

健康

■心のふれあい相談員養成講座
およびフォローアップ講座

市民の身近な相談役として活動するボランティア「心のふれあい相談員」を養成します。身近な人や大切な人の心に寄り添うための知識や技術を学ぶことができます。

【第1回】
日時 11月18日(月) 13時30分～15時
場所 保健センター
講演 「傾聴とコミュニケーションについて」
講師 秋田・こころのネットワーク
会長 木場 和子さん

【第2回】
★心の健康づくり講演会(一般向け)
心と体を元気に保つため、心の健康づくり講演会を開催します。

日時 11月29日(金) 13時30分～15時
場所 保健センター
講演 「誰もがより良く生きるために～地域で支えあうとは～」
講師 心といのちを考える会
会長 袴田 俊英さん

心のふれあい相談員養成講座およびフォローアップ講座【第2回】に行われる講演会は、相談員志望に関わらず、どなたでも参加可能な講演会です。興味のある方はぜひご参加ください。

※1週間前までに申し込みください。
※バス送迎があります。申し込みの際にお申し付けください。

医療健康課健康推進係
☎62-6666

【第3回】
日時 12月3日(火) 14時～15時30分
場所 藤里町三世代交流館

内容 藤里町コーヒースロン「よってたもれ」の見学と交流会

【第4回】
日時 12月13日(金) 13時30分～15時
場所 保健センター
内容 グループワーク
「相談員さん自身のメンタルケアについて」

※新規受講者で4回全て受講した方には「認定証」を発行します。

※バス送迎希望の方は電話でお申し込みください。(自家用車の方はFAXでの申し込みも可)

医療健康課健康推進係
☎62-6666 FAX 62-6667

第49回 地域の医療を考える集い

【日 時】 11月16日(土) 14時～16時

【会 場】 交流センター 1階 講堂 (入場無料・申込不要)

【テーマ】 「いま知ろう! 带状疱疹～最近のトピックス～」

【講 演】
●秋田大学大学院医学系研究科 皮膚科学・形成外科学講座 皮膚科 教授 河野 通浩氏
●針生皮膚科内科医院 院長 福嶋 孝子氏

※お申し込み不要ですが、定員200人になり次第、入場をお断りすることがありますので、あらかじめご了承ください。

大館北秋田医師会 ☎0186-43-4511

令和7年4月からの保育所等への入所申し込みを開始します

申込期間：11月1日(金)～29日(金)

保育所等への入所には「支給認定申請書・現況届・保育所等利用申込書」が必要です。すでに入所中の場合でも申請書等(継続)の提出が必要となります。

●詳しくは「令和7年度入所等のおしり」をご覧ください。

※保護者の勤務先等により、他市町村の幼稚園・保育所等をご利用の場合でも、北秋田市で支給認定を受ける必要があります。

申込場所

教育認定
幼保連携型認定こども園 しゃろーむ
幼保連携型認定こども園 あいかわ保育園

保育認定
各保育園／こども課こども応援係／各総合窓口センター・出張所

こども課こども応援係 ☎62-6638

QRコード

▲ホームページ
保育施設等への入所

こども

■母子健康手帳交付(要予約)

月日 11月11、18、25日(各月曜日)
時間 9時30分～16時
場所 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。

医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■助産師相談室

「あのね、助産師さん」

月日 11月18日(月)
時間 9時30分～11時30分
場所 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。

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18日(月)
時間 9時30分～11時30分
場所 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16日(土)
時間 9時30分～11時30分
場所 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 母子健康手帳、筆記用具

※1週間前までに申し込みください。

医療健康課健康推進係 ☎62-6666

健康

■パワーリハビリ参加者募集

対象 65歳以上で市の特定健診・後期高齢者健診を受けた方(受ける方)

※65歳未満でも体力に不安のある方はご相談ください。

日程 1月～3月(週1回3か月間)
場所 合川保健センター(送迎あり)
内容 専用マシンを使用した軽運動など

申込締切 11月15日(金)

医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■精神保健相談・老人精神保健相談およびアルコール健康相談

月日 11月21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時までに予約してください。

北秋田保健所 ☎62-1165

■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25日(月) 9時～18時
(所要時間は15分程度です)

場所 保健センター

※ペースメーカー等、体内機器を装着している方は測定できません。

■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28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」(交流センター内)

献血日程のご案内

月 日	時 間	実施場所
11月21日(木)	10時～11時30分	新東北メタル株
	13時～16時	市役所第二庁舎
12月3日(火)	10時～11時30分	北秋田警察署
	13時～16時15分	北秋田地域振興局

健康ひ3ば
～保健センターからのお知らせ～

QRコード

北秋田市令和6年度版
健康ガイド

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12日(火) 10時～12時

▷サロン「すかっと」森吉公民館
日時 11月15日(金) 10時～14時

▷サロン「えがお」前田公民館
日時 11月18日(月) 10時～14時

▷サロン「梅っこ」合川公民館
日時 11月25日(月) 10時30分～14時

▷サロン「あんず」交流センター
日時 11月19日(火) 11時～14時

※精神保健福祉ボランティア「れもん会」による。

■絵本のよみきかせと心の交流会

講師は絵本セラピスト木村加奈子さん。心のふれあい相談員と市保健師も一緒に会場をまわります。コーヒーを飲みながらほっと一息。絵本を通じた心の交流を体験してみませんか。(申込不要)

①11月9日(土) 10時～11時30分
米内沢本郷会館

②11月12日(火) 11時～12時
阿仁公民館

③11月15日(金) 10時30分～11時30分
森吉公民館

④11月19日(火) 11時～12時
交流センター

⑤11月25日(月) 10時～11時30分
松ヶ丘児童館

※お好きな会場へお越しください。

17 広報きたあきた 2024.11

※各事業は状況により延期または中止になる場合があります。詳細については直接お問い合わせください。

16 広報きたあきた 2024.11