

「市民おもしろ塾3月講座

●「私の人生の歩みと地域への想い」～来し方の転機や県議16年を振り返る～

日時 3月11日(土)

午後1時30分～3時30分

講師 秋田県林業育成協会
会長 武田英文さん

●「世界遺産白神山地の登録30年と未来」～山岳ガイド

からみた尽きない魅力～

日時 3月18日(土)

午後1時30分～3時30分

講師 白神コミュニケーションズ
代表理事 後藤千春さん

～いづれも

場所 中央公民館

費用 会員200円
非会員300円

問合せ 事務局

☎080・4131・3634

イベント

「蘇るきものたち展示会

日本の着物をこよなく愛するきものサンバ千恵子さんがアレンジしたりメイク着物などを展示します。

日時 3月8日(水)

正午～午後6時

場所・問合せ 旧料亭金勇

☎55・3355

福祉・健康

「認知症カフェ」ほっとカフェ

参加者の皆さんとの交流や情報交換、もの忘れ相談プログラム(タッチパネル式)などができます。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、飲食物の提供は行いません。

日時 3月7日(火)

午前10時～正午

場所 母体会館

問合せ 長寿いきがい課

☎89・5355

「フレイルチェック測定会

筋肉量や体脂肪量などの体成分を約15秒で測定できます。保健師や管理栄養士による健康相談も対応しています。
※ペースメーカーを使用している方は測定できません。

●本庁舎

日時 3月9日(木)

午前10時～正午

受付場所

市民保険課①～④番窓口

●二ツ井町庁舎

日時 3月17日(金)

午前10時～正午

受付場所 市民フロア

～いづれも

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

「家族介護者の集い

●北地域包括支援センター

日時 3月9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 3月8日(水)

午前10時～11時30分

場所 東部公民館

※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。

「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 3月11日(土)

午後1時30分～3時

場所 とらいあんぐる

※3月は「身体障害」「視覚障害」のピアカウンセラーが対応します。

※手話通訳が必要な方は要連絡

問合せ とらいあんぐる

☎89・6333

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



「最新のタバコ事情と受動喫煙」に関する健康教室

禁煙に興味がある方、たばこによる健康への影響について関心がある方など、たばこを吸う方も吸わない方も、ぜひこの機会に学んでみませんか。

日時 3月18日(土)午後2時～3時15分

場所 中央公民館

講師 能代循環器・呼吸器内科
副院長 高橋知親さん

定員 25人 申し込み 3月10日(金)まで

問合せ 健康づくり課 ☎58-2838

