

紅ほっぺ♡

オススメです!
((穂積市長))

完熟 イチゴ 召し上がれ♡

お知らせ お楽しみ

園芸振興センターのイチゴは今が旬!
研修生のみなさんが一粒一粒真心こめて
栽培しています(12ページにミニ特集)

- 2 消費者トラブルにご用心
- 6 市役所からのお知らせ
- 8 井戸端市民通信
- 10 育児/情報チャンネルa

みんなで
ごみ減量

環境都市推進課
☎(888)5706

令和7年1月の1人1日当たりの家庭系ごみ
排出量(資源化物・水銀含有ごみを除く)=

496
グラム

▶令和6年4月~令和7年1月の排出量累計から算出

令和7年度
(2025)
までの
減量目標
480グラム

悪質商法にご注意!



秋田市消費生活センター
☎(0188)5648

少しでも不安に思ったらすぐにご相談ください!

毎日のように報道される消費者トラブル。「自分は大丈夫と思っていないませんか? うまいもうけ話には落とし穴があります。「こんなはずじゃなかった!」となる前に、その特徴や気を付けるべきポイントなどを知っておきましょう!

消費者トラブル事例と対策ポイント



訪問購入

事例▶「何でも買い取る」という訪問業者。「貴金属も見せて」と言われ、指輪の査定をお願いした間、一瞬席を外したところそのまま持ち逃げされた…

- ▶突然訪問してきた購入業者は家に入れない
- ▶電話がかかってきても、安易に訪問を承諾しない
- ▶訪問を承諾した場合は、一人に対応しない、業者から絶対に目を離さない



電気・ガスの契約トラブル

事例▶現在、契約している電力会社を名乗る業者から電話がかかってきた。その会社の安いプランへ変更するつもりで申し込んだところ、まったく別業者との契約だった…

- ▶検針票の記載情報は慎重に取り扱い、情報を聞かれてもすぐに教えない
- ▶大手電力・ガス会社を名乗るケースも。連絡先や会社名をよく確認!



インターネット通販

申し込み前に最終確認画面で契約条件をチェック! スクリーンショット機能で画面を保存しておきましょう

- 定期購入を条件としていないか
- 定期購入が条件の場合、期間や回数が決めていないか
- 支払うことになる総額
- 解約・返品はできるか
- 解約時の連絡方法
- お届け予定日や利用規約の内容



副業トラブル

事例▶「簡単にもうかる」というインターネット広告を見て申し込んだ。電子マニュアルが必要と言われ、高額だったが契約した。マニュアルどおりに仕事してももうからず、借金だけが残った…

- ▶「簡単にもうかる」「楽して高収入」などの広告に注意!

有名企業を装った不審なメール

事例▶有名企業を装ったメールから、偽のウェブサイトに誘導され情報が盗まれた…

SMS(ショートメッセージ)やメールを見るとき



- ▶普段利用している事業者からでも、まず事例のようなフィッシング詐欺を疑う
- ▶添付されているホームページアドレスにはアクセスせず、正規のサイトのアドレスや正規のアプリからアクセスする
- ▶少しでも不安に思ったら、事業者などの正規のサイトでフィッシング詐欺に関する情報がないか確認する

フィッシング詐欺サイトに情報を入力してしまった場合



- ▶同じID・パスワードなどを使い回しているサービスを含め、すぐに変更する
- ▶クレジットカード会社や金融機関などに連絡する

日頃から対策を!

- ▶セキュリティソフトや携帯電話会社の対策サービスなどを活用する
- ▶ID・パスワードの使い回しをしない
- ▶クレジットカードやキャリア決済などの利用明細はこまめに確認する

そのまはらあり!

巧妙な手口にだまされない! 特殊詐欺など

犯罪に巻き込まれないためにも
不安を感じたらすぐにご相談を!

警察相談専用電話

☎ #9110

■SNS型ロマンス詐欺

SNSなどで連絡を重ね、恋愛感情や親近感を抱かせてお金をだまし取る。

→ 会ったことがない人からの、お金の話や投資の誘いは要注意!



■SNS型投資詐欺

ウソの投資広告などでSNSに誘導し、メッセージにより投資を勧めお金をだまし取る。

→ 投資先が実在しているか、また、国の登録事業者であるか、著名人のなりすましでないかなどを確認!



■キャッシュカード詐欺盗

警察官などを装い、キャッシュカードが不正利用されているなどの名目でカードを準備させ、隙を見てすり替えるなどして盗み取る。

→ 警察官、銀行協会などの職員が、暗証番号を聞いたりキャッシュカードを封筒に入れさせることはありません!



■架空料金請求詐欺

未払い料金があるなどと架空の事実を口実に、お金をだまし取る。

→ 「未納料金の支払い」「パソコンのセキュリティ費用」などの名目で、コンビニなどでプリペイドカードを購入させることはありません!



■還付金詐欺

「市の保険課です」「年金事務所です」と装い、お金を受け取れるからとATMを操作させ、犯人側の口座にお金を振り込ませる。

→ 過払い金や還付金など、ATMでお金が返ってくることは絶対ありません!



相談員さん

消費生活 無料

出前講座

消費生活相談員が、悪質商法の最新手口や電話勧誘の対処方法など、ご希望のテーマでお話します。町内会、各種サークル、PTAなど、ぜひご活用ください!

詳しくは、秋田市消費生活センター(市民相談センター)へお問い合わせください。

あなたは
だまされ
やすい?

心理傾向チェック

次の15項目にそれぞれ点数をつけて、合計点を出してみましょう

- 1点:ほとんど当てはまらない
- 2点:あまり当てはまらない
- 3点:どちらともいえない
- 4点:やや当てはまる
- 5点:とても当てはまる



- () 拜まれるようお願いされると弱い
- () おだてに乗りやすい
- () 自信たっぷりと言われると納得してしまう
- () 見かけの良い人だとつい信じてしまう
- () 素敵な異性からの誘いだと断れない
- () マスコミで取り上げられた商品はすぐ試したくなる
- () 好きな有名人が勧める商品は買いたくなってしまう
- () 新しいダイエット法や美容法にはすぐにとびつく
- () 専門家や肩書きがすごい人の意見には従ってしまう
- () 無料や返金保証があるならいろいろ試してみたい
- () 資格や能力アップにはお金を惜しまない
- () 良いと思った募金にはすぐ応じている
- () 欲しいものは多少のリスクがあっても手に入れる
- () どんな相手からの電話でも最後まで聞く
- () 試着や試飲をしたために、つい買ってしまった

危険度が高いかたは要注意!

高	60点以上:約70%
50点台	:約50%
40点台	:約40%
30点台	:約30%
低	29点以下:約25%

危険度

「性格的に自分は被害に遭わない」と思える人でも、油断は禁物!

*記事は、消費者庁ホームページ、警察庁ホームページなどを参考にしました。



高齢者にやさしい都市をめざして

令和6年度秋田市エイジフレンドリーパートナー表彰

「エイジフレンドリーパートナー」は、エイジフレンドリーシティ(高齢者にやさしい都市)の実現に向けて、民間の立場から取り組みを推進する事業者・団体などを登録する制度で、中でも優れた取り組みを行っている事業者を毎年表彰しています。

令和6年度は、次の事業者を表彰しました。おめでとございます。

問▶長寿福祉課 ☎(888)5666

1月31日の表彰式



受賞団体と取り組み概要

【最優秀賞】

▼生活協同組合コープあきた
少量に分けた販売や商品掲示の見やすさへの配慮のほか、小型買い物バスを導入し、買い物支援を行っています。また、救急救命などの講習を行い、地域の安全安心な環境づくりに貢献しています

