

健康づくり標語

めざそう！明るく元気で大往生
(奈良正人氏)

■心の健康講座 (第2回目)

日時 8月30日(木) 13:30~15:30
場所 森吉コミュニティセンター
内容 講演 「うつ」の理解とその対応
講師 長信田の森診療クリニック
精神保健福祉士 水野淳一郎氏
申込締切 8月16日(木)
問合せ 市保健センター ☎62-6 6 6 6

■子育てサポーター養成講習会

子育てサポーターは、子育て中の親が一時的に子どもを預かってほしい時、引き受け手となる保育の基礎的な知識をもった「保育ボランティア」です。
保育実習や救命救急実習等の10科目24時間の講習を行います。全日程を受講できる意欲のある方なら誰でも受講できます。

場所 市交流センター

日程 概ね10時~15時
9月5日、12日、19日、26日
10月10日、17日(毎週水曜日)

定員 40名程度

受講料 5,000円(テキスト代込み)

申込締切 8月20日(月)

問合せ 市みらい子育てネットあきた
☎018-863-8781

■子育てサークル

時間 10:00~11:30

サークル	日程	会場	内容
めだか教室	10日	空港公園	園庭で遊ぼう
みんなおいで	21日	森吉地区各保育園	保育園開放日
ふれあい広場	23日	合川保健センター	お話・て遊び どんどん
親子教室	2日	大阿仁保育園	みんなでスイカ割り

問合せ 市保健センター ☎62-6 6 6 6

健康
■母子健康手帳交付
時間 9時30分~12時
日程 市保健センター 毎週月曜日
森吉支所 毎週火曜日
合川保健センター 毎週水曜日
阿仁支所 毎週木曜日
※13日~16日は除く。
※記入用紙があり手続き終了まで30~40分かかります。余裕をもつておいで下さい。
問合せ 市保健センター ☎62-6 6 6 6

■健康相談
時間 9時30分~11時30分
日程 市保健センター 8日(水)
合川保健センター 6日(月)
森吉保健センター 17日(金)

阿仁支所 9日(木)
内容 健康相談、血圧測定等
持ち物 健康手帳
(ない方は相談時にお渡しします)
問合せ 市保健センター ☎62-6 6 6 6

■献血日程
8月21日(火) 全血
▼10時~11時50分 合川町商工会
▼12時~13時 東洋精箔(株)
▼14時~16時30分 愛生園

■精神保健相談・老人精神保健相談
及びアルコール健康相談(要予約)
期日 8月16日(木)
場所 鷹巣阿仁福祉環境部2階相談室
受付時間 15時~16時
相談時間 15時~17時
相談医師 保健所嘱託医
申込先 鷹巣阿仁福祉環境部 ☎62-1 1 6 5

介護予防ボランティア募集します

保健センターで実施する介護予防事業に協力してもらうボランティアを育成するために、介護予防運動・口腔機能・食生活・心の健康づくり等を学習します。

日時	場所	実施内容
8月27日(月) 13:00~15:30	市保健センター	○趣旨説明 ○運動指導 ・ドンパン体操 ・フットケア ・しなやかウェーブ
9月21日(金) 10:00~15:00	四季美館	○運動実技・交流(前野地区・小又地区高齢者健康教室参加者) ・講話「食生活について」 ・講演「ストレスと心の健康」
11月11日(日) 9:30~12:30	鷹巣体育館	健康スポーツフェスタ参加
11月26日(月) 13:00~15:00	市保健センター	高齢者健康づくり普及員研修 ・ドンパン体操 ・しなやかウェーブ
12月21日(木) 13:00~15:00	市保健センター	○講演「口腔機能について」 ○運動実技

募集人数 30名 申込期限 8月9日(木)

