

日時 4月29日(金)▶5月8日(日) 10:00~18:50

会場 秋田公立美術大学サテライトセンター(フォンテAKITA6階)

観覧  
無料

秋田公立美術大学と秋田洋上風力発電株式会社による、秋田における「風」と「まち」の関係性をめぐるリサーチプロジェクトの成果展示を行います。

問い合わせ▶秋田公立美術大学景観デザイン専攻☎(838)0349

## 地域型はつらつくらぶ

介護予防体操などを行います。

①会場が榎山地区コミュニティセンター 対象▶中通・榎山・南通の各地区に住む65歳以上のかた  
日時▶6月から来年3月までの毎月第1木曜、13:00~15:00  
定員▶18人

②会場が河辺岩見三内地区コミュニティセンター 対象▶河辺地域に住む65歳以上のかた 日時▶6月から来年3月までの毎月第1木曜、10:00~11:30 定員▶18人

③会場が寺内地区コミュニティセンター 対象▶土崎港南・将軍野南・寺内・八橋字イサノの各地区に住む65歳以上のかた 日時▶6月から来年3月までの毎月第1月曜、10:00~11:30 定員▶18人

①~③の申込▶ジョイリハ秋田寺内の安楽さん☎080-4138-8034

④会場が東地区コミュニティセンター 対象▶65歳以上の介助なしで参加できるかた 会場▶東地区コミュニティセンター

日時▶6月から来年3月までの毎月第3金曜、13:30~15:00  
先着▶20人

④の申込▶4月18日(月)10:00から28日(木)までに広面地域包括支援センター桜の園☎(853)7240

## 食生活健康相談

日時▶5月13日(金)9:30~16:30 (1人50分程度) 会場▶市保健所(八橋) 先着▶5人(相談内容によって対応できない場合あり)

申込▶4月18日(月)8:30から保健予防課☎(883)1178

# はつらつ くらぶで 介護予防!



水中運動やストレッチ、筋力トレーニングなど、介護予防に役立つ運動を行います。運動後は各施設で入浴もできます。送迎バスの乗車場所は下表をご覧ください。

### 対象

65歳以上で、介護者なしで参加できるかた。着替えなどが自立していて、原則6回すべての実施日に参加できることが条件です

### 時間

10:00~15:00

### 参加費

1回420円(昼食は各自で)

### 定員

各20人(初参加を優先したうえで選考)

### 申し込み

4月22日(金)まで長寿福祉課☎(888)5668

### 会場

コースごとの実施日とバスのルート

### クアドロム ザ・ブーン

#### 第1コース

5月23日(月)・30日(月)、6月6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)

#### 第2コース

5月25日(水)、6月1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)・29日(水)

バス(第1・第2とも)=秋田駅東口▶会場

#### 第3コース

5月23日(月)、6月6日(月)・13日(月)・27日(月)、7月11日(月)・25日(月)

バス=NHK前▶マルダイ広面店前バス停▶ツルハ広面北店向かいバス停▶デイリーヤマザキ柳田川崎店前バス停▶会場

#### 第4コース

5月25日(水)、6月1日(水)・15日(水)・29日(水)、7月13日(水)・20日(水)

バス=雄和市民サービスセンター発~雄和地区▶和田地区▶大張野地区▶岩見地区▶会場

### ユフォーレ

20・21頁に掲載した内容は、新型コロナウイルスの影響により、中止・変更になる場合がありますので、実施の有無は、事前に主催者にご確認ください。また、会場ではマスクを着用するなど、感染予防にご協力願います

■文中「SC」はサービスセンターの略。

## 案内・健康

### 秋田市観光案内人を募集！

5月下旬に4日間の養成講座があります。興味のあるかたは、ぜひどうぞ！

申込▶往復はがきに、住所、氏名、電話番号を書いて、5月6日(金)までに、

〒010-0921 大町一丁目2-37  
秋田観光コンベンション協会内  
秋田市観光案内人の会事務局  
問▶☎090-9038-1826

### 職業訓練校の訓練生募集！

対象は、雇用保険の被保険者または労災保険の特別加入者(一人親方)など。申し込みは、秋田中央職業訓練協会(寺内)へ。

☎(863)6408

#### ①塑性加工科(建築板金)

期間▶月4回で2年間 受講料▶年12,000円と入校料2,000円(なお、勤務先の事業者負担金として年12,000円が必要です)

#### ②木造建築科

期間▶5月から9月までの第2・第4金曜に10回

受講料▶15,000円

### サンライフへGO！

対象は19歳以上のかた。会場はサンライフ秋田。申し込みは、4月16日(土)10:00からサンライフ秋田へ。☎(863)1391

#### ①アクアリラックス

水中での軽運動。

日時▶5月6日(金)・13日(金)・20日(金)、9:15~10:30

受講料▶2,355円 定員▶25人

#### ②背骨コンディショニング

背骨のゆがみを整える運動。

日時▶5月8日(日)・15日(日)・22日(日)、10:00~11:30 受講料など▶4,390円 定員▶20人

### ザ・ブーン健康増進教室

会場はクアドームザ・ブーン。いずれも10:50~12:15にストレッチ&水中歩行、12:30~13:30に水泳を行います。

◆1日コース 5月10日(火)から31日(火)までの毎週火・金曜。受

講料(入館料別)各600円。

#### ◆秋田駅東口から9:45発のバス送迎付きコース(要申込)

5月13日(金)・20日(金)・27日(金)。受講料(入館料込)各1,120円。申込▶4月22日(金)9:00からザ・ブーン☎(827)2301

### バレトンレッスン

フィットネス・バレエ・ヨガの要素を融合したエクササイズ(バレトン)を行います。

対象▶18歳以上のかた 日時▶5月10日(火)・17日(火)・24日(火)、11:00~12:00 会場▶一つ森コミュニティ体育館 先着▶15人

申込▶4月18日(月)10:00から一つ森コミュニティ体育館

☎(831)8300

### いきいきサロン

タオルを使った健康体操。動きやすい服装でお越しください。

対象▶65歳以上のかた

日時▶4月22日(金)10:00~12:00

会場▶大森山老人と子どもの家

持ち物▶フェイスタオル

問▶☎(828)1651

感染症対策のため、当面の間、電話での相談となります

## 市民相談センター(市役所1階)の各種無料相談



要予約	法律▶金銭・契約・離婚・損害賠償など	相談日時	5/6(金)・12(木)・19(木)・26(木)、9:00~12:00	4/19(火)8:30から市民相談センターへ電話でご予約ください。定員各6人。 ☎(888)5646  *「要予約」の相談利用は、同一年度内に1人各1回までです。
	行政書士▶許認可申請・行政手続き全般	相談日時	5/6(金)13:00~16:00	
	司法書士▶登記・相続・成年後見制度など	相談日時	5/10(火)・24(火)、13:00~16:00	
	年金・社保▶年金・労働相談など	相談日時	5/13(金)13:00~16:00	
	公証人▶公正証書(遺言など)	相談日時	5/17(火)9:00~12:00	
	税務▶贈与税、相続税など	相談日時	5/17(火)13:00~16:00	
予約不要	行政▶行政全般への苦情、要望	相談日時	5/11(水)13:00~16:00	市民相談センターへ電話(15:30で受付終了)。先着各6人
	人権・困りごと▶いじめ・虐待など	相談日時	5/12(木)13:00~16:00	