



こども

■母子健康手帳交付

月日 5月11、18、25日、6月1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
※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。
☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6681

■助産師相談室「あのね、助産師さん」

月日 5月11、18、25日、6月1日
(各月曜日)
時間 10時～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。
☎ 子育て課母子保健係 ☎62-6681

■おいDAY

月日 5月11、18、25日、6月1日
(各月曜日)
時間 10時～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。

6月1日はクッキングDAY!

10時30分から、管理栄養士が離乳食に役立つ煮干しのだしの取り方を紹介
☎ 子育て課母子保健係 ☎62-6681

■マタニティ教室【A:トークコース】

日時 5月18日(月) 10時～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 赤ちゃんの抱っことお着替え体験
持ち物 母子手帳、筆記用具
※1週間前までに申し込みください。
☎ 子育て課母子保健係 ☎62-6681

健康

■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?話すことで気持ちが少しでも楽になってほしい「場づくり」の会です。(個人情報はお守りいたします)
日時 5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)
☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■いのちとこころの個別相談

誰にも相談できず、ひとりで悩んでいますか? つらい気持ちを少しでも話してみませんか?
日時 5月22日(金) 13時30分～15時30分
場所 交流センター
内容 臨床心理士による個別相談です。個人の秘密は厳守しますので、ご安心ください。ご本人以外にも、ご家族や支えている方からの相談もお受けします。
※相談がある方は、電話予約のうえお越しください。
☎ 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」づくり始めませんか?
日時 5月25日(月) 9時～18時
場所 保健センター
※所要時間は15分程度です。ご都合のよい時間にお越しください。
※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。
☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666



■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 7月～9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
※筋力強化トレーニングではありません。
申込締切 5月13日(水)
☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■フレイル健診

フレイルとは「健康」と「要介護」の中間の状態です。この健診で心身の軽微な衰えを早期発見できます。
対象 65歳以上で要介護認定を受けていない方
内容 問診、筋肉量、歩行速度測定、口腔状態チェック、保健師によるアドバイスなど
月日・会場(いずれかをお選びください)

- ① 5月11日(月) 四季美館
 - ② 5月13日(水) 阿仁公民館
 - ③ 5月25日(月) 大阿仁出張所
 - ④ 5月28日(木) 合川公民館
 - ⑤ 6月10日(水) 市民ふれあいプラザ
 - ⑥ 6月12日(金) 森吉公民館
 - ⑦ 6月15日(月) 市民ふれあいプラザ
- 受付時間 13時～
健診時間 13時30分～15時30分
定員 各30人
申込締切 各開催日の10日前まで
☎ 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「お茶っこ」 阿仁公民館
日時 5月12日(火) 10時～12時
▷ サロン「すかつと」 森吉公民館
日時 5月15日(金) 10時～14時
▷ サロン「えがお」 前田公民館
日時 5月18日(月) 10時～14時
▷ サロン「梅っこ」 合川公民館
日時 5月25日(月) 10時30分～14時
☎ 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
5月10日(日)	10時～11時30分	いとく鷹巣ショッピングセンター
	13時～16時	
5月13日(水)	13時30分～14時15分	マルテー刷毛ローラー製造(株)秋田工場
	15時～16時15分	市役所森吉庁舎

【注目】通年で制服等の提供を受け付けています!



使わなくなった制服等ありましたら、ぜひご提供ください。

- 回収する品目 市内の中学校、東北の高等学校等の制服(夏用・冬用)/校章/ボタン/ネクタイ/リボン/スカーフ/学校指定のジャージ、半袖、短パン/柔道着(体育授業用)、習字、絵の具、彫刻刀、裁縫の各セット(汚れないもの)
※制服はご家庭で洗濯済みのものに限りです。
- 回収期間 通年(平日9時～17時)
- 回収場所 子育て課子育て相談係(本庁舎1階9番窓口) 合川・森吉・阿仁総合窓口センター
☎ 子育て課子育て相談係 ☎84-8778

【注目】「民生委員・児童委員」募集しています!

あなたの経験を 地域のために 活かしませんか?

- 民生委員・児童委員とは 地域の身近な相談相手として、高齢者や子育て世帯などの見守りや相談支援を行い、必要な福祉サービスにつなぐ重要な役割を担っています。地域福祉の推進のため、活動にご理解と意欲のある方を募集しています。
- 民生委員・児童委員、主任児童委員に新たになられた方 (任期:令和10年11月30日まで)
【鷹巣地区】 南鷹巣(11～20班) ……和田 昭子
南鷹巣(21～23班)、西陣場岱 ……伊藤 美穂子
【合川地区】 芹沢 ……金田 江里子
主任児童委員 ……工藤 尚子
- 欠員が生じている地区～委員を募集中です～



- 【鷹巣地区】 元町(7-13)・下家下・平成町、中岱・幸町・内幸町・小中岱、住吉町(1-6)、松葉町(1-7)・北家後・掛泥向、松葉町(8-13)、東横町(1-2、7-9、12)、東横町(3-6、10-11)、あけぼの町(前綱)、あけぼの町(中綱)、太田、岩谷・二本杉、糠沢南部・向黒沢・旭ヶ丘団地、大堤、田中、新田中一部・南田中、高野尻・高野尻団地、脇神・上野、藤株・小摩当・南陣場岱、舟場、葛黒・門ヶ沢、深閑
- 【合川地区】 上杉北、合川4・6丁目、松ヶ丘4-6区、八幡岱・林岱、美栄、増沢、杉山田・雪田
- 【森吉地区】 浦田・寄延
- 【阿仁地区】 畑町・荒瀬川、萱草・伏影・笑内、幸屋・鳥坂・岩野目、新中・比立内

☎ 福祉課地域障がい福祉係 ☎62-6637