

## 健康運動教室 (チャレンジ☆フィットネス)

- 初心者でもできるリラックスヨガ
- 日 1月26日(金)
- 午後6時30分～7時45分
- 講 鎌田裕美さん
- 申 1月19日(金)までに電話で
- 下半身を鍛えるヨガトレ
- 日 2月9日(金)午後2時～3時
- 講 佐藤香蓮さん
- 申 1月15日(月)から2月2日(金)までに電話で



>>いずれも

- 場 能代市総合体育館
- 定 市民15人
- 問 健康づくり課 Tel.58-2838

## ダンスで心も体もリフレッシュ!

- 日 1月28日(日)
- 午後1時30分～2時30分
- 場 能代市文化会館
- 講 佐藤美奈子さん
- 定 障がい者とその保護者など10人
- 持 タオル、飲み物など
- 申 1月7日(日)午前9時から電話で
- 問 中央公民館 Tel.54-8141
- ※障がい者の生涯学習支援モデル事業

## 生まれ!おじいちゃん、おばあちゃん(孫かて講座)

- 日 2月2日(金)午後1時30分～3時30分
- 内 家庭教育を担う家族の一員として、孫かてに役立つ知識を学びます。お孫さんがいる方、お孫さんが生まれる予定の方、「孫かて」に関心のある方、どなたでも参加できます。
- 場 中央公民館 定 20人程度
- 申 1月31日(木)までに氏名、住所、電話番号を電話かFAX(73-6459)、またはEメール(shou-supu@city.noshiro.lg.jp)で
- 問 生涯学習・スポーツ振興課 Tel.73-5285

PICK UP

## 第3回しごと一いのしろ

- 日 1月21日(日)午後1時～4時
- 場 能代市総合体育館
- 内 子どもたちが遊びながら「働くとは何か」を考える教育イベント
- 対 ・イベント中のプロモーション用写真、動画撮影ならびにプロモーションへの利用をご了承いただける方
- ・イベントの趣旨に理解いただける方
- 定 小学生150人
- 費 未定
- 問 しごと一い実行委員会
- Eメール noshiro@shigoto-i.com



## 働く婦人の家講座 「多国籍料理講座」

- 日 2月7日(水)午前10時30分～正午
- 内 メキシコ料理のケサティーヤと野菜たっぷりの生春巻き作り
- ※調理、試食、片付けをして終了です。
- 場 働く婦人の家
- 講 diningきいmon 木元 徹さん
- 定 女性12人(市内に在住・勤務の方優先)
- 費 1,000円
- 持 エプロン、三角巾、布巾、お持ち帰り容器
- 申 1月17日(水)午前9時から電話で
- 問 中央公民館 Tel.54-8141
- ※託児あり(要相談)

## 公共職業訓練(ハローワーク)3月期生募集

- 日 3月5日(火)～8月30日(金)
- 午前9時30分～午後3時40分
- 対 ハローワークに求職を申し込み、新たな技術・技能を身に付けて再就職を希望する方
- 定 CAD・NC技術科15人、住宅リフォームデザイン科15人、電気設備エンジニア(企業実習付き)15人
- 費 受講料無料(テキスト代は自己負担)
- 申 12月26日(火)から1月25日(木)までにハローワークの紹介部門で受講申込書入手し、ハローワークの職業訓練担当窓口へ
- 場 問 ポリテクセンター秋田 Tel.018-873-3178

## 親子わくわく教室 「親子でわくわくリトミック講座」

- 日 2月17日(土)午前10時～11時
- 内 ピアノや歌に合わせて体を動かし、子どもの表現力を育むリトミック
- 場 能代市文化会館
- 講 erina音楽教室 工藤絵里奈さん
- 定 市内在住の4～6歳になる年の未就学児とその保護者10組20人
- 持 動きやすい服装、上履き、飲み物、汗拭きタオル
- 申 1月27日(土)午前9時から電話で
- 問 中央公民館 Tel.54-8141

## 介護職員初任者研修

- 日 3月14日(木)～5月15日(木)
- 午前9時～午後3時40分
- 場 ケアコンプレックス(潟上市)
- 対 ハローワークに求職を申し込んでいる方
- 定 15人
- 費 受講料無料(テキスト代などは自己負担)
- 申 1月22日(月)から2月20日(火)までに住所を管轄するハローワークへ
- 問 秋田県立秋田技術専門学校 Tel.018-895-7167



## 司法書士 行政書士 国柄進一事務所

広告

- 相続の手続き、遺言書 ● 死後事務委任契約書作成
- 抵当権の設定、抹消 ● 不動産の売買、贈与
- 会社設立、役員変更、解散、清算

ご自宅までお伺いします。お気軽にご相談ください。

三種町鹿渡字東二本柳31番地(JR鹿渡駅前)

