



■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？

日時 11月27日(月) 9時～18時
(所要時間は15分程度です)

場所 北秋田市保健センター
内容 体組成(裸足で行います)、測定値の説明

■心の健康づくり講演会

心と体を元気に保つために講演会を開催します。

日時 11月30日(木) 13時30分～15時
講演 「身近な人のSOSを受け止め、寄り添うために」

講師 秋田大学自殺予防総合研究センター
特任助教 宮本 翔平氏

会場 北秋田市保健センター
申込締切 11月27日(月)

問 医療健康課健康推進係
☎62-6666

■若者の生きる支援後援会

誰もが安心して子育てできる地域を目指して講演会を開催します。

日時 12月7日(木) 13時30分～15時
講演 「未来をたくましく生きぬく子どもを育てるために大切にしたいこと」

講師 合川公民館 館長 藤嶋 浩子氏

会場 北秋田市保健センター
申込締切 11月30日(木)

問 医療健康課健康推進係
☎62-6666

北秋田市環境放射線量測定結果		問い合わせ
空間線量調査 (9月29日測定)		生活課環境係 ☎62-1110
観測地点	測定結果	測定の結果、秋田県の通常レベルを超える数値は観測されていません。 ※県の通常レベル 0.022～0.086 (単位:マイクロシーベルト/時)
市役所本庁舎前	0.03	
// 合川庁舎前	0.03	
// 森吉庁舎前	0.03	
// 阿仁庁舎前	0.04	
グリーンサイクルセンター前	0.03	
一般廃棄物最終処分場	0.02	
鷹巣埋立地最終処分場	0.04	

健康

■精神保健相談

月日 11月16日(木)
時間 15時～16時(受付14時30分～)

場所 北秋田保健所 2階
※前日10時まで予約してください。
問 北秋田保健所 ☎62-1165

■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を話してみませんか？
(個人情報はお守りします)

日時 11月23日(木) 13時～15時
場所 交流センター

男女共同参画活動拠点施設
「ハートフルプラザ・北秋田」

■パワーリハビリ参加者募集

対象 65歳以上で特定健診・後期高齢者健診を受けた方
※65歳未満でも体力に不安のある方をご相談ください。

期間 1月～3月(週1回3か月間)
会場 合川保健センター

内容 専用マシンを使用した軽運動など
申込締切 11月17日(金)

問 医療健康課健康推進係
☎62-6666

■心のふれあい相談員によるサロンへどうぞ

お茶やコーヒーを飲みながら語り合う場です。心のふれあい相談員が笑顔でお待ちしています。

▷サロン「お茶っこ」阿仁公民館
日時 11月14日(火) 10時～12時

▷サロン「えがお」前田公民館
日時 11月20日(月) 10時～14時

▷サロン「すかっと」森吉公民館
日時 11月17日(金) 10時～14時

▷サロン「梅っこ」合川公民館
日時 11月27日(月) 10時30分～14時

▷サロン「あんず」交流センター
日時 毎週火曜日 11時～14時

※精神保健福祉ボランティア「れもん
の会」による。

子ども

■母子健康手帳交付(要予約)

