

講座・イベント

健康づくり食育教室① (象潟会場)

5月から9月にかけて5回シリーズで開催します。この教室で減塩の工夫やバランスのとれた食事について勉強してみませんか。

▼日時／5月21日(火)・10時～13時
▼会場／象潟構造改善センター
▼参加費／3000円
▼定員／先着15人
▼持ち物／エプロン、三角巾、筆記用具、マスク
▼申込期限／5月14日(火)

金浦福寿大学5月授業

元ABSアナウンサーがお送りする「笑って楽しい講演会」です。

▼日時／5月23日(木)・11時～12時
▼会場／金浦公民館
▼対象／金浦地域在住の60歳以上の方
▼内容／「笑いは健康長寿の常備薬」くアナウンサーのこぼれ話と暮らしの中のユーマア
▼講師／上野泰夫氏
▼申込期限／5月10日(金)
▼金浦公民館 ☎38・2049

バラ園&旧家見学deウォーキング「県立農業科学館・旧本郷家」

▼日時／5月24日(金) バス送迎
▼象潟体育館発：9時
▼エニワン発：9時15分
▼スマイル発：9時30分
▼参加費／▽正会員：3,000円
▽クラブ会員：3,200円
▽一般：3,500円(諸経費含む)
▼定員／35人
▼持ち物／運動できる服装、飲み物ほか
▼申込期限／5月17日(金)
※詳細は申し込み時に連絡。
▼NPO法人BSスポーツクラブにかほ ☎44・8663

佐藤倉太郎音楽活動 六十五周年コンサート

▼日時／5月25日(土)・12時30分
▼会場／仁賀保勤労青少年ホーム
▼演奏／にかほブリーズ
▼協力出演／地域の芸術文化団体「歌と演奏の交流発表会」
▼入場料／1,000円(中学生以下は無料・チケットは仁賀保勤労青少年ホーム)
▼佐藤 ☎090・5834・7731

イスに座りながらできる軽運動

秋田県では、身近な優れた環境保全に関する活動を「環境大賞」として表彰しています。個人・学校教育関係・団体の3部門を募集しています。自推・他推を問わず、たくさんの方の応募をお待ちしています。詳細は、「美の国あきたネット(コンテンツ番号「48927」)をご覧ください。
▼募集期間／5月29日(水)～7月1日(月)
▼秋田県温暖化対策室 ☎018・860・1560

令和6年度「環境大賞」募集

困り事・相談

◆臨床心理士による相談日
▼日時／5月13日(月)・10時～14時
◆精神科医による相談日
▼日時／5月16日(木)・14時～15時
◆会場／スマイル
▼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・3000

こころの健康づくり相談日

◆公共機関から
5月は消費者月間です
令和6年度の統一テーマは、「デジタル時代に求められる消費者力とは」です。私たちをとりまく取り引きやサービス、コミュニケーションは急速に変化し、デジタル化が進んでいます。そのような中、私たち消費

空き家相談会

空き家の活用、売却、解体など気軽に相談ください。
▼日時／5月15日(水)・13時～16時
▼会場／仁賀保公民館
▼参加費／無料
▼申込み／下記QRより事前予約(先着順)
▼一社リエゾン 小林 ☎080・6023・9689 / 生活環境課 ☎32・3033

ひきもり相談

毎月第2火曜日に開催。電話相談はいつでもどうぞ。
▼日時／5月14日(火)・13時～15時
▼会場／エニワン
▼共催／あきた若者サポートステーション
▼にかほびおら佐々木 ☎43・3664

トレッチで、健康な身体を作りますよ。
▼日時／5月29日、6月5日、12日、19日、26日(すべて水曜日)・13時30分～15時
▼会場／象潟公民館
▼講師／佐々木もと子氏
▼受講料／1000円/回
▼定員／20人
▼申込期限／5月15日(水)
▼象潟公民館 ☎43・2229

由利組合総合病院 院外サロン『おひさま』 inしんきんプラザ

▼日時／6月1日(土)・13時～15時
▼会場／しんきんプラザ
▼テーマ／がんと共に生きる
▼内容／①12時30分～受付、本閲覧、ハンドマッサージ②13時～講話「私とがん、そして今(患者より)」③13時40分～茶話会
▼対象／がん患者、家族、遺族、医療従事者、地域住民
▼申込期限／5月22日(水)・12時
▼由利組合総合病院 ☎27・1200

中島台獅子ヶ鼻湿原 GGTレック

▼日時／①6月5日(水)②23日(日)・10時～13時
▼受付／観光協会窓口(にかほつと内)・8時40分～9時
▼参加費／4,000円

000円(ガイド料、保険料、食事付き)
▼昼食／麓
▼炊き込みご飯セット
▼定員／各回20人
▼申込期限／①5月22日(水)②6月9日(日)(下記QR)
▼にかほ市観光協会 ☎43・6608

第36回演奏会 リソナンツァムジカール

▼日時／6月9日(日)・14時～(開場は13時30分)
▼会場／由利本荘市カダーレ
▼内容／ピアノソロ、ピアノ連弾、ヴァイオリン、ピオラ、クラリネット、歌による演奏
▼入場料／1,000円
▼武田 ☎22・1167

ボランティア募集

清掃活動のボランティアを募集します。
▼日時／5月15日(水)・9時30分～11時30分
▼集合場所／仁賀保地域：社協仁賀保支所
▼金浦地域：岡の谷地グラウンド
▼駐車場／象潟地域：ねむの丘玄関前
▼持ち物／鎌(象潟地域のみ)
▼にかほ市社会福祉協議会

心げきましょう エシカル消費を

エシカル消費とは、一人ひとりが地球環境や地域のことを考えて日々の買い物をする事です。
◆具体的な取り組みの例
▽リサイクル素材のものや省エネ性能の商品を購入する。
▽食品は必要な量だけ購入する。(食品ロス削減)
▽地元産のものを購入する。(地産地消)
▽買い物に袋が必要な場合はマイバッグを持参する。

台湾東部沖地震 救援金に協力ください

▼受付期限／5月31日(金)・平日8時30分～17時15分
▼募金箱設置場所／▽象潟庁舎：会計課窓口
▽金浦庁舎：金浦市民サービスセンター窓口
▽仁賀保庁舎：市民課市民サービス窓口
▼防災課 ☎43・7504