

講座・イベント

ふれあい健康教室

楽しく、元気に、健康体操で全身を動かしましょう。
日時／①毎月第2木曜日②毎月第2月曜日・10時～11時30分
会場／①象潟体育館②仁賀保公民館
対象／概ね55歳以上
内容／ストレッチ・リズム体操、スクエアステップ・筋トレ
講師／佐々木もと子氏
参加費／1000円/1回
※①は他の木曜日、②は第4月曜日に自主活動を行っています。3回目以降の参加は自主活動グループに入っ

パドルテニスやっています

テニスの小型版です。硬式テニスに似たボールを使って行います。
日時／通年①火曜日・13時～15時②木曜日・9時30分～12時③金曜日・19時～21時④土曜日・19時～21時
会場／①象潟体育館②③上浜都市農村交流センター④象潟体育館(4～9月教室の部)・都市

秋田ノーザンハピネット 25市町村応援DAY

由利本荘にかほ地区在住の皆さんを秋田ノーザンハピネットのホームゲームに特別招待！
対象試合・日時／①仙台89ERS戦・4月19日(水)・19時05分～②宇都宮ブレックス戦・4月21日(金)・19時05分～③宇都宮ブレックス戦・4月22日(土)・15時05分～
会場／CNAアリーナ☆あきた
席種／2F自由席
チケット／無料
定員／各試合先着200人
申込方法／QRコードより申込み(申込みは①～③いずれか1試合のみ)
申込期限／①：4月16日(日)19時②③：4月18日(火)19時
※①～③とも由利本荘市から会場までの無料シャトルバスを運行します。(要事前申込み)

※1人から申込み可能です。
秋田ノーザンハピネット(株)
白井 018・835・5582

農村交流センター(10～3月)
持ち物/室内シューズ、飲み物、動きやすい服装
年会費/3,000円(教室は無料)
問合せ 090・2793・1391

BS健康づくり教室

日時／4月6日(木)・13時～16時
会場／エスパーク★にかほ
内容／インターバル速歩の講義・体験教室
講師／富樫由美(IWTインストラクター)
参加費／無料
持ち物／筆記用具、運動着、室内シューズ
BSスポーツクラブにかほ
044・8663

にかほんじょうはるめぐり スタンプラリー2023

由利本荘市・にかほ市それぞれ2箇所以上ずつ、合計4箇所以上のスタンプを集めて応募すると、抽選で地元特産品が当たります。
今回から全箇所制覇した方はWチャンス!奮って参加ください!
期間／4月8日(土)～5月21日(日)(応募締切は5月31日(水)消印有効)
スタンプ設置場所／▽にかほ市：にかほつと

募集

外部行政評価委員募集

行政サービスや業務への取り組み結果を次の事業実施へ結びつけるため、毎年行政評価を行っていただきます。外部の視点から、より客観的に評価し改善を図るため外部行政評価委員を募集します。
募集人数/8人(書類選考)
会議日程/5月～6月で3回程度を予定(平日昼間)
応募条件/市内在住の満20歳以上の方で、平日昼間に開催される会議に出席可能な方
応募方法/市HPまたは左記の応募先で指定用紙を取得のうえ、必要事項を記入して直接持参または郵送、FAX、メールのいずれかで提出
応募期限/4月14日(金)
応募先/▽直接持参:総務課、金浦市民サービスセンター、市民課市民サービス班▽郵送:FAX・メール:総務課

にかほ市総務部総務課
〒018・0192にかほ市象潟町字浜ノ田1/043・7507/FAX43・5707
soumu@city.nikaho.lg.jp

土田牧場、白瀬南極探検隊記念館、フェライト子ども科学館▽由利本荘市:本荘公園道の駅にしめ、ハーブワールドAKITA、八塩
いこいの森、道の駅 おおうち
由利地域観光推進機構
22・5432

BSリフレッシュヨガ教室

初めての方も、体が硬くても年齢問わず誰でも参加できます。毎月2回開催しています。
日時／4月13日(木)、27日(木)・10時30分～11時30分
会場／仁賀保公民館
講師／由利栄美氏
参加費/▽クラブ会員:300円▽一般:500円
※割引ポイントカードあります。
BSスポーツクラブにかほ
044・8663

チャリティーイベント 春のさんさんバザール

カンボジアの子どもたちに井戸を寄贈するためのチャリティーイベントを行います。飲食や雑貨など多くの出店のほか、本荘二胡サークルによる応援演奏もあります。

子育てサポートかぎぐるま 会員募集

子どもが好きな方、子育て支援に手を貸してくれる方いませんか。
定例活動/毎月第4土曜日10時から12時までフェライト子ども科学館遊戯室で「あそぼうよ!かぎぐるま」を開催
その他活動/市主催行事などの託児業務や研修会など
対象/①子育てサポーター養成講習会を修了された方②保育士、看護師、助産師の資格を有する方
子育てサポートかぎぐるま 池田 035・2356

にかほナイス倶楽部 会員募集

グラウンド・ゴルフを通じてナイスな仲間とナイスな人生を共に楽しもうとする目的で新しく自由な倶楽部が4月より発足しました。
入会希望の方やグラウンド・ゴルフに興味のある方、軽いスポーツとして楽しみたいと思っっている方を対象に講習会(基本的なルール・打ち方等)を随時催します。気軽に問い合わせてください。
にかほナイス倶楽部代表

当日はワンコイン募金のほか書損じハガキ、未使用テレフォンカード、切手等の寄付を募ります。1枚からでも寄付いただければ助かります。ぜひ参加ください。
日時/4月16日(日)・10時～12時(本荘二胡サークル演奏:11時～)
会場/㈱プレス・インターナショナル秋田BPOにかほキャンパス
関戸 038・4660

観桜deウォーキング 「千秋公園」ミルハス

期日/4月18日(火)
バス送迎/▽象潟体育館:9時▽エニワン:9時15分▽仁賀保グリーンフィールド:9時30分
参加費/▽正会員:1,500円▽クラブ会員:1,800円▽一般:2,000円(諸経費含む・昼食代は各自負担)
定員/35人
持ち物/ウォーキングできる服装、飲料水、ほか(詳細は申込み時に連絡)
申込期限/4月12日(水)
BSスポーツクラブにかほ
044・8663

困り事・相談

特設人権相談所
日時/①4月6日(木)②11日(火)・10時～15時
会場/①仁賀保公民館②象潟公民館
主な相談内容/人権相談(差別、名誉、信用、住居の安全、いやがらせ、うわさ、近隣関係)、困りごと(土地、建物の権利および登記、家族(親子、夫婦、扶養、相続)、子どもの人権(いじめ、不登校、体罰)
※相談には、地域の人権擁護委員が応じます。
秋田地方法務局本荘支局
22・1200
山下 090・4739・7269/nikahoniceclu@mail.ne.jp

ひきこもり相談

毎月第2火曜日に開催。電話相談はいつでもどうぞ。
日時/4月11日(火)・14時～16時
会場/エニワン
共催/あきた若者サポートステーション
にかほびおら 杉沢 0187・66・1106

広告