

初歩的な手話を学びましょう
手話奉仕員養成講座を
開催します

日時 9月19日～2月27日

(原則毎週木曜日全22回)

午後6時50分～9時

場所 とらいあんぐる

対象 18歳以上の手話初心者

定員 20人

※応募者多数の場合は初参加の方を優先

費用 3240円

申し込み 9月18日(水)までに

電話で

問合せ 福祉課

☎89・2152

からだも心もリフレッシュ

メデイテーションヨガ教室を

開催します

日時 9月21日(土)

午前10時30分～11時30分

場所 勤労青少年ホーム

定員 15人

問合せ 市民活動支援センター

☎52・0355

精神障がいのある方や家族の皆さんへ

就労関連施設バスツアーを

開催します

就労支援施設や、障がい者雇用を行う事業所を巡り、利用者や施設の指導員のお話を聞くことができます。

日時 9月25日(水)

午後0時45分～4時

集合 能代保健所

定員 先着15人

※一家族2人まで

申し込み 事前に電話で

問合せ 能代保健所

☎55・8023

加齢に負けない体づくりを学ぶ

市民健康教室を

開催します

能代厚生医療セン

ターの理学療法士が、

実技を交えながら体

づくりについてお教えします。

日時 9月26日(木)

午後2時～3時

場所 勤労青少年ホーム

定員 先着40人

申し込み 事前に電話で

問合せ

健康づくり課 ☎58・2838

市民福祉課 ☎73・5500

お気軽にご相談ください

身体障がい者の巡回相談を

開催します

上肢、下肢、体幹機能に関する身体障害者手帳の診断、補装具の相談を受け付けます。

日時 10月1日(火)

午前9時30分～11時30分

場所 とらいあんぐる

持ち物 身体障害者手帳、印鑑、マイナンバー通知カード

ドまたは個人番号カード

問合せ 福祉課

☎89・2153

健康的でおいしい食事作りませんか

男性料理教室を開催します

期日/内容

・10月11日(金)/パ

ランスのとれた和定

食を作ろう

・10月21日(月)/毎年好評井も

のメニューに挑戦

場所 働く婦人の家

定員 市内在住の男性15人

費用 1回500円

申し込み 実施日1週間前ま

でに電話やファクス(58・

2930)で

問合せ 健康づくり課

☎58・2838

ジャパン・マンモグラフィセンター

日曜日に乳がん検診を

実施します

日時 10月20日(日)午前8時～

場所 JCHO秋田病院

定員 40人

申し込み 10月18日(金)までに

電話で(平日午前11時～午

後4時の間に受付)

問合せ JCHO秋田病院健

康管理センター

☎52・3127

地域に愛される病院を目指し

能代厚生医療センター

病院祭を開催します

ステージイベントや講演会のほか、バザー、屋台など催し物が盛りだくさん。どなたでも参加できます。

日時 10月5日(土)

午前10時～午後1時

場所/問合せ

能代厚生医療センター

☎52・3111

快適に毎日を過ごす方法を学びませんか

健康を考える市民のつどい

10月5日(土)午後1時30分～3時30分

能代山本広域交流センター

ストレッチなどの簡単な運動で、疲労、ストレス不眠といったからだの不快感を解消する方法を健康管理士の資格を持つフリーアナウンサー小久保晴代さんがお教えします。

定員 200人

申し込み 事前に電話やファクス(58-2930)で。送迎バスを準備しますので、希望する方はご連絡ください。



問合せ 健康づくり課 ☎58-2838