電話 0185-87-4343

FAX 0185-88-8838

Mail shihoukunitsuka@iaa.itkeeper.ne.jp

URL https://shihoukunitsuka.com/

## あけましておめでとうございます

本年も、行政の手続きなど、お気軽にお問合せください。初回相談無料で対応させていただいております。

- 車庫証明・秋田犬ナンバーへの交換
- 業者登録・補助金申請などの手続き
- 遺言書作成とお悔やみの際の各種手続き
- 空き家活用の提案 など



## まつはし行政書士事務所

行政書士 松橋 優悦

登録番号: 23021765

TEL: 070-7778-0284

E-mail: matsu@shirakami.or.jp

広告



# 講座 イベント 情報

費用の記載がない講座やイベントは無料です。

日	…日時	場	…場所	内	…内容
講	…講師	対	…対象	定	…定員
費	…費用	持	…持ち物		
申	…申し込み	限	…期限		
問	…問合せ				

## 新春洋らん展

日 1月6日(土)～8日(月・祝)  
午前9時30分～午後4時30分  
※8日(月・祝)は午後4時で終了  
内 カトリア、リカステ、デンドロビウム、オンシジウムなど多種多様な洋らんを展示  
場 問 能代エナジウムパーク TEL52-2955

## 介護予防教室

●本庁地域包括支援センター  
日 1月11日から毎週木曜日  
午前9時30分～11時30分  
場 サンピノ  
問 本庁地域包括支援センター  
TEL74-7156  
●北地域包括支援センター  
日 1月10日から毎週水曜日  
午前10時～11時30分  
場 特養しののめ  
問 北地域包括支援センター  
TEL74-7730  
●南地域包括支援センター  
日 1月18日(木)午前10時～11時30分  
場 東部公民館  
問 南地域包括支援センター  
TEL74-6700  
>>いずれも  
対 65歳以上の方

## ステップエクササイズ教室

日 1月18日、25日、2月1日、8日、15日、22日、29日、3月7日  
いずれも木曜日 全8回  
午後7時～8時  
講 安井加奈子さん 定 一般女性20人  
持 動きやすい服装、上履き、飲み物、バスタオル  
申 1月12日(金)まで  
場 問 能代市総合体育館 TEL54-3607

## 新春盆栽展

日 1月13日(土)、14日(日)  
午前9時30分～午後4時30分  
※14日(日)は午後4時で終了  
内 黒松、真柏の盆栽など約18鉢を展示  
場 問 能代エナジウムパーク TEL52-2955

## 初心者スキー教室

日 1月20日、27日、2月3日  
いずれも土曜日  
午前9時30分～正午  
※積雪の状況により日程が変更になる場合があります。  
講 スキー指導員  
場 切石ファミリーグレンデ(現地集合)  
定 小学生～一般10人  
費 500円(3回分の料金)  
持 スキー用具一式、手袋、スキーウェアなど、保険証(コピー可)  
申 窓口または電話で  
問 ニツ井公民館 TEL73-2590

## 工作教室「ウィンタークラフトパーティー」

日 1月20日(土)、21日(日)、27日(土)、28日(日)  
午前9時30分～午後3時30分  
※午前11時30分～午後1時30分は昼休み  
内 20日(土)、21日(日)クラフトメニュー  
①キーホルダー、②マカロン、③ロールケーキ、④ドーナツ  
27日(土)、28日(日)クラフトメニュー  
①缶バッジ、②キャンディー、③カップケーキ、④ペンライト  
講 エナジウムパークスタッフ  
定 各メニュー30人(当日受付・先着順)  
場 問 能代エナジウムパーク TEL52-2955



## 市民おもしろ塾 1月講座

●2024年の経済動向とお金の話  
日 1月27日(土)  
午後1時～2時15分  
講 日本銀行秋田支店長 片桐大地さん  
場 中央公民館  
費 会員200円、非会員300円  
問 事務局 TEL080-4131-3634

PICK UP

## サンピノ新年のつどい



新春をみんなでお祝いしませんか。  
日 1月20日(土)午前10時～午後1時  
内 ・午前10時～第一保育所園児の歌と遊戯、能代第一中学校吹奏楽部演奏、昔の遊び体験(こま、お手玉、けん玉など)  
・午前11時50分～餅つき体験  
・午後0時20分～獅子舞  
・午後0時40分～餅の振る舞い  
場 問 サンピノ TEL89-5530

ご家庭のお困り事なら **ご家庭なんでも応援隊** 能代店

粗大ゴミ処分 片付け少量引越 草刈り庭木伐採

ハウスクリーニング 重量物家具移動 遺品整理生前整理

受付時間:8:00～20:00(日・祝日定休)

お見積無料 **0120-123-326** 能代市の許可業者

有限会社 富理恵子 能代市河川字南西山18-9

ご自宅まで訪問します

相続税対策・相続税申告・贈与税申告の相談承ります

明確な料金 事前見積り

オンライン対応 英語対応

法人税・所得税等の相談も

富理恵子 税理士事務所

〒016-0804 能代市万町2-20 TKビル1F  
営業時間 9:00～17:00 TEL 070-9157-8770  
メール info@steuerberaterin-hata.jp  
https://www.steuer-hata.com

お問い合わせはこちら