【優秀賞】

▼イオン東北株式会社

秋田事業部イオン土崎港店
動線のバリアフリー化や休憩スペースの拡充のほか、健康教室の開催、地域の協議体への参加などで地域連携を図っています

▼株式会社山田相談薬局

駐車場位置への配慮や店内休憩スペースなどの設置のほか、骨密度測定を実施し、介護予防の意識付けを推進しています

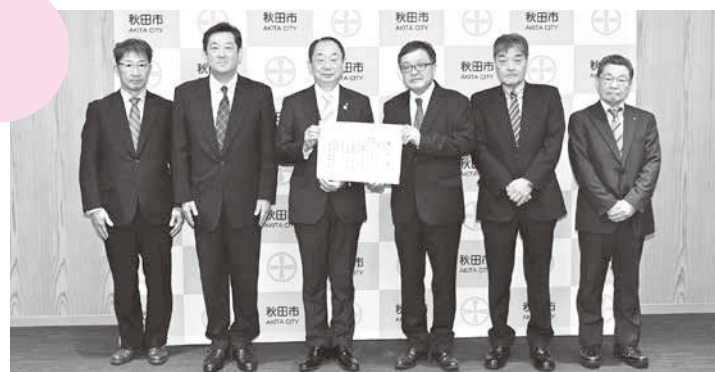
【エイジフレンドリー賞】

▼旭建設株式会社

花壇の整備を通じた住民との積極的な交流など、地域貢献活動を行っています

▼株式会社岡精組

職場のバリアフリー化や、パートナーとしての取り組みを社内に掲示し、意識向上を図っています



1月22日の感謝状贈呈式

能登半島地震における 水道事業復興支援者に 感謝状を贈呈

令和6年能登半島地震により発生した、石川県珠洲市の断水解消のため、水道管路などの応急復旧や漏水調査を行い、被災地の水道事業の復興に多大な貢献をした秋田管工事業協同組合に感謝状をお贈りしました。ご協力ありがとうございました。

問▶上下水道局総務課

☎(823)8434

秋田市緑化功労者表彰 緑あふれるまちづくりに尽力



1月24日の表彰式

長年にわたる「緑の募金」や花壇植栽、樹木愛護などの緑化推進活動への功績を称え、次の1団体と6人のみなさんを表彰しました。おめでとございます。

問▶秋田市緑化推進委員会事務局

☎(829)0221

【団体表彰】

▼横森五丁目町内会(桜小)

【個人表彰】

▼小西勝治さん(将軍野)

▼菅原ゆり子さん(将軍野)

▼関賢次郎さん(外旭川)

▼阿部秀昭さん(下北手)

▼佐々木澄夫さん(雄和)

▼珍田澄夫さん(雄和)

*()内は地区協議会名です。

秋田市公式LINE 友だち登録 してネ!

登録は
コチラから↓



市公式LINE

【アイコン例】



- ・オンライン申請一覧
- ・届出・証明窓口混雑状況
- ・防災・緊急情報など

くらしに役立つ

情報を配信中!

- 受信設定から受け取る情報を選べます
- 防災 ■ごみ収集日 ■イベント
- 出会い・結婚支援 ■妊娠・出産
- 子育て ■秋田つ子まもるメール
- 健康・医療・福祉 ■税金・保険・年金
- 移住・定住など全21項目

問↓デジタル化推進本部

☎(0888)5491

ウェルカム! 誘致企業

企業立地雇用課 ☎(888)5733

株式会社 Lei Hau'oli
(本社：東京都)

- 業種▶情報処理(ソフトウェア業)
- 所在地▶秋田市、大仙市
- 従業員▶秋田市:操業時1人(将来13人)
大仙市:操業時1人(将来11人)



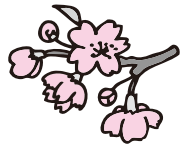
1月22日に行われた立地協定締結式。中央が株式会社Lei Hau'oliの鈴木陽平代表取締役社長、左が神部副知事、右が穂積市長

フリーテクノロジー株式会社
(本社：東京都)

- 業種▶情報処理(システム開発)
- 所在地▶秋田市
- 従業員▶操業時2人(将来13人)



1月23日に行われた立地協定締結式。中央がフリーテクノロジー(株)の丸山達也代表取締役、右が神部副知事、左が穂積市長



広々とした1階フロア



子育て交流ひろばも1階に



2月25日(火)から
1階フロアが利用できます

河辺市民サービスセンター リニューアル!

▼移転に伴う引越越し作業を、2月22日(土)から24日(月)まで行います。それに伴い、戸籍や埋火葬の届出には対応できませんので、市役所本庁舎や、西部・北部・雄和の各市民サービスセンターで手続きをお願いします

▼電話回線移転作業により、2月21日(金)午後5時15分から23日(日)午前8時30分まで、電話がつながりませんが、ご協力をお願いします

■リニューアルオープン

記念イベント

日時▶3月22日(土) 午前10時30分
会場▶河辺市民サービスセンター

3階地域文化ホール
式典に続き、河辺保育所の子どもたちの合唱、太鼓演奏、見学会を行います。直接会場へどうぞ。詳しくは市ホームページをご覧ください。

広報ID番号 1045099

3月24日(月)から31日(月)までの平日に、4月から貸し出しを再開する3階の貸館を見学できます。

問▶河辺市民サービスセンター

☎(0888)5221

●文中の「SC」はサービスセンターの略

◆2月24日(月)「振替休日」は、家庭ごみと資源化物を平常どおり収集します

収集日にあたっていている地区のかたはお忘れなく。

●問い合わせ 環境都市推進課

☎(888)5709

◆3月8日(土)、保守点検のため休館します。詳しくは各施設へお問い合わせください

▼南部市民SC別館(牛島)

☎(838)1212

▼北部市民SC ☎(845)2261

◆市税の休日窓口を開設します

市・県民税、固定資産税、軽自動車税(種別割)について、電話や納税課窓口での相談のほか、納付もお受けします。



日時▶3月1日(土)・2日(日)・8日(土)・9日(日)、午前8時30分～午後5時15分

会場▶市役所2階納税課

●問い合わせ

納税課 ☎(888)5481

福祉灯油購入費助成金の申請期限は2月末

対象は令和6年11月1日現在で秋田市に住民票があり、世帯全員

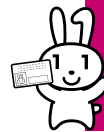
の令和6年度住民税が非課税の世帯です。対象と思われる世帯には、昨年12月に申請書類をお送りしています。

助成金は一世帯5千円。すでに受給している世帯は対象外です。

●問い合わせ 同助成金コールセンター ☎(803)0082(平日午前8時30分～午後5時15分)

マイナンバーカードの申請サポートを実施

無料で写真を撮影し、マイナンバーカードが申請できる申請サポートを次の日程で行います。健康保険証など本人確認書類をお持ちください。



【会場と日程】

時間は午前10時～正午、⑥のみ午後3時まで

- ①雄和市民SC…2月25日(火)
- ②東部市民SC…2月26日(水)
- ③北部市民SC…2月27日(木)
- ④南部市民SC…2月28日(金)
- ⑤西部市民SC…3月4日(火)
- ⑥フォンテAKITA A3階上リエ スカレーター付近…3月5日(水)
- ⑦南部市民SC別館(牛島) …3月6日(木)
- ⑧河辺総合福祉交流センター …3月7日(金)

*14歳以下のかたの申請には保護者が同行してください。なお、

1歳未満は顔写真が不要なため、申請サポート対象外です。市民課では、平日のほか、2月23日(日)、3月9日(日)・23日(日)の午前9時～午後4時30分にも行います。

●問い合わせ

市民課 ☎(888)5717

秋田市長選挙 立候補予定者説明会

4月6日(日)執行の秋田市長選挙の立候補予定者を対象に、立候補の届出に必要な手続き、選挙運動費用の公費負担制度などについて説明します。



日時▶3月4日(火)午前10時～正午(受け付けは午前9時)

会場▶市役所6階6・A会議室

●問い合わせ 選挙管理委員会事務局 ☎(888)5786

がん患者さんのウィッグ・乳房補正具の購入に助成

がん治療に伴うウィッグ(かつら)・乳房補正具を購入されたかたを対象に、購入費用の助成を行っています。

対象▶申請日時点で、秋田市に住民票があり、他の自治体の同じよう

な助成などを受けていないかた。購入日の属する年度および前年度に購入したものが助成対象です。令和5年度に購入したものは、令和6年度末までに申請が必要です。

助成上限額▶ウィッグ▶2万5千円、乳房補正具▶2万円

申請▶市保健所2階保健予防課、郵送、電子申請で。詳しくは市ホームページをご覧ください。

◆広報ID番号 1005753

●問い合わせ 保健予防課 ☎(883)1176

住宅の応急修理制度の申込期限は3月末

令和5年7月・9月豪雨被害のあった住宅の応急修理制度の申込期限は3月31日(月)です。なお、工事が今年3月31日までに完了するものに限り、対象▶住宅が準半壊以上の被害を受け、自らの資力では修理することが困難であるかた



