**日時** 11月22日(木) 13時～15時  
**場所** 男女共同参画活動拠点施設「ハートフルプラザ・北秋田」(北秋田市交流センター内)

**パワフルハビリ参加者募集**  
 老化を予防し、元気はつらつにごすためのリハビリテーションです。  
**対象** 60歳以上で市の特定健診・後期高齢者健診を受けた方  
**期間** 1月～3月(週1回3か月間)  
**場所** 合川保健センター  
**内容** 専用マシンを使用した軽運動  
**申込締切** 11月30日(金)  
 ※送迎有り。60歳未満の方でも体力に不安のある方はご相談ください。  
**問申** 合川保健センター ☎78-4272

**にじいろリボン(子育てサークル)**  
**期日** 12月7日(金)  
**時間** 10時～11時30分  
**場所** 北秋田市保健センター  
**対象** 未入園のお子さんと保護者  
**内容** 絵本読み聞かせ  
 ※申込不要。直接会場にお越しください。

**パワフルハビリ参加者募集**  
 老化を予防し、元気はつらつにごすためのリハビリテーションです。  
**対象** 60歳以上で市の特定健診・後期高齢者健診を受けた方  
**期間** 1月～3月(週1回3か月間)  
**場所** 合川保健センター  
**内容** 専用マシンを使用した軽運動  
**申込締切** 11月30日(金)  
 ※送迎有り。60歳未満の方でも体力に不安のある方はご相談ください。  
**問申** 合川保健センター ☎78-4272

**第30回北秋田祇園太鼓発表会  
 第28回北秋田祇園太鼓審査会**  
**期日** 11月23日(金・祝)  
**会場** 北秋田市文化会館  
**開演時間** 13時30分～  
**入場料** 無料  
 ※第30回を記念して鷹巣小学校の児童が「鷹っこばやし」を披露します。  
**問** 祇園太鼓審査会実行委員会 ☎090-2368-8636


**11月の休館日**  
**■鷹巣図書館 ☎62-3311**  
 3日、7日、14日  
 17日～30日  
**【開館時間】** 9時～19時  
 ※土日、振替休日は17時まで  
**■森吉図書館 ☎72-3192**  
 3日、7日、14日  
 21日、23日、28日  
**【開館時間】** 9時～17時

▶11/14(水) バランスボール教室=合川体育館  
 ▶11/14(水)～16(金) スポレク・鷹巣地区バスケットボール大会=鷹巣体育館  
 ▶11/17(土) ショートテニスジュニアサーキット第1戦=鷹巣体育館  
 ▶11/17(土) 県北高校剣道錬成会=合川体育館  
 ▶11/18(日) スポレク・北秋田市民バドミントン大会=鷹巣体育館  
 ▶11/18(日) 剣道形講習会・段位審査会=合川体育館  
 ▶11/24(土)～25(日) 秋田県高等学校新人大会フェンシング競技=合川体育館  
 ▶11/25(日) スポレク・ユニカール大会=鷹巣体育館  
 ▶11/28(水) バランスボール教室=森吉総合スポーツセンター

**合川公民館休館のお知らせ**  
 11月5日(月)は特別清掃により、休館します。あらかじめご了承ください。  
**問** 合川公民館 ☎78-2114

**■文化会館 ☎62-3311**  
 ▶11/3(土) 第13回浜辺の歌音楽祭=開演10:00～入場無料  
 ▶11/4(日) 武石真澄音楽教室・畠山幸子音楽教室・工藤智子音楽教室「合同発表会」=開演14:00～入場無料  
 ▶11/11(日) 第39回助け合い婦人芸能祭=【午前の部】開演9:00～【午後の部】開演13:00～**前売**700円**当日**1000円  
 ▶11/13(火) 第14回北秋田社会福祉大会=開会13:30～  
**■合川公民館 ☎78-2114**  
**【ロビー展】**11/6(火)～27(火)てまりの会作品展示  
**【特別展示】**11/21(水)～28(水) 第10回極めん「長谷川なおみ王朝織紙作品展」  
**■スポーツ ☎62-3800**  
 ▶11/3(土) スポレク・フェンシング大会=合川体育館  
 ▶11/4(日) 総合型スポーツクラブ県北地区交流会=鷹巣体育館  
 ▶11/4(日) 剣道講習会=合川体育館  
 ▶11/10(土)～11(日) 秋田県中学校秋季柔道大会=合川体育館  
 ▶11/11(日) 北秋田市民バレーボール大会=鷹巣体育館

**一般国道285号線 滝ノ沢バイパス 全線開通します!**  
**開通日時** 11月24日(土) 15時～  
 秋田県が進めてきた一般国道285号線滝ノ沢バイパス(北秋田市滝ノ沢～米内沢間5.4km)が開通します。  
  
**問** 北秋田地域振興局建設部企画・建設課 ☎62-3117

**第20回子どもたちの伝承芸能合同発表会**  
**日時** 11月17日(土) 13時30分～15時20分  
**場所** 阿仁ふるさと文化センター  
**出演団体**  
 ◎阿仁からめ節 ◎荒瀬田植え踊り  
 ◎比立内獅子踊り ◎根子番楽  
  
 当日は市のバスを運行します。どうぞご利用ください。(無料)  
**《運行予定》**  
 打当温泉(12時30分発)→旧中村小跡地→柴田精米屋前→奥阿仁駅前→比立内駅前→笑内駅前→荒瀬駅前→ふるさと文化センター(13時10分着)  
 ※帰りは逆コースとなります。  
**問** 生涯学習課生涯学習係 ☎62-1130