

格闘技エクササイズ

39歳までのかたを優先します。全身の筋力強化とシェイプアップをめざしましょう！**日時**▶2月26日(水)、3月4日(水)、19:00~20:30
会場▶中央市民SC多目的ホール(市役所3階) **先着**▶20人
申込▶2月10日(月)12:00から生涯学習室☎(888)5810

スロージョギング®講演会&講習会

秋田市地域づくり交付金対象事業。会場は中央市民SC(市役所3階)。申し込みは、秋田GSNスロージョギングクラブの多田さん。☎080-1830-0918



◆スロージョギング®講演会

東京マラソンで「夫婦で走った最も速いフルマラソン」ギネス記録を達成した、佐藤健太さんと佐藤紀子さんによる講演。先着40人。

日時▶3月7日(土)14:00~16:00

◆日本スロージョギング協会

ベーシック資格者認定講習会

未経験者や年配のかたも大歓迎！講習終了後は、イベントサポートスタッフとして活動していただきます。

日時▶3月8日(日)9:00~14:30

受講料▶10,000円 **受験料**▶3,000円 **申込期限**▶2月29日(土)

飼い主のいない猫TNR

秋田市地域づくり交付金対象事業。地域と飼い主のいない猫の共生をめざし、不妊去勢手術の技術がある獣医師と動物愛護団体を招き、TNRを実施します。詳しくはお問い合わせください。

日時▶3月5日(木)10:00~16:00

会場▶遊学舎 **参加費**▶5,000円

定員▶100人 **申込**▶2月8日(土)から3月4日(水)まで秋田TNR実行委員会の佐藤さん

☎090-8785-5698

*T=Trap「捕獲」、N=Neuter「不妊去勢手術」、R=Return「元の所に戻す」の意味。

対象▶30~49歳の女性のかた★先着▶24人

ビューティーヘルスセミナー

日時▶3月11日(水)18:30~20:30

会場▶中央市民SC洋室4(市役所3階)

受講
無料



お仕事帰りに「なりたい私、への第一歩を踏み出してみませんか。内容は「細いだけじゃない！魅力的な私をつくる食事術」と「体幹トレーニングでメリハリボディを手に入れよう！」。

申込▶電話かEメールで、2月10日(月)8:30から保健予防課へ。
☎(883)1178/Eメール ro-hlpr@city.akita.akita.jp

市立病院の各種教室

中止になりました

問▶市立病院☎(823)4171

みんなの掲示板③

■(公社)秋田被害者支援センターのボランティア支援員を募集

犯罪や交通事故の被害者、ご遺族などへ、電話相談などで精神的支援を行うボランティアです。今年4月から行う延べ約100時間の研修を受けていただきます。

申込▶募集資格や選考方法など、詳しくは、同センター事務局へお問い合わせください。申込締切は2月28日(金)。☎(893)5935

■プリントネクスト2020

全国の印刷業界若手経営者が、秋田の特徴や文化などを調べ、事業創出の企画を発表します。基調講演は、中小企業庁の前田泰宏長官による「0次産業革命について」。

日時▶2月15日(土)13:00~
会場▶文化会館 問▶実行委員会の熊谷さん☎090-7075-3703

■わかさ相談電話

少年の悩みや心配事について。

日時▶平日の9:00~12:00(月曜のみ10:00~)、13:00~16:00

相談電話▶(884)3868

*アルヴェ5階の少年指導センターでは、来所相談にも応じます。

■自死・災害死などの突然死による遺族の集い「コスモスの会」

日時▶2月15日(土)13:00~16:00(個人ケアは要予約で15:20~)

会場▶県社会福祉会館(旭北)

お茶代▶300円 問▶秋田グリーンケア研究会☎080-5000-8706

■ふれあい法律相談 笈川正典弁護士が応じます。申し込みは、1つの相談につき年度内1回まで。

日時▶2月17日(月)10:00~12:00
会場▶市老人福祉センター(八橋)

先着▶6人(初めてのかたを優先)

申込▶2月7日(金)10:00から14日(金)まで市社協ふれあい福祉相談センター☎(863)6006

■難病ふれあい相談会 理学療法士による講演や医療相談など。

日時▶2月22日(土)9:55~14:30

会場▶県社会福祉会館(旭北)

申込▶2月14日(金)までに、住所、氏名、電話番号を秋田県難病団体連絡協議会へお知らせください。

☎(823)6233・FAX(824)4627

■相続セミナー&相談会

日時▶2月22日(土)。セミナーは13:30~15:00、相談会は14:00~16:00

会場▶文化会館4階会議室 問▶秋田県司法書士会☎(824)0187

■文中「SC」はサービスセンターの略。

催し

図書館のお仕事たいけん

児童コーナーの本の整理、おすすめの本の展示コーナー作り、絵本や紙芝居の読み聞かせを体験！

対象▶小学4～6年生

日時▶2月23日(日)9:30～12:00

会場▶ほくとライブラリー 明徳館

定員▶10人 持ち物▶エプロン

申込▶2月9日(日)9:00から明徳館 ☎(832)9220

オーパスへGO!

