

講座・イベント

サマージャズナイト 2023

▼日時／6月22日(木)・19時
 ▼会場／仁賀保勤労青少年ホーム
 ▼出演／にかほジャズクインテット+3人
 ▼入場料／無料(中学生以下は保護者同伴)
 仁賀保勤労青少年ホーム ☎35・4711

グラウンドピアノを弾いてみませんか?

仁賀保勤労青少年ホーム音楽ホールにあるグラウンドピアノを一般無料開放します。事前に申し込みが必要です。
 ▼期間／6月23日(金)～25日(日)・9時～19時
 ▼会場／仁賀保勤労青少年ホーム
 ▼その他
 ▽個人利用に限る▽他楽器とのセッションも可能▽中学生以下は保護者同伴
 仁賀保勤労青少年ホーム ☎35・4711

船釣りに挑戦!

船が初めてでも、釣りが初めてでも大丈夫!船に乗って釣りを楽しみましょう。
 ▼日時／7月22日(土)・8時30分

マイナンバー

休日午前と火、木曜日19時までマイナンバーカードの申請と交付をしています
 3日前まで電話で予約し来庁ください。
 ◆休日午前の開庁
 ▼日時／6月25日(日)・9時～12時

火、木曜日の開庁延長

▼日時／祝日を除く毎週火・木曜日・17時15分～19時
 ◆申請・交付場所／市民課、税務課市民サービス班、金浦市民サービスセンター
 市民課 ☎32・3035

雇用・職業

自衛官採用試験

◆自衛官候補生(男女)
 ▼試験日／6月18日(日)▼会場／陸上自衛隊秋田駐屯地(秋田市)
 ▼応募資格／採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満の男女
 ▼採用時期／8月下旬から10月上旬
 ▼応募期限／6月16日(金)
 ◆自衛隊一般幹部候補生(男女)
 ▼試験日／6月24日(土)▼会場

講座・イベント

分～12時▼集合場所／金浦漁港
 ▼対象／小学生の親子▼講師／佐藤栄治郎氏▼参加費／10,000円/組(子どもが増える場合は1人につき5,000円追加)
 ▼定員／6組
 ▼受講料／1000円
 ▼申込期限／7月7日(金)
 金浦公民館 ☎38・2049

水曜フィットネスサークル

各自の体力にあわせてストレッチや筋トレを行っています。毎月最終水曜日はヨガを行います。
 ▼日時／毎週水曜日・10時～11時30分
 ▼会場／象潟公民館
 ▼講師／齋藤真弓氏▼参加費／2000円/回
 ▼持ち物／室内シューズ、飲み物、タオル、ヨガマット
 石橋 ☎43・5006

シエイプアップ教室

ストレッチやスロトレで運動不足を解消しましょう。毎月最終木曜日はヨガを行います。
 ▼日時／毎週木曜日・19時30分～20時30分
 ▼会場／象潟公民館
 ▼講師／齋藤真弓氏▼参加費／3000円/回
 ▼持ち物／室内シューズ、飲み物、タオル

困り事・相談

ひきこもり相談

毎月第2火曜日の開催。電話相談はいつでもどうぞ。
 ▼日時／6月13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

こころの健康づくり相談日

うつ、依存症、不登校、ひきこもり、家庭内暴力、思春期におけるこころの相談、育児のお悩み等の相談に応じます。1人1時間です。
 ◆臨心理士による相談日
 ▼日時／6月19日(月)・10時～14時

精神科医による相談日

▼日時／6月22日(木)・14時～15時
 ◆会場／各保健センター
 ▼申込／相談期日の2日前まで仁賀保保健センターへ申し込み
 仁賀保保健センター ☎32・

その他

ハートフリーカフェ

保健所では、依存症問題で悩んでいる方向けにグループミーティングを開催しています。同じように悩んでいる方同士で学びあい、語り合う場です。話しが苦手な方は聞くだけでも大丈夫です。参加は無料で申し込みが必要です。
 ▼日程／▽アルコールグループ(本人向け)：偶数月第3火曜日▽ギャンブルグループ(本人向け)：奇数月第3火曜日▽対人関係グループ(本人向け)：偶数月第1火曜日
 ▽依存症家族グループ(家族向け)：奇数月第1火曜日・13時30分～15時
 ▼会場／由利本荘保健所
 ▼内容／学習タイムとミーティング
 ※保健師による依存症個別相談も利用ください(アルコール、ギャンブル、薬物(処方箋、市販薬含)、ゲーム、ネット、買い物、窃盗、自傷行為、食べ吐き、性に関する事、暴力・暴言、恋愛、ひきこもりほか)。
 由利本荘保健所 ☎22・4120

公共機関から

電波利用環境保護 周知啓発強化期間

6月1日から10日は「電波利用環境保護周知啓発強化期間」です。電波はルールを守って正しく使いまししょう。電波の混信・妨害についての問い合わせは左記まで。
 総務省東北総合通信局相談窓口 ☎022・221・0641

公共機関から

を主催します。グループ・個人どちらの参加も可能で、優秀者には賞品をプレゼントします。
 秋田県温暖化対策課 ☎018・860・1560

募集

「ECCO」参加者募集

県では、大学生や専門学校生等を対象とした「ECO2削減に関するアイデア実践コンテスト(ECCO)」

その他

にかほ市高齢者見守りネットワーク

参加ください。参加には電話による事前予約が必要です。参加は無料です。
 ▼日時／6月20日(火)、7月25日(火)▽免税事業者向け(消費税の仕組みから知りたい方)14時～15時▽課税事業者向け(消費税の申告をしたことのある方)15時30分～16時30分
 ▼会場／本荘税務署
 本荘税務署個人課税部門 ☎22・2595

その他

にかほ市高齢者見守りネットワーク

参加ください。参加には電話による事前予約が必要です。参加は無料です。
 ▼日時／6月20日(火)、7月25日(火)▽免税事業者向け(消費税の仕組みから知りたい方)14時～15時▽課税事業者向け(消費税の申告をしたことのある方)15時30分～16時30分
 ▼会場／本荘税務署
 本荘税務署個人課税部門 ☎22・2595

その他

にかほ市高齢者見守りネットワーク

参加ください。参加には電話による事前予約が必要です。参加は無料です。
 ▼日時／6月20日(火)、7月25日(火)▽免税事業者向け(消費税の仕組みから知りたい方)14時～15時▽課税事業者向け(消費税の申告をしたことのある方)15時30分～16時30分
 ▼会場／本荘税務署
 本荘税務署個人課税部門 ☎22・2595

その他

にかほ市高齢者見守りネットワーク

参加ください。参加には電話による事前予約が必要です。参加は無料です。
 ▼日時／6月20日(火)、7月25日(火)▽免税事業者向け(消費税の仕組みから知りたい方)14時～15時▽課税事業者向け(消費税の申告をしたことのある方)15時30分～16時30分
 ▼会場／本荘税務署
 本荘税務署個人課税部門 ☎22・2595