

福祉・健康

「フレイルチェック測定会

筋力量や体脂肪量などの体成分を約15秒で測定できます。当日は、保健師による健康相談や、管理栄養士による栄養相談も実施します。



※ペースメーカーを使用している方は測定できません。

日時 12月14日(水)、15日(木)

午前10時～正午

場所 本庁舎会議室5

定員 各日先着12人

申し込み 前日までに電話で

問合せ 市民保険課

☎89・2159

「障がい者ふれあい作品展

障がい者の芸術活動の発表の場として、作品を展示します。個性豊かな作品をぜひご覧ください。

日時 12月3日(土)、4日(日)

午前10時～午後4時

場所 とらいあぐる

問合せ 福祉課

☎89・2152

「ピアカウンセリング

障がいのある方がピアカウンセラーとなり、自身の経験に基づいた話や思いをお互いに伝え合う場です。

日時 12月10日(土)

午後1時30分～3時

場所 とらいあぐる

※12月は「内部障害」「身体障害」のピアカウンセラーが対応します。

問合せ とらいあぐる

☎89・6333

「家族介護者の集い

●本庁地域包括支援センター

日時 12月14日(水)

午後1時30分～2時30分

場所 サンピノ

●北地域包括支援センター

日時 12月8日(木)

午後1時30分～2時30分

場所 特養しののめ

●南地域包括支援センター

日時 12月7日(水)

午前10時～11時30分

場所 南部公民館

※テーマなどは担当区域の地域包括支援センターへお問い合わせください。



午後に乳がん検診が受けられます

- JCHO秋田病院 健康管理センター (☎52-3127)
実施日 毎週金曜日
申し込み 希望日の1週間前までに電話で
- 保健センター (☎58-2838)
実施日 第3水曜日
申し込み 希望日の2週間前までに電話で

「ドリームの会

家族介護者の集い

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ったりする集いです。どなたでも参加できます。

日時 12月8日(木)午後1時～

場所 サンピノ

申し込み 電話で

問合せ ドリームの会(奥村)

☎53・3467

みんなの相談窓口 まるっとステーション設置

まるっとステーションは、地域住民にとって身近な存在である地域センターに設置される相談窓口です。相談員が、生活上の困り事・悩み事などをお聞きします。相談ができるスペースの他に花茶やお菓子を食べながら交流できるスペースも設置します。ぜひお気軽にお越しください。

開催場所／開催日時

- 向能代地域センター／12月8日(木)、15日(木)
- 南地域センター／12月16日(金)、23日(金)
- 扇淵地域センター／12月7日(水)、14日(水)、21日(水)
- 檜山地域センター／12月6日(火)、13日(火)、20日(火)
- 鶴形地域センター／12月8日(木)、16日(金)、21日(水)
- 常盤地域センター／12月5日(月)、12日(月)、19日(月)

いずれも午前10時～午後3時

問合せ 市社会福祉協議会 ☎89-6000

新型コロナの相談・受診方法

発熱などの症状がある場合の相談・受診方法は以下のとおりです。

- かかりつけ医がある場合……
受診前に必ず電話相談して医療機関へ向かいましょう。
- かかりつけ医がない、休診日である、感染症について不安に思うなどの場合……
秋田県新型コロナウイルス感染症総合案内へ電話しましょう。

秋田県新型コロナウイルス感染症総合案内

8:00～17:00

☎018-895-9176

17:00～翌8:00

☎018-866-7050

LINEでも
相談できます