太平山スキー場オーパスでお待ちしています！ ☎(827)2221

◆オーパスチッコデー

2月9日(日)11:30～12:00、小学生以下のお子さん向けのお楽しみイベントを開催！先着50人。

◆スキーこどもの日

2月16日(日)は、小学生以下のお子さんのリフト1日券が半額の520円に！

*オーパスの催しは、積雪状況などにより、変更となる場合があります。詳しくは、オーパスのホームページでご確認を。

<http://www.theboon.net/opas/>

親子で楽しむあそびの世界

カードゲームやボードゲームなどのアナログゲームを楽しみます。

対象▶4歳～小学2年生と保護者

日時▶3月7日(土)10:00～11:30

会場▶中央市民SC和室1～3(市役所3階) 先着▶12組

申込▶2月10日(月)8:30から生涯学習室 ☎(888)5810

文化講演会へどうぞ

◆ウェスター文化講演会

講師は、秋田総合科学センターの

延期となりました

民SC3階ホール 問▶西部地域住民自治協議会 ☎(828)4217

◆いーぱる文化講演会 講師は、秋田大学グローバルコミュニケーション

中止となりました

民SC3階ホール 定員▶150人 問▶東部地域づくり協議会 ☎(853)1683

河辺・雄和の民俗資料を展示

時間▶8:30～17:15

問▶文化振興課 ☎(888)5607

*観覧は平日のみです。

◆旧雄和ふるさとセンター収蔵資料の展示＝期間▶2月26日(水)まで

会場▶雄和市民SC1階ロビー 展示内容▶「灯明具」に関する資料

◆旧河辺農林漁業資料館収蔵資料の展示＝期間▶2月12日(水)から

3月4日(水)まで 会場▶河辺市民SC1階ロビー 展示内容▶「昔の

暮らし」に関する資料

みんなの掲示板②

■ときめきフリーマーケット

手作り雑貨や古着、小物の販売。

日時▶2月9日(日)10:00～14:30

会場▶さきがけホール(秋田魁新報社1階) 問▶NPO法人秋田21女性の会 ☎090-2985-0598

■秋田特選落語会・林家きく磨独演会

日時▶2月11日(火)15:00～

会場▶アルヴェ1階音楽交流室D

入場料(全席自由)▶前売券2,500円、当日券3,000円

前売券販売所▶caoca広場

定員▶100人(乳幼児の同伴不可)

問▶同落語会 ☎090-3469-0199

■卸売市場開放デー

水産物や青果、花きを特別販売！

日時▶2月15日(土)9:00～12:00

会場▶卸売市場(外旭川) 問▶あきた市場マネジメント ☎(869)5294

案内・健康

コミュニケーションカフェ

上手に自分の気持ちを伝える「アサーティブ」を学びます。今回のテーマは「苦手な相手に『NO』と言えますか」。

日時▶2月22日(土)13:30～15:00

会場▶中央市民SC洋室2・3(市役所3階) お茶代▶100円

先着▶20人

申込▶生活総務課 ☎(888)5650

Look!

市政番組今月のオススメ

15分番組「わがまち大好き秋田市長です」

～秋田市の新しい、伝統工芸～

▶2/16(日)放送

伝統工芸の新たな可能性に挑戦している2組を紹介します！

秋田銀線細工でオリジナルブランド「銀線小町」を立ち上げた女性3人と、

クスツと笑える土人形「真坂人形」(左写真)の人形師が出演します。ぜひご覧ください！



テレビ	5分番組	ABS「こんにちは秋田市から」	日 11:40～ 日 11:55～
		AAB「いきいき秋田市から」	月 15:45～ 水 15:45～
		AKT「こんばんは秋田市から」	水 22:54～
*5分番組は秋田ケーブルテレビでも放送しています。			
15分番組	ABS「わがまち大好き秋田市長です」(手話通訳放送)	2/16 日 11:40～11:55	
ラジオ		エフエム秋田「秋田市マンデー555」	月 17:55～
		ABS ラジオ「秋田市今週のいちネタ」	火 10:30～
		エフエム橋台「午後スタ」	水 13:20～

*最新の情報は、広報広聴課ホームページで。☎(888)5471 <https://www.city.akita.lg.jp> ■広報ID番号 1001367