講座・イベント

ナイトヨガ教室

日時／7月5日(金)・19時〜20時10分 会場／エスパーク★にかほ 参加費／300円 講師／由利栄美さん 持ち物／飲み物、タオル 関BSスポーツクラブにかほ 44・8663

由利組合総合病院 院内サロン『おひさま』

申し込み不要です。お気軽にお越しください。 日時／7月9日(火)・11時〜15時 会場／由利組合総合病院がん相談支援センター 内容／▽11時〜11時30分・院内専門職によるミニ学習会▽13時30分〜15時・茶話会 対象／がん患者、家族、遺族など 関由利組合総合病院 27・1200

BSリフレッシュヨガ&スローエアロビクス(全10回)

日時／7月11日(木)、25日(木)・10時30分〜11時40分 会場／仁賀保公民館 参加費／▽クラブ会員：300円▽一般：500円 講師／由利栄美さん

関BSスポーツクラブにかほ 44・8663

第3回8人制バレーボール 誰でも体験会

一緒に心地よい汗を流しながら明るい地域社会と仲間づくりをして、健康寿命を延ばしませんか。 日時／7月13日(土)・18時30分〜21時 会場／仁賀保体育館 参加費／無料 持ち物／運動できる服装、シューズ、飲み物 関にかほ市8人制バレーボール協会 若林 44・2343

カラダのばす講座 Zoom配信

Zoom配信によるオンラインでの健康体操教室に参加してみませんか。 日時／7月16日(火)・10時〜11時30分 会場／仁賀保公民館、象潟公民館 参加費／無料 講師／齋藤真弓さん 持ち物／ヨガマット、タオル、飲み物 関金浦公民館 38・2049

健康づくり食育教室③ (象潟会場)

3回目の内容は、「毎日のら保護者に配布します。 関BSスポーツクラブにかほ 44・8663

減塩の工夫」の講話と、「うす味料理の工夫」の調理実習です。

日時／7月16日(火)・10時〜13時 会場／象潟構造改善センター 参加費／300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／7月9日(火) 関健康推進課 32・3000

暮らしの保健室 ひだまりーな

暮らしのなかでちよつと相談したいことを気軽に話せる場所です。専門スタッフが対応します。予約は不要で出入り自由です。 期日／7月16日(火) 会場／カダーレ(由利本荘市) 内容／▽10時30分〜12時・講話会、交流タイム『ゆがみとり体操・身体が整うと心が落ち着く』：菊地世智子さん(あい助産院)この会代表、助産師)▽13時30分〜15時・茶話会 参加費／無料(お茶代100円、パステル和アートの体験(お茶代込み) 500円) 関暮らしの保健室ひだまりーな 武田 4090・1492・8425

空き家相談カフェ

何を相談すればいいのかわからない...大丈夫です。まずはお話ししてみませんか。 日時／7月17日(水)・13時〜16時 会場／象潟公民館 関(一社)リエゾン 小林 4080・6023・9689

滝巡りdeウォーキング 「玉簾の滝&本間美術館」

期日／7月18日(木) バス送迎／▽スマイル発：8時30分▽エニワン発：8時45分 関象潟体育館発：9時 参加費／▽正会員：3,200円▽クラブ会員：3,500円▽一般：3,800円(保険料、昼食代、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／7月12日(金) ※詳細は、申し込み時に連絡します。 関BSスポーツクラブにかほ 44・8663

やってみよう！船釣り講座

釣り、船が初めての方などどなたでも大歓迎！船に乗って釣りを楽しみましょう。 日時／7月20日(土)、27日(土)・8時30分〜12時(荒天の

場合は翌日に変更) 会場／金浦漁港 対象／どなたでも(ただし、小学生は保護者同伴) 参加費／中学生以上1人8,000円(小学生の親子は2人で10,000円) 講師／佐藤栄治郎さん 持ち物／クーラーボックス、帽子など(ライフジャケット、釣り竿の無料貸し出しあり) 申込／電話、QR 申込期限／7月8日(月) 関金浦公民館 38・2049