月日 11月6、13、20、27日(各月曜日)
時間 9時30分～16時

場所 北秋田市保健センター
持ち物 マイナンバーカード、通帳またはキャッシュカードの写し

※事前に予約してください。
交付日に来られない場合も事前に連絡してください。

※記入用紙があり手続き終了まで40分程度かかります。

■助産師相談室

「あのね、助産師さん」

月日 11月6、20日(各月曜日)
時間 9時30分～12時

場所 北秋田市保健センター
内容 お母さんと赤ちゃんの相談に助産師が電話や来所にて対応します。

問 子育て世代包括支援センター
「ココロン」 ☎62-6681

■おいDAY

月日 11月6、20日(各月曜日)
時間 10時～12時

場所 北秋田市保健センター
対象 妊婦さん、子育て中のママや育児中のご家族

内容 おしゃべり、交流の場です。お好きな時間にお越しください。

■マタニティ教室

「C:子育て体験コース」

月日 11月18日(土)
時間 9時30分～11時30分

場所 北秋田市保健センター
対象 妊婦さんとその家族

内容 ①パパ&ママ沐浴体験
②パパ妊婦体験ジャケット試着
③スキンケアについて

持ち物 母子手帳
※1週間前までに申し込みください。

お知らせ

■食べきれなかった食品を持ち帰ってみませんか？

県では食品ロス削減のため、一部のモデル店舗で食べきれなかった食品の「持ち帰り」を実施しています。

対象店舗はポスターやステッカーを掲示しています。食べきれなかった時は自己責任で持ち帰ることを店舗へ相談してみましょう。

協力店情報は美の国あきたネット(コンテンツ番号「63638」)をご覧ください。



問 秋田県生活環境部温暖化対策課
☎018-860-1560

■「事業者応援！あきた省エネセミナー」を開催します！

県内事業者における温室効果ガスの排出量の削減につなげるため、省エネルギー等に関する講演と支援制度の説明をオンデマンド配信(無料)します。

■「事業者応援！あきた省エネセミナー」を開催します！

県内事業者における温室効果ガスの排出量の削減につなげるため、省エネルギー等に関する講演と支援制度の説明をオンデマンド配信(無料)します。

問 秋田県生活環境部温暖化対策課
☎018-860-1560

詳しくは美の国あきたネット(コンテンツ番号「60608」)をご覧ください。

期間 11月20日(月)～12月15日(金)
申込期限 11月16日(木)まで

問 秋田県生活環境部温暖化対策課
☎018-860-1573

■手話教室開催のお知らせ

「県民向け手話教室」を開催します。簡単な挨拶や自己紹介など、気軽に手話に親しんでみませんか。(参加無料)

日時 12月8日(金)
13時30分～15時30分

場所 市民ふれあいプラザ
対象 手話初心者の方・手話に興味のある方10名(先着順)

申込締切 12月4日(月)
問 鷹巣阿仁福祉環境部 ☎62-1165

■全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間のご案内

法務局では強化週間を実施し、皆さま方からのご相談をお受けします。相談は無料、秘密は厳守しますので、ぜひ

ご利用ください。

日時 11月15日(水)～21日(火)
(平日8時30分～19時)
(土日10時～17時)

相談窓口 女性の人権ホットライン
☎0570-070-810

■B型肝炎訴訟無料電話相談会

日時 11月18日(土) 10時～18時
内容 B型肝炎被害対策東北弁護士が、B型肝炎訴訟について弁護士による無料電話相談を行います。(通話料はかかります)

対象 B型肝炎患者またはそのご家族(患者が亡くなっている場合は、その相続人)

電話番号 ☎022-266-3025
☎022-266-3026
予約不要です。

問 B型肝炎被害対策東北弁護士事務所(小野寺友宏法律事務所内)
☎0120-76-0152

新型コロナウイルスワクチン令和5年秋開始接種情報

▶初回接種が完了した12歳以上の方は、ワクチンの供給量に応じて、年齢の高い方から順次接種券を発送しますので、お手元に届くまでお待ちください。

▶生後6か月児～4歳のお子さんは10月末から医療機関での接種を再開しています。

▶5歳～11歳のお子さんは、ワクチンの供給量に合わせて接種を再開します。もうしばらくお待ちください。

▶初回接種がまだの方は、お手元にある接種券でXBB対応ワクチンでの初回接種を受けることができます。



◀生後6か月～4歳のお子さんについての詳細はこちら

接種会場等詳細については、接種券に同封されるチラシをご覧ください。

問 北秋田市コロナワクチン予約センター(北秋田市保健センター内) 平日8時30分～17時
☎67-6567(予約センター直通)または62-6666

献血日程のご案内

日時	時間	実施場所
11月22日(水)	10時～11時30分	新東北メタル(株)
	13時～16時	市役所本庁舎
12月5日(火)	10時～11時30分	北秋田警察署
	13時～16時	北秋田地域振興局

春	伊	金	神	西	畠	川	津
日	藤	ひ	成	根	山	村	谷
め	は	の	ゆ	え	ふ	み	お
い	る	す	う	ま	か	お	ん
な	き	け	は	ま	か	お	ん
ちゃん							
前	合	西	小	伊	新	新	深
田	陣			勢	田	田	
駅	場						
前	川	岱	森	町	中	中	関

3歳児健診
9月20日の健診
むし歯のなり子