問合せ 市保健センター ☎62-6666

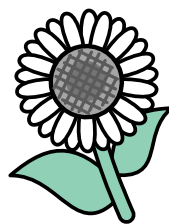
お知らせ

■『夏休み親子クッキング講座』
中央公民館公開講座

日時 8月23日(木)
9時30分~13時
場所 中央公民館 調理室
講師 料理研究家 田村弘子さん
内容 夏の食材を使った料理とデザート
対象 小学生と保護者(祖父母可)
定員 16組
材料費 1,000円程度
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具
申込期間 8月3日(金)~8月10日(金)
※申込み多数の場合は抽選となります。
申込み・問合せ 中央公民館 ☎62-1 1 3 0

■『百人一首の世界』
中央公民館公開講座

日時 8月10日(金) 13時30分~
場所 中央公民館 1階ホール
講師 東洋大学教授 高城 功夫氏
内容 小倉百人一首の誕生と展開について、その文化的な意義などを解説します。
受講料 無料
受講申込 会場の都合上、事前に申込みください。
締切 8月8日(水)
申込み・問合せ 中央公民館 ☎62-1 1 3 0



あきた県民カレッジ~受講者募集~

森吉山から広がる 豊かな自然の宝庫北秋田

主催 市交流センター※現地学習あり (2コマ)

期日	テーマ
9月15日(土) 無料	開講式 オリエンテーション 記念対談「ファインダーから見た森吉山」
10月13日(土) 特別日程	【現地学習Ⅰ】《紅葉紀行》「森吉山の自然を体験」 ~阿仁のゴンドラで行く花の百名山森吉山~
10月27日(土) 特別日程	【現地学習Ⅱ】《晩秋の森吉山麓巡り》 「森吉山ダムの魅力発見と史跡巡り」 ~豊かな自然の調和のとれた開発を目指して~
11月17日(土)	森吉山麓で生きる人々 part1 自然との共生~山の主 熊の生態を探る~
	森吉山麓で生きる人々 part2 ~マタギの食文化に触れる~
11月24日(土)	豊かな自然が生み出した「郷土の民話を聞く」 豊かな自然との共存を目指して ~県外出身者から見た「北秋田の魅力」~

講習料 3,200円 (個別講習もできます1コマ400円)

申込み 各公民館にある申込用紙に記入 定員 50名

問合せ あきた県民カレッジ事務局 ☎018-865-1171

■公民館

中央公民館 ☎62-1130
【ロビー展】 ビーズアクセサリー
8・9(木)観劇会「君がいるから」=11:00~12:00※小学生対象入場無料(先着150名)
合川公民館 ☎78-2114
【ロビー展】 万灯火写真展
8・14(火)合川まと火・ふるさとまつり
森吉公民館 ☎72-3259
【サロン展】 絵手紙の会(1日~31日)
8・1(水)・8(水)・22(水)

夏休み自習室=9:00~17:00
8・3(金)・10(金)・17(金)
ちびっこチャレンジクラブ=10:00~12:00
阿仁公民館 ☎82-2220
【ロビー展】
合川公民館「刺し子講座作品展」
8・8(水)俳句勉強会=13:30~15:00
10(金)囲碁同好会=13:00~16:00

■文化会館

▼8・4(土)第5回ジュニアピアノコンクール県北地区大会=9:30~
▼5(日)ヒダノ修一未来の太鼓コンサート=15:00~
▼11(土)映画「俺は君のためにこそ死ににいく」=①11:30~ ②14:00~
▼15(水)北秋田市成人式
▼18(土)おはなしどんどこ=14:00~

■スポーツ

▼8・3(金)合川少年球技大会(野球)=合川球場/[同](バスケット)=合川体育館
▼3(金)~5(日)第11回東北軟式野球学童少年選手権大会=中央公園野球場・森吉球場
▼5(日)市ソフトボール協会一般男子選手権大会=河川敷野球・ソフトボール場
▼5(日)第3回オープンダブルス大会(バドミントン)=鷹巣体育館
▼9(木)~10(金)校外生活球技大会(野球)=森吉球場/[同](ミニバスケット)=森吉スポーツセンター
▼15(水)~17(金)全県高校選抜女子選手権大会=河川敷野球・ソフトボール場
▼18(土)~19(日)県北地区高校新人1年生大会バドミントン競技=鷹巣体育館