



健康

■心の健康づくり講演会

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 12月2日(火) 13時30～15時

場所 保健センター

テーマ 「つながりの中、生きる」

講師 秋田市大森山動物園 名誉園長 小松 守さん

※開催日の**1週間前**までにお申し込みください。

※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。

問申 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■すこやか健康講座

毎日を元気に過ごすために健康講座を開催します。ぜひご参加ください。

日時 12月12日(金) 13時30分～15時

場所 保健センター

テーマ 「がんと栄養～生活習慣を見直して生活習慣病予防をしよう!～」

講師 秋田大学医学部附属病院 栄養管理部 栄養士長 嶋崎 真樹子さん

※バス送迎あり(合川・森吉・阿仁方面、各定員26人)

問申 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、様々な悩みを語り合いませんか?

▷サロン「えがお」前田公民館

日時 11月10日(月) 10時～14時

▷サロン「お茶っこ」阿仁公民館

日時 11月11日(火) 10時～12時

▷サロン「あんず」交流センター

日時 11月18日(火) 11時～14時

▷サロン「すかっと」森吉公民館

日時 11月21日(金) 10時～14時

▷サロン「梅っこ」合川公民館

日時 11月24日(月) 10時30分～14時

問申 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

こども

■母子健康手帳交付

月日 11月10、17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

※事前予約制です。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60分程度かかります。

問申 こども課母子保健係 ☎62-6681

■助産師相談室

「あのね、助産師さん」

月日 11月10、17日(各月曜日)

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対面に対応します

問申 こども課母子保健係 ☎62-6681

■おいDAY

月日 11月10、17日(各月曜日)

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

問申 こども課母子保健係 ☎62-6681

■マタニティ教室

【C:子育て体験コース】

日時 11月15日(土)

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 ▶パパ&ママ沐浴体験
▶パパ妊婦体験ジャケット試着
▶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。

問申 こども課母子保健係

☎62-6681



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)

※要支援、フレイル状態の方優先。

日程 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など(筋力強化トレーニングではありません)

申込締切 11月10日(月)

問申 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■若者の生きる支援講演会

日時 11月12日(水)

13時30分～15時30分

場所 保健センター

テーマ 「若者の居場所と地域づくり」

講師 秋田大学大学院医学系研究科 地域心身医療学講座助教 特定非営利活動法人光希屋(家)

ひきこもり・若者自立支援センター「ふらっと」代表

ロザリン・ヨンさん

申込締切 11月7日(金)

問申 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■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17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。

問申 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■心のふれあい相談員養成講座/フォローアップ講座(全3回)

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べます。

日程・内容

①11月20日(木) 13時30分～15時

…「こころのふれあい相談員とは」

「傾聴の基本」

②11月27日(木) 13時30分～15時30分

…「よく聴くために」

講師 寺田心理教育研究所代表 寺田 誠さん

③12月4日(木) 13時30分～15時30分

…「地域で共に生きる」

※新規受講者で3回すべて受講した方には認定証を発行します。

問申 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20日(木)

時間 15時～16時(受付14時30分～)

場所 北秋田保健所

※**前日10時**までに予約してください。

問申 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27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)

問申 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

献血日程のご案内

月 日	時 間	実施場所
11月20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



令和8年4月からの保育所等への
入所申し込みを開始します

保育所等の入所には「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8年度入所等のしおり**」をご覧ください。

申込期間：11月4日(火)～28日(金)

■ 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

※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。



▲ホームページ
保育施設等への入所

問申 こども課こども応援係 ☎62-6638

子育て仲間のしゃべり場
「ほーっとサロン」に
参加してみませんか?



「完璧な親なんていない みんな子育て頑張っている/こどもの成長を感じた瞬間って、本当に幸せですよね。でも、成長と同時に新しい悩みや不安も出てきませんか。子育て中の保護者同士で「ノーバディズ・パーフェクト・プログラム」を基におしゃべりしましょう。きっと自分に合った子育てが見つかるはずですよ。」

日 程	時 間	場 所
①11月10日(月)	10時30分～11時30分	保健センター (おいDAY同時開催)
②11月17日(月)		

●対象者 就学前のお子さんの保護者

●募集締切 11月6日(木)

※託児あり・参加無料

※開始5分前までにお越しください。

(途中参加も可能)

※両日または1日のみの参加も可能です。

問申 こども課子育て相談係 ☎84-8778

✉kosodate@city.kitaakita.akita.jp



▲電子申請
はこちら