エコなんです 環境問題学習会 私たちの日常生活から起きた環境問題を認識し、これからの新たな取り組みにつなげていきませんか。 日時／7月20日(土)・9時〜12時 会場／シーガル(西目) 内容／気候変動ミステリーを解き明かそう、環境問題にトライ、食品ロスを知ろう 定員／20人 申込期限／7月15日(月) 関由利エコプロ(あきたエコマイスター由利班) 山科 4080・2810・0429

絵手紙展示と無料体験教室

絵手紙・カダーレ開講2周

年、受講生8人と初めての1日だけの展示会を開催します。あわせて絵手紙無料体験コーナーを随時受け付けています。 日時／7月20日(土)・10時〜15時 会場／カダーレ(由利本荘市) 関(一社)日本絵手紙協会公認講師 佐藤 36・3447

夏休み「ちびっ」運動教室

子ども達が運動を好きになるように楽しい動きづくりを指導します。

▼期日・会場／①きさかたコース：7月23日(火)、24日(水) 25日(木)、26日(金)・象潟体育館 ②このうらコース：7月30日(火)、31日(水)、8月1日(木)、2日(金)・金浦小学校体育館 ③にかほコース：8月5日(月)、6日(火)、7日(水)、8日(木)・仁賀保体育館 ④トランポリンDay：8月20日(火)・象潟体育館 時間／16時〜17時 内容／マット運動、鉄棒、とび箱トランポリンほか 対象／小学1、2年生 定員／各コース25人 参加費／①②③1コースにつき600円④300円 持ち物／飲み物、タオル、靴下(④で着用) 申込期限／7月17日(水) ※詳細チラシは、各小学校か

ら保護者に配布します。 関BSスポーツクラブにかほ 44・8663

夏休み科学教室「創造学習」 「おうちで創造学習」

秋田県立大学では、小学生から中学生までを対象に科学教室を開催します。 期間／7月27日(土)〜29日(月) 会場／秋田県立大学本荘キャンパスまたはZoomを利用したオンライン講座 内容／電気で音が鳴るエレキギターを作ったり、モーターを使ってマシンを作ったりなど全16種類のテーマを用意しています。内容や対象学年など詳しくは秋田県立大学HPで確認ください 申込 〓HPのエントリーフォームから申し込み 〓申込期限／7月12日(金) 関秋田県立大学本荘キャンパス総務・企画チーム 27・2000

第30回クラシック音楽をあなたと〜有森博ピアノリサイタル〜

日時／7月28日(日)・16時開演 会場／象潟公会堂 入場料／▽一般：3,000円

(当日3,500円)▽高校生以下：1,000円(当日1,500円) ※チケットは左記でお求めになるか、市内各公民館および仁賀保勤労青少年ホームで購入できます。 関クラシック音楽をあなたと実行委員会 眞嶋 43・3064 〓y.masima@rainbow.plala.or.jp

操縦免許証更新・失効講習

日時／8月24日(土)・10時 会場／秋田県漁業協同組合南部支所(金浦) 必要書類等／小型船舶操縦免許証の写し、住所変更の場合は住民票(本籍記載)、免許証紛失は運転免許証の写し、操縦免許証、受講料、証明写真(当日撮影) 申込期限／開催8日前(連絡済みにて当日可) ※4月から特定操縦免許制度が変わり、2年以内に移行講習(JEIS東北)を修了する必要があります。 関金浦海事代理士事務所 4018・857・0167

シルバードライバーズ 安全運転講座

日時／9月13日(金)・15時〜16時30分 会場／仁賀保公民

令和6年度「環境あきた県民塾」塾生を募集

秋田県では、座学と施設見学を通じて環境問題について学べる講座を能代市で開催します。受講を希望する場合は、事前に申し込みください。 期間／7月6日(土)〜11月16日(土)(全6回) 関秋田県温暖化対策室 4018・860・1573