対象工事▶居室・台所・トイレなど、日常生活に必要な不可欠な最小限度の部分の応急処置

限度額▶半壊以上▶70万6千円、準半壊▶34万3千円

申請窓口▶市役所4階都市総務課

●問い合わせ

都市総務課 ☎(888)5762



3月31日(月)をもって、下北手児童センターが閉館、太平児童室が閉室します
 長らくのご利用ありがとうございました。問い合わせ▶子ども福祉課☎(888)5694

HPVワクチンキャッチアップ接種の期間延長

HPV(子宮頸がん予防)ワクチンの接種機会を逃したかたへのキャッチアップ接種は令和6年度で終了する予定でしたが、次に該当するかたは接種期間が来年3月末まで延長されます。

①平成9年4月2日～21年4月1日生まれの女性

②令和4年4月1日から令和7年3月31日までに、HPVワクチンを1回以上接種しているかたのうち、全3回の接種が完了していないかた

*この期間外に接種しているかたは対象外です。

●問い合わせ
 健康管理課☎(883)1179

令和6年12月末現在
 ()内は前年同月比

令和6年度に
 移住した世帯数
141世帯(-17)

令和6年度に
 移住した人数
230人(-35)

県に移住希望登録をし
 秋田市へ移住したかた

人口減少・移住定住対策課
 ☎(888)5487

子ども福祉医療関係郵送用封筒への広告を募集

令和7年度の子ども福祉医療関係の書類を送る封筒に掲載する広告の

入札参加者を募集します。広告サイズは7cm×17cm以内。封筒の作成枚数は3万8千枚です。

詳しくは市ホームページ(2月21日(金)から公開)をご覧ください。お問い合わせください。

◆広報ID番号 1045299

入札日時▶3月19日(水)午後2時30分
 申込期限▶2月21日(金)から3月6日(木)まで

●問い合わせ

子ども福祉課☎(888)5691

食品表示を確認して食物アレルギーを防ごう

食物アレルギー



のおもな症状は、じんま疹、湿疹、下痢、嘔吐、腹痛、せき、呼吸困難などです。場合によっては、原因食品を食べてから30分以内にアナフィラキシーショック(全身発赤、呼吸困難、血圧低下、意識消失など)が起こり、重篤な症状となることがあります。

食物アレルギーを防ぐには、食物アレルギーを引き起こす物質である「アレルギー」を口に入れないことが基本ですが、加工食品は、アレルギーが含まれているか分からない場合もありますので、食品表示をよく確認しましょう。

卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生、くるみが微量でも含まれるときは、必ず表示することになっていますが、表示義務のないアレルギー物質もあります。

また、製造の際、原材料でなくとも、工場内の工程でアレルギー物質が混入することもあります。不安なときは、商品に記載された製造所やお客様相談室などにお問い合わせください。

●問い合わせ

衛生検査課☎(883)1181

【食品表示記載例】

名称	マカロニサラダ
原材料名	マカロニ(小麦・乳成分を含む)、キュウリ、ニンジン、タマネギ、マヨネーズ(卵を含む)、ハム、香辛料、食塩、砂糖、食酢
添加物	調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、カゼインNa(乳由来)、増粘多糖類、発色剤(亜硝酸Na)

原材料名、添加物欄の最後に、「(一部に○○・△△を含む)」のように、アレルギーがまとめて表示されている場合もあります。

チエックしてますか？ 栄養成分表示

加工食品などの包装に付いている「栄養成分表示」を参考にして、日々の健康づくりに役立ててみませんか。

▼1日あたりの食塩摂取目標量は男性7.5g未満、女性6.5g未満です(日本人の食事摂取基準2020年版)

▼今日からできる減塩のコツ
 ・めん類を食べるときはなるべくスープを残す(スープを全部残せば2〜3gの減塩)

・汁物を食べる回数を減らす

●問い合わせ

保健予防課☎(883)1178

【カップラーメンの表示記載例】

栄養成分表示 1食(78g)当たり	
エネルギー	454kcal
たんぱく質	13.3g
脂質	16.2g
炭水化物	63.7g
食塩相当量	6.7g
めん・かやく	3.0g
スープ	3.7g

ここに注目!

できることから
 少しずつはじめよう!

あなたの健康のために

今日からはじめる表示のチェック

確かめて、かしこく減塩

しょっぱいものは控えめに



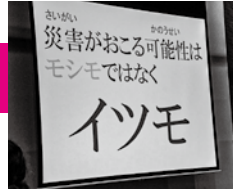
普段も使える防災用品の説明

教えてネ 地域のお話

外国人のみなさんも 防災対策は日頃から

災 害はいつ起きるか分かりません。緊急時、言葉や習慣の違いで適切な対応が難しい秋田市在住の外国人のかたに、正しい防災知識と備えを学んでもらおうと1月18日、アルヴェ2階多目的ホールで「秋田市日本語教室特別クラス『災害にそなえよう！』」が行われました。

日本語をうまく話せないかたが多く、講師を務めた日本赤十字秋田短期大学の及川真一さんは、身振り手振りを交えながら、簡単な日本語で、避難所での段ボールベッドの組み立てやテントの張り方、毛布を服のように着る方法などを解説。参加者は、グループごとに協力しながら、日頃からの備えの重要性を学んでいました。



災害への備えは「イツモ」



段ボールベッドの組み立て

毛布を着ました



カメラトピックス特別版 地域をつなぐ冬の風物詩

各地で行われている冬の行事。勇壮なもの、幻想的なものなど、その特色ある季節の風物詩は脈々と受け継がれ、地域のみなさんの絆を強めています。



仁井田火振りかまくら 1月15日

強風に負けず力強くグルングルン



あちや大川散歩道雪まつり 1月25日



三吉梵天祭 1月19日



例年の1月17日開催を、今年は試験的に日曜開催に

雪の少ない中、みんなで作ったミニかまくら



広報クイズは、毎月第3金曜日発行号に掲載しています。正解したかたの中から抽選で10人に図書カード1,000円分を差し上げます。

広報あきたや市政テレビ番組の感想などを添えて、ご応募ください。

Q1 3月15日一般公開される重要文化財●●寺。●に入る漢字は？

Q2 特殊詐欺などの警察相談専用電話の番号は#何番？

*答えは広報あきた2月7日号・21日号の記事中から探してね♪

応募方法（応募は1人1件です）

はがき、FAX、Eメールに、「広報クイズ」と明記し、答えと住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を書いて、3月3日（月）（必着）まで、〒010-8560 秋田市役所広報広聴課 FAX(888)5472 Eメール ro-plpb@city.akita.lg.jp

*採用された際、氏名の記載を希望しないかたは、ペンネームも忘れずにお書き添えください。

1月17日号の当選者（敬称略）

前回のクイズの答え

Q1 = 無形 Q2 = 25（日）

当選者 ▶ アカノ 福田（泉）、粕谷カナコ（泉）、キンちゃん（手形）、こたつみかん（桜）、小林暖大（添川）、佐藤則子（八橋）、高橋洋一（河辺）、照井美智子（寺内）、もも（泉）、山崎 浩（北手）

*応募件数187件で全員正解でした。



担当から

大みそかの夜、友人と千秋公園の除夜の鐘つきへ！鐘へと続く列を進むに連れて、大きくなるゴォ～んという音にドキドキしながら、「誰よりも大きな音を響かせるぞ！」と意気込んで、いよいよ巡ってきたそ

の時、撞木を大きく振りあげた瞬間、からだはその勢いに追いつけず…友人が撮ってくれた写真には、なんとも言えないへうぴり腰姿が（笑）。それでも、「おお～」という歓声に大満足♪ 気持ちよく新年を迎えられました（目）

読者の伝言板

ちよつと一息



● 降り過ぎると自然災害にもなる雪ですが、先日の早朝カーテンを開けたら、庭木の枝に積もった雪が「雪の花」のようにきれいでした（ひとり歩き大好き 72歳・新屋）

● 雪の降る道路状態が悪い日にバスに乗りました。女性の運転士さんが、乗客が降りるたびに「お気をつけて」と声をかけていました。思わず降りるときに「やさしい声かけありがとう」（はなまきる 57歳・東通）

