

**お気軽にご相談ください  
自殺予防週間です**

自殺対策基本法では、9月10日～16日を自殺予防週間と定め、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、相談事業および啓発活動を実施します。

**●よりそいホットライン**

(24時間対応・無料)

一般的な生活上の悩みをはじめ、生活困窮者などに対する総合的な電話窓口です。

☎0120・279・338

**●SNS相談事業**

厚生労働省ホームページで、SNS



やチャット相談を行っています。団体を紹介しています。

**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**

予約制による先着順です。

日時 10月18日(日)午前8時～

場所 JCHO秋田病院

定員 40人

申し込み 10月16日(金)までの

平日午前11時～午後4時に

電話で

問合せ JCHO秋田病院健

康管理センター

☎52・3127

**がん補正具購入費を補助します**

市では、がん治療を受けている方の補正具購入費の補助をしています。今年度より制度が変更となり、県と市の申請窓口が、市へ一本化されました。

がんの治療を受けており、平成31年4月1日以降に補正具の購入をされた方が対象です。

種類	上限額	初回申請の場合	2回目以降の場合
乳房補正具(右側)		30,000円	20,000円
乳房補正具(左側)		30,000円	20,000円
頭髪補正具(ウィッグなど)		45,000円	30,000円

※1回目の交付上限額と2回目以降の交付上限額が変わります。  
※申請期限は、補助具を購入した日の属する年度の翌年度の3月31日までです。

※補正具1種類につき、補助は年度当たり1回です。

※送料や手数料は補助対象外です。

申し込み 交付申請書(ホームページからダウンロード

可)に必要書類を添えて健康づくり課へ

問い合わせ 健康づくり課 ☎58-2838

**介護予防教室のお知らせ**

運動不足やもの忘れが気になる方などを対象に、元気に生き生きとした生活を送れるように介護予防教室を開催します。

◎本庁地域包括支援センター ☎74-7156

日時	場所
毎週木曜 午前9時30分～11時30分	サンピノ

◎南地域包括支援センター ☎74-6700

日時	場所
9月15日(火)	午前10時～11時30分 鶴形公民館 浅内自治会館
9月29日(火)	

**家族介護者の集いを開催します**

在宅で介護している方や、介護について知りたい方々が集まり、介護について学んだり悩みなどを話し合う集いです。介護について悩んでいる方、一度足を運んでみませんか？

◎本庁地域包括支援センター ☎74-7156

日時	場所
9月25日(金) 午後1時～3時	サンピノ

◎南地域包括支援センター ☎74-6700

日時	場所
9月23日(水) 午前10時～11時30分	東部公民館

**防災講座特別編**

**「新型コロナウイルス  
感染症予防対策を学ぼう」を  
開催します**

新型コロナウイルスの正しい知識と感染予防対策を学び、万が一の際の心構えを身に付けます。

日時 9月25日(金)

午前10時～正午

場所 ニッ井総合福祉センター

講師 日本赤十字社秋田県支部

稲岡一枝さん

対象 市内在住の方

定員 20人

問合せ ニッ井総合福祉セン

ター ☎73・3801

**心身ともに健康な体を目指して  
健康セミナー in けやき公園を  
開催します**

能代ならではの動きを取り入れたのしる健康体操や、グラウンド・ゴルフ交流大会を行います。

日時 9月26日(土)

午前10時～正午

場所 けやき公園

定員 先着20人

持ち物 飲み物、タオル、マスク

申し込み 9月23日(水)までに

電話で

問合せ 中心市街地活性化室

☎89・1414



**初心者もお気軽にご参加ください  
バレトン教室を開催します**

バレトンとは、フィットネス、バレエ、ヨガの要素を融合したボディメイクエクササイズで、代謝、バランス能力、柔軟性の向上に効果が期待できる軽運動です。

日程 10月5日、12日、

11月2日、23日、

12月7日、14日、

1月11日、25日

のいずれも月曜日

午後3時30分～4時30分

(全8回)

場所 能代市総合体育館

講師 インストラクター  
猿田千秋さん

定員 20人

費用 4000円

持ち物 飲み物、タオル(動

きやすい服装で参加を)

申し込み 9月30日(水)までに

電話で

問合せ 能代市体育協会

☎88・8454

