

各種講座に参加する際や施設を利用する際はマスクの着用にご協力をお願いします。

### 知って得する「知っ得講座」 中央公民館☎54-8141

●自分らしく生きるための終活講座  
今やるべきこと、備えることを考える機会を作り、自分らしい人生を送るための準備を始めてみませんか。  
日時 ①12月8日(火)  
②1月12日(火)  
③2月2日(火)  
いずれも午前10時～11時30分

内容  
①「終活とは何か？  
これから何をすれば良いか？」  
②「相続・遺言・保険の見直しについて」  
③「エンディングノートの役割。実際に書いてみよう」  
※3回通しの講座ですが、単発での申し込みも可能です。

講師 NPO法人しらかみ終活相談所  
ファイナンシャルプランナー  
民事信託コーディネーター  
藏本光喜さん  
一般社団法人コスモス  
成年後見サポートセンター  
秋田県支部所属  
行政書士 戎屋鉦希さん

対象 成人  
定員 各先着20人  
申し込み 11月16日(月)午前9時から電話で



### 中央公民館主催講座 中央公民館☎54-8141

●子ども料理教室  
地場産野菜を使った、ねぎオムレツ、とん汁、古代米のおむすびを作ります。

日時 12月12日(土)  
午前10時～午後0時30分  
場所 働く婦人の家  
講師 能代山本生活研究グループ協議会

対象 市内在住の年長児から小学3年生  
定員 先着12人  
費用 500円  
申し込み 11月23日(月)午前9時～12月5日(土)に電話で

●地域づくりセミナー  
災害時の外国人とのコミュニケーション術  
～多文化共生を実現できる地域へ～

日時 12月4日(金)午前10時～11時  
場所 中央公民館  
講師 県企画振興部  
国際課 鈴木千賀さん  
定員 先着15人程度  
申し込み 電話かEメール (noshiro.bunka@yahoo.co.jp) で



### 令和3年度「伝統文化親子教室」 実施団体募集

生涯学習・スポーツ振興課☎73-5052  
文化庁では、小・中学生の子どもたちが、民俗芸能、工芸技術、邦楽、日本舞踊、華道、茶道、食文化、囲碁、将棋などの伝統文化を、計画的・継続的に体験・修得できる教室などの取り組みを支援しており、令和3年度の補助団体を募集しています。  
本事業の活用で、月謝といった参加者の負担を軽減することができます。応募締め切りは11月24日(火)。詳細は直接問い合わせるか市ホームページ (<https://www.city.noshiro.lg.jp/res/bunka/shinko-jigyo/16941>) をご覧ください。

### のしろクラシックコンサート 出演者募集

能代市文化会館☎54-8141  
3月7日(日)に能代市文化会館で行われるのしろクラシックコンサートの出演者を募集します。  
期間 11月28日(土)～12月26日(土)  
応募資格  
・公演時間(午後1時30分～4時)のどの時間でも出演できる方  
・高校生以上で、能代市・山本郡に関わりのある(出身、居住する、音楽活動を行っている)方  
定員 先着12人(持ち時間は1人10分)  
申し込み 能代市文化会館内に設置する応募用紙(ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入し郵送(〒016-0842 能代市追分町4-26)かファクス(54-8145)、Eメール (noshirobunka@yahoo.co.jp) で

広告



理事長 白坂 祥三  
院長 白坂 知之 (平成9年 秋田大学医学部卒  
平成14年 秋田大学医学部大学院修了  
医学博士)  
能代市東町14-3 ☎0185-54-6624

内科 胃腸内科 代謝内科 胃カメラ(予約不要)、大腸カメラ毎日実施

## 白坂内科胃腸科医院

- インフルエンザ予防接種受付中
- 往診、在宅医療、ご相談ください
- 入院設備あります

内科一般診療  
各種検診  
予防接種

#### 診療時間

平日 9:00～12:00  
14:00～17:30  
土曜 9:00～12:00  
※日曜祝祭日休診



院長ブログ  
配信中!