● 冬ならではのイベントが盛りだくさんで、お出かけの計画にウキウキしています。発酵食品に興味があるので、関連する会場へごんごん足を運びたいです（はなまきる 57歳・東通）

● 自然科学学習館での学ぼうい（ほかぼか 50歳・桜台）

● 雪寄せは大変ですが、運動になり、ご近所さんと言葉を交わしたりもできるので、楽しみを見つけないが頑張っています。でもやはりあたたかな春が待ち遠しいです（あけやん 63歳・八橋）

● 今年も始まりました。今年こそはダイエットに成功して、食欲や膝の痛みなどとおさらばしたいです！そろそろ頑張るぞー（ちびまま 48歳・將軍野）

● ベント、今回も楽しそうだなと思いました。自分で情報検索するのは違い、それまで知らなかった情報を知り、興味関心を広げられるところが紙媒体の良さだと思っています。電子化やペーパーレスが進む時代ですが、紙には紙の良さがあると思うので広報もこのまま紙媒体で続いていくといいなと願っています（のくいと 41歳・広面）

ご希望のかたに「声の広報」を郵送します

視覚障がい者で希望するかたに、広報あきたを朗読し録音した「声の広報（CD）」を、月2回無料で郵送します。再生には、視覚障がい者用CD再生機が必要です。詳しくは広報広聴課へ。☎(888)5471・FAX(888)5472

なお、視覚障害2級以上で学齢児（おおむね小学生）以上のかたを対象に、視覚障がい者用CD再生機を1割負担（非課税のかたは無料）で購入できる制度もあります。詳しくは障がい福祉課へ。☎(888)5663・FAX(888)5664



離乳食教室

申し込みは各教室の前日まで、
右記コードを読み込んで。

問▶子ども健康課☎(883)1174

①初期(生後4~5か月ころのお子さん)

日時▶3月3日(月)10:30~11:20

②中期(生後6~7か月ころのお子さん)

日時▶3月3日(月)14:00~15:10

③後期(生後8~11か月ころのお子さん)

日時▶3月4日(火)10:30~11:40

①②③共通…会場▶市保健センター
(八橋) 先着▶①30組、②③各20組

子育てナビゲーターの巡回相談

妊婦さんや就学前のお子さんがある
ご家庭を対象に、子育ての悩みや保
育所入所などの相談に応じます。

★会場と日時…時間は10:00~12:00

北部子育て交流ひろば▶3月11日(火)

子ども広場▶3月12日(水)

問▶子育て相談支援課☎(887)5340

♪地域で育児♪

太字の()内はお子さんの
対象です。問い合わせ
先の◎は、各地区の主任
児童委員さんの印です。



★しゃぼんだま広場(就学前)

2月28日(金)10:00~11:30、四ツ
小屋児童センターで。ひなまつりお
楽しみ会♪

問▶◎伊藤さん☎090-9742-6340

★とんとんクラブ(就学前)

3月3日(月)10:00~11:30、下北手
児童センターで。お楽しみ会♪

問▶◎伊藤さん☎090-6683-1727

★ほっぺの会(就学前)

3月4日(火)9:45~11:30、仁井田
地区コミュニティセンターで。お別
れの会。妊婦さんどうぞ。保険料
1家族50円。申込▶開催日の3日前

までに◎内出さん

☎090-1666-6349

★子育てサロンわくわく(就園前)

3月4日(火)10:00~11:30、土崎南
児童センターで。

問▶◎田中さん☎080-5554-4053

★このゆびとまれ!(就園前)

3月4日(火)10:00~12:00、明徳児
童センターで。終了式。

問▶◎田中さん☎080-8218-0929

★すこやか広場あらやっこ(就園前)

3月7日(金)10:00~11:30、西部市
民SC2階和室で。出前保育「こんに
ちは広場」と閉講式。

問▶◎渡部さん☎(828)3649

★にこにこキッズ(就学前)

3月12日(水)10:00~11:00、寺内
児童センターで。まめおばさんの楽
しいおはなし会。

問▶◎鈴木さん☎(846)0081



1月28日、東部子育て交流ひろばの
「ぱるぱる工作」におじゃましました♪



仕上げは
私にまかせて!

節分グッズを作ったよ!

手遊び

お楽しみ♪

*スペースの都合などにより、「育児コーナー」に掲載依頼があったすべてを
掲載できない場合があります。ご了承ください。

プレマトーク

助産師を囲んで、妊娠・出産・子育てなどについておしゃべり♪

対象▶妊娠35週ころまでの妊婦さん

日時▶3月11日(火)10:00~11:00

会場▶市保健所(八橋)

先着▶5人

申込▶2月22日(土)から3月9日(日)まで上記コードを読み込んで

問▶子ども健康課☎(883)1175



プレマトーク

ベビーマッサージ

対象▶生後3~6か月のお子さんと保護者

会場▶中央市民SC和室(市役所3階)

日時▶3月13日(木)10:00~11:00

先着▶15組

申込▶3月4日(火)9:00から

右記コードを読み込んで

問▶中央市民SC☎(888)5652



中央子育て

お子さんの歯大切に

◆歯ッピーマウス

仕上げみがきの個別指導と歯科衛生士とのフリートーク。

対象▶1~3歳のお子さん

日時▶3月17日(月)10:00~11:30

会場▶市保健センター(八橋)

定員(抽選)▶6組

申込▶2月24日(月)から3月5日(水)まで上記コードを読み込んで

問▶子ども健康課☎(883)1174



歯ッピーマウス

◆2歳児歯科健診

受診期間▶2歳になった日から2歳6か月になる月の末日まで。なるべく2歳2か月になるまでに受けてください
受診場所▶協力歯科医療機関。2歳児歯科健診受診券と一緒に送付している協力医療機関名簿または市ホームページをご覧ください

(広報ID番号 1011810)

問▶子ども健康課☎(883)1174

◆歯の質を強くするフッ化物塗布

歯科医院で、無料で1回フッ化物を塗ってもらえる塗布受診券を交付しています。対象期間内で、転入などにより塗布受診券をお持ちでないかたはご連絡ください。

対象と受けられる期間▶1歳・3歳・4歳・5歳=それぞれの誕生日から6か月になる月の末日まで 2歳=2歳児歯科健診とあわせて実施します

問▶子ども健康課☎(883)1174

離乳食教室



離乳食の進め方や個別相談など。中期と後期は歯のお手入れ法も学びます。
太字の()内はお子さんの対象月齢。申

親子で遊ぼう!

「※」印=各市民SC内の施設が会場です。申込時にご確認ください

申=要申込の催して、申込開始日です

会場	催し(お子さんの対象)	内容 / 定員	日時
子育て交流室 (子育て相談支援課) ☎(887)5340	親子DEうたっチャオ(就学前)	生演奏で歌や手遊びを楽しもう	3/ 1(土)10:30~11:00
	ぴよんぴよん広場 (1歳7か月~就学前)	大きくなったね おめでとうの会/先着15組	3/ 6(木)10:30~11:15 申 2/26(水) 9:00~
	おはなし会(就学前)	絵本の読み聞かせ	3/11(火)10:30~11:00
	よちよち広場 (7か月~1歳6か月)	大きくなったね おめでとうの会/先着30組	3/13(木)10:30~11:15 申 3/ 5(水) 9:00~
中央子育て交流ひろば ☎(888)5652	ころころマカロンのおへや (0~1歳11か月)※	リズムふれあい遊びを楽しもう!/先着15組	3/ 6(木)10:00~10:20 申 2/25(火) 9:00~
東部子育て交流ひろば ☎(853)1082	ぱるぱる工作(就学前)※	手形を取ってメモリアルカードを作ろう/先着14組	3/ 4(火)10:30~10:50 申 2/25(火) 9:00~
	おはなしの部屋(就学前)	手遊びや絵本の読み聞かせ	3/ 6(木)10:30~10:45
	ぱるぱるルーム(就学前)	ふれあい遊びやシアター	3/11(火)10:30~10:50
西部子育て交流ひろば☎(826)9007	いちご・バナナるーむ(就学前)	大型紙相撲ごっこ	3/ 5(水)10:15~10:35
南部子育て交流ひろば ☎(838)1216	おはなしタイム(就学前)	絵本や紙芝居などの読み聞かせ	3/ 5(水)10:30~11:00
	ホールdeあそぼう おおきくなったね(就学前)※	親子フィットネス、木のおもちや、手形スタンプなど	3/13(木)10:00~11:00 申 3/ 6(木) 9:00~
雄和子育て交流ひろば ☎(886)5530	親子あそび ぐーちよきばあ(就学前)	パネルシアター「たべたいな!」やお誕生会など/当日先着10組	3/11(火)10:30~10:50
子ども広場 ☎(893)6075	スマイルベビー &キッズ(就学前)	保育あそび、はるラララ /先着15組	3/12(水)10:30~11:00 申 3/ 1(土) 10:00~
フォンテ文庫 ☎(893)6167	親子で英語inフォンテ文庫(0歳~小2)	英語での楽しいトークや読み聞かせ	3/ 1(土)11:15~11:45
	おはなし会(2~6歳)	大きな絵本や紙芝居など	3/ 8(土)11:30~12:00

完熟イチゴ 召し上がれ♥

園芸振興センターで、冬期の園芸作物として力を入れているイチゴ栽培。今が旬の"ひと粒"がさらにおいしくなりそうな、そんなミニ情報をお届けします！ 問い合わせ▶園芸振興センター☎(838)0278



「イチゴの魅力は
真つ赤な宝石が実つて
いるようなワクワク感」

新規就農研修生
佐藤公平さん

「こだわりは
完熟した本当のイチゴの味」
をお届けすること

専任指導員
山影博晶さん

イチゴの品種ラインナップ

* 甘さ・酸味・硬さの評価を最大5で表したものです。

ベリーポップすず

しっかり食感で甘さとコクあり！
甘さ：4 酸味：2 硬さ：4

スターナイト

糖度がシーズンを通して安定
&形がそろって風味豊か！
甘さ：5 酸味：4 硬さ：4

紅ほっぺ

人気の品種！ 大粒で、適度な酸味・糖度がGood！
甘さ：4 酸味：2 硬さ：3

やよいひめ

淡紅色で糖度が高く、酸味とのバランスがナイス！
甘さ：4 酸味：4 硬さ：5

買える場所

販売時期：12月中旬～5月下旬
おもに、下記JA直売所各店で購入できます。価格はだいたい500円～。生育状況により出荷日が異なります。販売状況はお問い合わせください。



いぶきの里
(上北手)

オススメです！

営業時間▶9:30～17:00
問い合わせ▶☎(874)8327



あぐりんなかいち
(中通)

営業時間▶10:00～17:30
(日曜休み)
問い合わせ▶☎(884)0831

おいしいイチゴを栽培するために

適切な生育環境の管理を実現する「スマート農業」を行っています

ICTを活用した生育環境計測装置を導入し、温度、湿度、日射量、EC(土壌の塩類濃度)、CO₂濃度、培地温度などのデータをインターネットのクラウド上に保存しています。



* スマート農業=ロボット技術やICTを活用して超省力・高品質生産を可能にする新たな農業。



作業記録もスマートフォンで入力。一連の農作業を"見える化"し、経験の蓄積・ノウハウを職員らで共有します。

誰もが働きやすい作業環境を作る

適切な農作物の栽培管理を認証する制度「JGAP認証」を令和3年に取得しました

JGAP認証は、第三者(検査員)の審査で認証されるもので、「食品安全」「環境保全」「労働安全」「人権尊重」「農場管理」など、農業の持続性に向けた5つの取り組みが柱となっています。

* JGAP=Japan Good Agricultural Practicesの略。



品質第一！ JGAP認証ロゴマークを貼って出荷しています

市民農園の使用者募集



有料市民農園には、水道・駐車場・休憩所があります(建物などは冬期閉鎖)。いずれも他者への貸出不可。

有料農園 使用は4月中旬から来年2月末まで。令和8年度も継続して使用できます。

■農園名／募集数／1区画あたりの面積・使用料金(年額)

- ①仁井田スーパー農園／16区画
／約50㎡・約6,500円
- ②橋台スーパー農園(雄和)／13区画
／約50㎡・約6,500円
- ③橋台ヒルズ農園(雄和)／8区画
／約80㎡・約10,400円
- ④橋台第一農園(雄和)／3区画
／約130㎡・約16,900円

無料農園 使用は4月下旬から11月末まで。1世帯で1区画(厳守)。農園の面積は1区画15㎡。



■地区名／募集数

- ①東部・手形山地区／17区画
- ②東部・広面谷地田地区／60区画
- ③中央・八橋田五郎地区／94区画
- ④南部・仁井田柳林地区／50区画
- ⑤西部・新屋比内町地区／78区画
- ⑥北部・飯島堀川地区／125区画

*令和7年度から区画が①は一部縮小、④は拡大します。

申し込み

はがきに「市民農園使用申込」と明記し、希望農園名か地区名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、3月7日(金)(当日消印有効)まで下記宛先へ。
〒010-8560 秋田市役所産業企画課
☎(888)5722

*はがきは1世帯1通(厳守)。重複応募不可。また、令和7年度に有料市民農園を継続使用する場合は応募できません。

*定数を越えた場合、3月14日(金)14:00から中央市民サービスセンター洋室4(市役所3階)で公開抽選を行い、結果は3月31日(月)までに郵送します。

令和6年度 秋田市農業大賞

地域農業への貢献と 優れた業績を称えて



農業大賞の表彰式に出席したみなさん(2月5日、市役所で)

令和6年度秋田市農業大賞として、優れた業績をあげている農業者・団体のみなさんと、農業子ども絵画コンクールに入賞した児童を表彰しました。おめでとうございます。問い合わせ▶農業農村振興課☎(888)5735

【農業大賞】株式会社かなあし農園(金足)

選出理由…水稲・大豆をはじめ、複数の品目に取り組む中でも、経験に基づく施肥設計、適期作業の実践、基本栽培を徹底する姿は他の生産者の模範となっているほか、近年の極端な気象条件でも安定的な収量を確保するなど、その技術や生産体制は非常に優れ、秋田市の農業振興に貢献している

【農業賞】〈かつこ内は地区名〉

=以下、敬称略=

経営体部門▶長谷部 健(雄和)

若手農業者部門▶佐々木 充(河辺) 齊藤大悟・恵子(雄和)

【農政協力員永年勤続】〈かつこ内は担当地区名〉

齊藤金男・渡辺嘉郎(金足・下新城)、佐藤 勉(河辺岩見三内)、尾形新一(河辺豊島)、金 智義(雄和戸米川)、佐々木忠則(雄和大正寺)

【絵画コンクール】〈かつこ内は小学校名〉

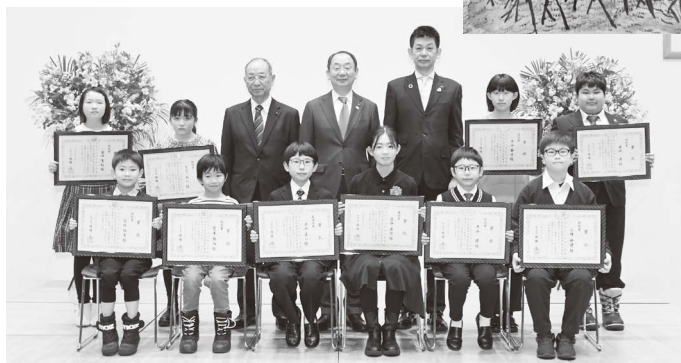
最優秀賞▶大谷真一(飯島)

優秀賞▶岩中美空(旭北)

特別賞▶石塚颯来(岩見三内)、大谷健(飯島)、大谷華子(飯島)、小林快晴(広面)、嵯峨 漣(大住)、佐々木鳳向(御所野)、長谷川稀玲(広面)、吉田有桜(御所野)



最優秀賞 大谷真一さんの作品
「つんとこしよ、どっこいしよ」



絵画コンクールで
入賞したみなさん
(2月5日、市役所で)

春はもうすぐ

屋外体育施設オープン

冬の間休んでいた屋外体育施設がオープンします。ぜひご利用ください。なお、グラウンドの状況や天候などにより、利用開始時期が変更になる場合があります。詳しくは各施設へお問い合わせください。

スポーツ振興課 ☎(888)5611



ソユースタジアム(八橋陸上競技場)