## 金勇オートム フェスティバル2020

旧料亭金勇 ☎55-3355

11月14日(土)～12月6日(日)の毎週末、市を代表する歴史的建造物「旧料亭金勇」を会場に、古典舞踊や新日本舞踊、大正琴などの舞台発表を5公演行います。詳細は同施設のホームページをご確認ください。

日時 11月14日(土)

15日(日)

23日(月・祝)

29日(日)

12月6日(日)

午後1時開場、1時30分開演

申し込み 電話で

※入場制限があります



## きみ恋講座

恋文すぽっと きみまち ☎88-8407

### ●スマホ教室

携帯電話会社の方からスマートフォンの基本操作などが学べます。

日時 11月21日(土)

午後1時～2時

午後3時30分～4時30分

定員 各先着8人

申し込み 電話で



## 天神工房木工教室

天神工房 ☎88-8815

日時 11月24日(火)午前9時～正午

定員 8人

費用 2,500円(傷害保険込)

申し込み 11月19日(木)まで(必着)

郵便番号、住所、氏名、生年月日、電話番号、「小物整理棚」と記入し、往復はがきで

送り先 〒018-3102

能代市二ツ井町小繫字

天神道上38-1 天神工房

※申し込み多数の場合は抽選します。



小物整理棚を  
作ります

高さ 36cm

幅 32cm

奥行き 20cm

## イベント案内

能代エナジウムパーク ☎52-2955

### ●でまえ わくわく美術展

秋田県特別支援学校文化祭「第18回わくわく美術展」に出展された秋田県内の出展者の作品のうち、佳作以上の作品約34点と「令和2年度みんなの写真展」に出展された作品を展示します。

日時 11月19日(木)～27日(金)

午前9時30分～午後4時30分

※27日は午後1時30分まで

※24日は休館日

### ●秋の洋らん展

能代エナジウムパーク洋らん友の会会員が育てた、カトレアやデンドロビウム、オンシジウムといった多種多様な洋らんを展示します。

日時 11月21日(土)～23日(月・祝)

午前9時30分～午後4時30分

※23日は臨時開館日で午後4時まで

## 簡単自分史講座

市民活動支援センター ☎52-0355

自分史は、自分を見つめ直すためにこれからどう過ごしていけばいいのかというヒントを得ることができます。自分史を作る上で大切なポイントを学びませんか。

日時 11月21日(土)

午前10時30分～正午

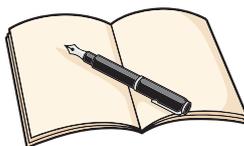
場所 勤労青少年ホーム

講師 フリーライター

島田真紀子さん

定員 先着10人

申し込み 電話かファクス(52-0355)、Eメール(supportnavi@shirakami.or.jp)で



## 11月木工教室

木の学校 ☎52-5249

日時 11月25日(水)、26日(木)

のいずれか

午前9時～正午

定員 各15人 費用 2,200円

申し込み 11月17日(火)まで(必着)

に作品名、希望日(1日のみ)、郵便番号、住所、氏名、電話番号を記入して往復はがきで。または木の学校のホームページ(<https://kino-gakkou.com/>)の問い合わせフォームから

送り先 〒016-0171

能代市河戸川字南西山18-19

能代市木の学校

※抽選につき1枚で1人まで

キッチンワゴンを作ります

高さ 78cm

幅 44cm

奥行き 28cm



いつも体が冷える…  
寝たのに疲れがとれない…  
慢性的な頭痛・肩こりなど…



そんなお悩みを持つ方へ  
おすすめしたい敷きふとん  
ドクターセラ スリーエス

電位治療 交互治療 温熱治療

分割払いOK

下取りOK

ドクターセラSSS  
新品176,000円(税込)



レンタル品は  
除菌・消臭済み

まずはお試し下さい  
1週間レンタル料2,200円

おひとりおひとりの眠りを求めて

FutonShop Miyakoshi

フトンショップミヤコシ

能代市畠町7-40 TEL0120-62-1070