◆公共施設案内・予約システム(公共・予約システム)を使用するには、事前に利用者登録が必要です。各施設窓口で登録できます。

施設名	区分	利用開始予定	申込方法	施設名	区分	利用開始予定	申込方法	
ソユースタジアム (トラックなど)	日中 ナイター	3/15(土)	利用日当日、ソユースタジアム窓口へ	▶河辺岩見三内野球場 ▶河辺和田野球場 ▶河辺戸島野球場	日中	4/ 5(土)	利用希望日の前月1日から、電話で河辺体育館へ。 ☎(882)3654	
八橋多目的 グラウンド 	日中	3/15(土)	利用希望日の前月1日から、平日に電話でソユースタジアムへ。☎(823)1472 …3・4月分は 3/3(月)から	ス ポ パーク かわべ グラウンド ゴルフ サッカー	日中	4/11(金)	利用日当日、スポパークかわべ窓口へ	
	ナイター	4/21(月)	公共・予約システムから【窓口】ソユースタジアム			5/31(土)	利用希望日の前月1日から、電話でスポパークかわべへ。 ☎(881)2411	
八 橋 テニス コート	砂入り 人工芝	日中	3/22(土)		日中	3/22(土)	公共・予約システムから 3月分▶利用日2日前の8:30～、電話でソユースタジアムへ。 ☎(823)1472 4月分▶公共・予約システムから	
		ナイター	4/21(月)					北野田公園 テニスコート
	グリーン サンド	日中	4/24(木)		雄和新波 野球場	日中		4/ 5(土)
ス ペ ース プロジェクト ドリーム フィールド	日中	オープン中	公共・予約システムから【窓口】秋田スポーツPLUS・ASPスタジアム(八橋球技場)	雄和花の森 野球場	日中	4/ 8(火)	利用希望日の前月1日から電話で雄和体育館へ。 ☎(886)2844	
	ナイター			雄和花の森 テニスコート	日中 ナイター	4/10(木)	公共・予約システムから【窓口】雄和体育館	
土 崎 市 民 グラウンド	日中	4/ 1(火)	公共・予約システムから【窓口】北部市民サービスセンター	光沼近隣公園 テニスコート	日中	3/22(土)	公共・予約システムから…3月分は、利用日2日前の9:00～、電話で光沼アリーナへ。☎(847)4602	
	ナイター	4/15(火)						
勝 平 市 民 グラウンド	日中	3/15(土)	利用希望日の前月1日から、電話で勝平屋内ゲートボール場へ。☎(866)1055 …3・4月分は 3/1(土)から					
	ナイター	4/12(土)						

小学校の
グラウンド、
体育館を
無料開放

市内小学校のグラウンド・体育館を無料開放します。学校によっては開放していない日もありますので、ご利用の際は、直接各小学校へお問い合わせください。
個人・グループ(9人以下)利用 = 4月から11月までの毎週水曜に使用できます(グラウンドは朝6:00～7:30、体育館は19:00～21:00)
団体(10人以上)利用 = 団体登録申請が必要です。詳しくは、各小学校へお問い合わせください



★市民活動フェスタ2025

～輝け市民活動！ 入場無料

あなたが秋田のヒーロー～



写真は昨年の様子

日時 **3月9日(日)**
10:00～16:00

会場 **アルヴェ1階
きらめき広場**

地域課題の解決など、公益的な取り組みを行っている市民活動団体が一堂に会するイベントです。“ビートファイターAce”のステージショーも。



★市民活動団体のPRブース

市民活動団体によるステージ発表も！

★市民活動団体のプロモーション動画放映

2月26日(水)から3月9日(日)まで、市公式YouTubeでも配信！ 右記コードからどうぞ



市公式YouTube

★ゲストステージ(当日イス席は先着順)

ビートファイターAceがやってくる！

時間▶13:00～13:30

★市民活動に関する相談コーナー

市民活動を支援する補助・助成金制度など、各種相談に応じます

事前開催

日時▶2月26日(水)から3月6日(木)まで
9:30～21:30 *2日(日)は18:00まで。

会場▶遊学舎県民ギャラリー

市民活動団体の紹介動画の放映と、過去のフェスタの様子や参加団体の紹介資料のパネル展示を行います！ ぜひご覧ください。

問い合わせ▶市民交流サロン☎(887)5312

赤れんが郷土館企画展 所蔵品展 四季彩の街あるき

会期 **3月1日(土)**

5月11日(日)
*2月25日(火)から28日(金)までは、展示替えのため休館します。

会場 **赤れんが郷土館
2階企画展示室**

観覧料 **310円(高校生以下無料)**



川瀬巴水「田沢湖 御座の石」

さまざまなジャンルの美術作家たちが、独自の感性で表現した彩り豊かな四季の風景を紹介します。

—ボランティア養成講座—

日時 **3月7日(金)・14日(金)・21日(金)、13:30～14:30**

会場 **赤れんが郷土館3階研修室** **先着 10人**

赤れんが郷土館で、来館者に解説案内を行うボランティアを養成します。ぜひご協力ください！ 申し込みは、2月25日(火)9:30から赤れんが郷土館へ。

問い合わせ▶赤れんが郷土館☎(864)6851

AKIBI ARTs MARKET
入場無料
アキビアーツマーケット

会期 **2月22日(土)
23日(日)**

会場 **美大サテライトセンター(フォンテAKITA6階)**

ポスター

秋田公立
美術大学の
アートビラ
子情報コー
ナ

美大生の作品を展示、販売します。絵画やイラストなど、さまざまな作品が出品予定です。ぜひお越しください！

問い合わせ▶美大サテライトセンター
☎(893)6128

キタスカ講演会 ■■■■■■

入場無料

先着250人

いつまでも 輝きを失わないために

日時 **3月15日(土)13:30~15:00**

会場 **北部市民サービスセンター
1階地域文化ホール**



菊田さん

タレントで日本フードアナリスト協会準講師、水産大学
校非常勤講師である菊田あや子さんが、グルメリポーター
歴30年の経験・取材から、食糧自給率40%未満である日本
の食の未来や、食の歴史などについて講演します。

申し込み▶3月8日(土)17:00まで、電話または北部地域住
民自治協議会(北部市民サービスセンター1階)窓口でお申
し込みください。1人で2人分まで

問▶北部地域住民自治協議会 ☎(846)1133

太平山スキー場

オーパスへGo!

★3月2日(日)・16日(日)はスキーこどもの日
小学生以下のお子さんは、通常
1,570円のリフト1日券が785円で
ご購入できます。

★スキー&スノーボード ワンポイントレッスン

初心者向け。用具の着脱や
簡単な滑走など。申し込みは当日
8:30からオーパスプラザ受付へ。

対象▶小学生以下のお子さん

日時▶2月23日(日)9:00~9:30

先着▶スキー、スノボ各20人



問▶オーパス ☎(827)2221

みんなの掲示板④

◆千秋苑のびのびくらぶ

①脳活性レクリエーションと②ス
トレッチ体操。対象▶65歳以上

日時▶①2月28日(金)、②3月28
日(金)、13:30~15:00(15:00
から福祉相談会) **会場**▶将軍野地
区コミュニティセンター

問▶千秋苑在宅介護支援センター
の山口さん ☎(869)7800

◆「耳の日」市民公開講座

医師などの講話と相談会。要約筆
記と手話通訳もあります。

日時▶3月1日(土)13:00~

会場▶秋田厚生医療センター2階
大会議室 **問**▶日本耳鼻咽喉科頭
頸部外科学会秋田県地方部会

☎(884)6171

◆こころの健康づくり相談会

産業カウンセラーが応じます。自
分のこと、家族のこと、職場の人
間関係など。

日時▶3月1日(土)13:00~16:00

会場▶県社会福祉会館(旭北)

申込▶日本産業カウンセラー協会
東北支部秋田運営部の赤沼さん

☎080-1694-0764

◆自殺予防公開講座

「ひとにもやさしく、自分にもや
さしく生きるために『精神科医か
らのアドバイス』」をテーマに、精

神科医の香山リカさんが講演。

日時▶3月2日(日)13:00~14:30

会場▶ミルハス中ホール

問▶NPO法人秋田いのちの電話

☎(823)0021(12:00~18:00)

◆認知症マフを学ぶ・つくる会

認知症のかたのケアのために毛糸
でつくる認知症マフの説明と作成
(編み物ができないかたでも参加
できます)。

日時▶3月8日(土)10:00~11:30

会場▶日本赤十字秋田看護大学
152講義室 **申込**▶日本赤十字秋
田看護大学総務課 ☎(829)3045

◆アレルギーの?がわかる アレル ギー、ここだけの話・Web相談会

オンラインの講座と相
談会。詳しくは、右記
コードを読み込んでご
覧ください。



アレルギー

日時▶3月9日(日)14:00~15:30

問▶秋田大学医学部総合診療・検査
診断学講座 ☎(884)6209

◆地域包括支援センターの

「認知症カフェ」

①Dカフェ コーヒーを飲みなが
ら交流しませんか(飲み物代実費)。

日時▶3月11日(火)10:00~11:00

会場▶スターバックスコーヒー秋
田保戸野学園通り店

問▶泉地域包括支援センターリン
デンバウム ☎(896)5960

②桜サロン 軽体操や相談・交
流。希望者には飲み物(150円程
度)も提供します。

日時▶3月19日(水)10:00~11:30

会場▶クロッセ秋田2階(中通)

問▶中通地域包括支援センター幸
ザ・サロン ☎(827)3323

◆地域移行・地域定着啓発セミナー

施設や精神科病院などに入所・入
院している障がい者への支援の現
状と課題などがテーマです。

日時▶3月12日(水)13:30~16:40

会場▶にぎわい交流館3階多目的
ホール **定員**▶50人

申込▶電話、FAX、Eメールのい
ずれかで3月5日(水)まで指定相談
支援事業所クローバーへ。

☎(846)5328・FAX(846)5358

Eメール lsclover@kyusei.or.jp

◆介護者のつどい

内容は、①介護者のメンタルヘル
ス講座と②「オレンジカフェ月」
(ものづくりを行います)。

対象▶①=介護者、認知症のかた
のご家族、②=認知症のかた

日時▶3月23日(日)14:00~15:30

会場▶中央市民SC(市役所3階)。

①が洋室2、②が洋室3

参加費▶①=200円、②=500円

定員▶各10人 **申込**▶泉地域包括
支援センターリンデンバウム

☎(896)5960

■文中「SC」はサービスセンターの略。

健康

ザ・ブーン健康増進教室

会場はクアドームザ・ブーン。①②とも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。

①1日コース 3月4日(火)から14日(金)までの毎週火・金曜。参加費(入館料別)各600円。

②秋田駅東口から9:45発のバス送迎付きコース(要申込)

3月7日(金)・14日(金)。参加費(入館料込)各1,385円。

申込▶2月21日(金)9:00からザ・ブーン☎(827)2301

市立病院の教室

会場は市立病院5階講堂。問▶医事課

☎0570-01-4171

◆みんなの健康広場

医師が乳がんと子宮がんの、日頃の注意点や検診の受けかたなどについて解説します。

日時▶2月28日(金)14:00～15:00

◆こころの教室

認知症認定看護師が「認知症の基本と予防的な過ごし方」をテーマに解説します。日時▶3月7日



認知症に関する市民講演会

日時 3月14日(金)14:00～16:00

会場 ホテルメトロポリタン秋田

入場
無料

先着
100人

「認知症を知ろう～認知症の実態と最新の治療について～」がテーマ。講師は秋田緑ヶ丘病院認知症疾患医療センター長の坂本哲也さん、市立病院認知症疾患医療センター長の内藤信吾さん。

申し込み▶2月25日(火)8:30から長寿福祉課☎(888)5668

(金)13:00～14:30

◆糖尿病教室

理学療法士、臨床検査技師、看護師が運動療法や検査などについて解説します。

日時▶3月11日(火)13:30～15:00

◆腎不全教室

泌尿器科医師が、腎不全が進行したら出る症状や、透析が近いと言われたらどのような治療があるのか、血液透析、腹膜透析、腎移植について解説します。

日時▶3月11日(火)15:30～16:00

心やすらぐポカポカヨガ

ゆっくりとした呼吸と無理のないポーズで血流を促進。冷え性や睡眠不足のかたにおすすめです！

対象▶19歳以上

日時▶3月14日(金)・21日(金)、18:30～19:45(両日参加可)

会場▶サンライフ秋田

受講料▶各1,000円 先着▶各25人

申込▶2月22日(土)10:00からサンライフ☎(863)1391

テルサで脳と体のトレーニング

会場は秋田テルサ。申し込みは2月22日(土)10:00からテルサへ。

☎(826)1800

◆カラダを使って脳のトレーニング！

－勉強・運動の両方で成果を出す－

対象▶5歳～小学6年生

日時▶3月12日(水)・26日(水)、16:30～17:30

受講料▶2,400円 先着▶12人

◆認知機能アップ運動教室

－カラダと脳の活性化－

認知機能低下防止に！

日時▶3月13日(木)・27日(木)、10:30～11:30

受講料▶2,400円 先着▶12人

市民相談センターの無料相談

市民相談センターの無料相談



要予約

定員各6人

(同一案件の相談内容は同年度内1人各1回)

ご予約はこちら▶☎(888)5646

*4月以降の予約についてはお問い合わせください。

法律(金銭・契約・離婚・損害賠償など)

日時▶3/6(木)・13(木)・21(金)・27(木)、9:00～12:00

行政書士(許認可申請・行政手続き全般)

日時▶3/7(金)13:00～16:00

司法書士(登記・相続・成年後見制度など)

日時▶3/11(火)・25(火)、9:00～12:00、13:00～16:00

年金・社保(年金・労働相談など)

日時▶3/14(金)13:00～16:00

公証人(公正証書(遺言など))

日時▶3/18(火)9:00～12:00

当日直接、市民相談センターへお越しください。受け付けは15:30まで

予約不要
先着各6人

行政(国の行政全般への苦情、要望など) 日時▶3/12(水)13:00～16:00

人権・困りごと(いじめ・差別など)

日時▶3/13(木)13:00～16:00

随時受付

市民安全▶DV・ストーカーなど…事前に上記の予約電話へご連絡ください

催し

秋田県秀作美術展

県芸術文化協会加盟団体から推薦された、洋画・造形・書道・彫刻・工芸などさまざまなジャンルの作家たちが制作した作品を展示。

日時▶3月6日(木)から9日(日)まで、10:00~17:00(6日は13:00から、9日は15:30まで)

会場▶県立美術館 1階県民ギャラリー
問▶(一社)秋田県芸術文化協会 ☎(835)3193

みんなの掲示板②

◆テーブルゲーム交流会：け

囲碁・花札・将棋・最新のテーブルゲームなどを用意しています。

日時▶2月23日(日)10:00~20:00

会場▶文化創造館

問▶T×GAME代表の木村さん

☎090-2841-3926

◆AKITA MAMAMARCHE in international

海外の民族衣装の着用体験や英語で落語、タイ料理やケバブなどの海外ランチなど、家族みんなで楽しめる英語や異文化の体験が盛りだくさん!

日時▶3月9日(日)10:00~14:30

会場▶中央シルバーエリア

問▶ままるしえ実行委員会

☎080-5093-2740

◆秋田市開催「Astemoリヴァーレ茨城」のホームゲームに無料招待

SVリーグWOMEN(バレーボール)秋田大会(Astemoリヴァーレ茨城vs.アランマーレ山形)に秋田市民を無料招待! **日時**▶3月15日(土)・16日(日)、13:05~

会場▶CNAアリーナ★あきた

定員(抽選)▶各100組(200人)

申込▶右記コードを読み

込んで **問**▶チケット事

務局 ☎029-275-1583



リヴァーレ茨城

◆春のリフォームフェア

メーカー各社の出展、手作りマルシェなど。超神ネイガーも来るよ!

日時▶3月22日(土)10:00~16:00

会場▶アルヴェ1階きらめき広場
問▶協同組合安心リフォーム協議会 ☎(865)1411

案内

雑誌リサイクル

保存期間が過ぎた各図書館の雑誌を差し上げます。当日先着で1人5冊まで。雑誌を入れる袋をお持ちください。



◆きららとしょかん明徳館河辺分館

日時▶3月1日(土)10:00~12:00

会場▶河辺総合福祉交流センター

問▶明徳館河辺分館 ☎(881)1202

◆きららとしょかん雄和図書館

日時▶3月2日(日)10:00~12:00

会場▶雄和図書館2階会議室

問▶雄和図書館 ☎(886)2853

女性教育「中通あすか会」

会員同士で親睦を深め、社会・文化・自然・健康などを学びます。



対象▶60歳以上の女性

日時▶4月8日(火)から原則毎月第2火曜、10:00~11:30

会場▶榎山地区コミュニティセンター

年会費▶2,000円 **先着**▶5人

申込▶2月26日(水)9:00から中央市民SC ☎(888)5654

みんなの掲示板③

◆千秋美術館が作業のため休館

アトリオンビル全館点検作業のため休館します。ご了承ください。

休館日▶2月23日(日)

問▶千秋美術館 ☎(836)7860

◆秋田弁護士会の

「暮らしとこころの相談会」

弁護士による多重債務や消費者被害などの法律相談を面談か電話で行います。 **日時**▶3月6日(木)10:00~16:00 **会場**▶秋田弁護士会館(山王) **定員**▶18人

申込▶秋田弁護士会 ☎(862)3770

◆シングルマザーの居場所づくり

市地域づくり交付金事業。託児あ

り(要申込)。みんなでお話しませんか。 **対象**▶シングルマザーのかた **日時**▶3月9日(日)10:00~11:30 **会場**▶東部市民SC

先着▶10人

申込▶2月22日(土)9:00からびらぶ秋田 ☎080-5625-0379

◆空き家・相続・家じまい相談会

土地・建物の購入や売却、空き家や土地の相続など。

日時▶3月12日(水)10:00~12:00

会場▶中央市民SC洋室3(市役所3階) **申込**▶あきた不動産事業協同組合 ☎(827)5461

◆B型肝炎訴訟電話相談会

B型肝炎被害対策東北弁護士会の弁護士が応じます。 **対象**▶B型肝炎患者やそのご家族(患者が亡くなっている場合はその相続人)

日時▶3月15日(土)10:00~18:00

当日相談電話▶022-224-5061、022-224-5062

問▶同弁護士事務局

☎0120-76-0152

◆秋田財務事務所の

多重債務相談窓口

借金を抱え悩んでいるかたの相談に応じます。 **時間**▶平日8:30~12:00、13:00~16:30

相談窓口▶秋田財務事務所(山王七丁目) **相談電話**▶(862)4196

◆きらら子ども食堂

地域のかたとの楽しい食事と学習支援。 **日時**▶3月29日(土)11:30~16:00。食事は14:30まで、その後は学習支援

会場▶特定施設入居者生活介護事業所きららいずみ(泉馬場)

参加費▶300円(中学生以下無料)

先着▶50人

問▶(株)きらら保育園かんとつ通りの佐々木さん ☎(895)7267

◆自動車の登録手続きはお早めに
年度末、運輸支局の自動車検査・登録窓口は大変混み合います。検査・登録手続きは3月中旬以降を避け、可能な限り3月上旬までにお済ませください。

問▶東北運輸局秋田運輸支局ヘルプデスク ☎050-5540-2012

■文中「SC」はサービスセンターの略。

講座

初心者スマホ教室

スマートフォン初心者が対象の、「知ってわくわく」「使ってうきうき」のスマホ体験教室。

日時▶3月7日(金)。基本＝10:00～12:00、基本とLINE体験＝13:30～15:30

会場▶北部市民SC3階洋室2・3

先着▶各10人

申込▶2月25日(火)9:00から北部市民SC☎(893)5969

パソコン講座

今さら聞けない基本の基本！ワード・エクセル。



日時▶ワード＝3月18日(火)10:00～16:30、エクセル＝3月19日(水)9:30～16:00

会場▶東部市民SC2階洋室1・2

受講料▶各1,500円 先着▶各10人

申込▶2月26日(水)9:00から東部市民SC☎(853)1389

テルサの料理教室(3月開催)

時間は10:00～13:00。会場は秋田テルサ。申し込みは2月26日(水)10:00からテルサへ。

☎(826)1800

(実施日、受講料、定員の順で記載)

①リンゴの花パンとリンゴゼリー

6日(木)、2,400円、12人

②男子厨房に入る

旨みたっぷり牛すじ肉みそカレー

8日(土)、2,000円、16人

③カリフラワーのしょっつるフリット&

エビとひよこ豆のクレマなど

11日(火)、2,200円、12人

④可愛い手揉寿司を作しましょう

26日(水)、2,500円、16人

⑤型もバターもなし！米粉のふわふわブッセ&ミルククリーム

28日(金)、2,300円、10人

青少年教室「コーヒーセミナー」

ペーパードリップの抽出体

験と、焙煎度の異なるコー



ヒーの風味の違いを楽しみます。

対象▶市内に在住または通勤・通学しているかた

日時▶3月12日(水)19:00～20:30

会場▶中央市民SC調理室(市役所3階) 参加費▶500円 先着▶12人

申込▶2月25日(火)8:30から(25日は39歳以下のみ受け付け)生涯学習室☎(888)5810

お祝い料理づくりにチャレンジ!

手まり寿司、副菜、すまし汁などをつくってみよう。

日時▶3月16日(日)9:30～13:00

会場▶河辺総合福祉交流センター

材料費▶1組3,000円

先着▶6組(2人1組で)

申込▶2月25日(火)8:30から河辺市民SC☎(882)5171

コミュニケーションカフェ

テーマは「ありのままの自分を知ろう」。進行役はあきたAT研究会。

日時▶3月15日(土)13:30～15:00

会場▶中央市民SC洋室2・3(市役所3階) 先着▶15人

申込▶2月25日(火)9:00から生活総務課☎(888)5650

普通救命講習会

心肺蘇生法やAEDの使い方、気道異物除去などを学びます。

対象▶中学生以上

日時▶3月15日(土)9:00～12:00

会場▶土崎消防署 先着▶20人

申込▶2月22日(土)から土崎消防署☎(845)0285

絵手紙で出す春の便り

春の野菜や花をモチーフに和風のはがきに水彩で描きます。

日時▶3月2日(日)10:30～12:00

会場▶県立美術館 先着▶20人

申込▶2月22日(土)10:00から県立美術館☎(853)8686

春をはこぶ ミモザのリース作り

対象▶19歳以上

日時▶3月7日(金)18:30～20:30

会場▶サンライフ秋田

材料費など▶4,500円 先着▶15人

申込▶2月22日(土)10:00からサンライフ☎(863)1391

みんなの掲示板①

◆中高年のためのデジカメ写真教室・初心者コース

対象▶一眼レフカメラかミラーレス一眼カメラをお持ちのかた

日時▶3月1日(土)から5月31日(土)までに6回、9:15～12:15

会場▶にぎわい交流館4階

受講料▶5,500円 先着▶10人

申込▶写真を楽しむ半歩の会代表の佐藤さん☎090-7560-2667

◆初めてのそのまた初めての川柳教室

日時▶3月4日(火)・5日(水)、10:30～12:30

会場▶あきた文学資料館(中通)

テキスト代▶1,000円

申込▶川柳銀の笛吟社の長谷川さん☎(864)3782

◆市民フォーラム

テーマは「この人たちの目線に立って」。知的障がい・発達障がいのさまざまな問題について語り合います。

日時▶3月16日(日)13:00～16:00

会場▶東部市民SC

定員▶50人 申込▶ボランティア

サークル「ルピナス」の佐藤さん

☎080-8204-4090

表紙のはなし

イチゴの魅力を「宝石」に例えた新規就農研修生の佐藤さん。修了後はイチゴ栽培に挑戦したい！と熱い思いを語ってくれました。日々、農業と真剣に向き合う研修生のみなさんが真心こめて栽培した完熟イチゴを、ぜひ味わってみてください！！





4/6(日)は県知事選と市長選

啓発ポスター決定



野辺さんの作品

4月に行われる秋田県知事選挙・秋田市長選挙の啓発ポスターが決定しました！これは、市選挙管理委員会が投票率向上などを目的に、秋田公立美術大学附属高等学院ビジュアルデザインコースの2年生へ作成を依頼したもので、昨年12月に生徒自ら行うプレゼンテーションを経て、野辺あおいさんの作品が選ばれました。ポスターは、市の施設やコンビニなどに掲示します。

【問い合わせ】選挙管理委員会事務局 ☎(888)5786