仁賀保保健センター（スマイル内）☎32－3000
金浦保健センター ☎38－4200
象潟保健センター ☎43－7501

※各種相談は秘密厳守です。

6月の「ほたるの会」コーヒーサロン

なんとなく疲れたとき、誰かに話を聞いてほしいとき、どなたでも、お気軽に立ち寄ってください。（各会場午前10時～11時30分）

○仁賀保地域（第1・3水曜）
期日 6日(水)、20日(水)
会場 仁賀保勤労青少年ホーム

○金浦地域（第2・4火曜）
期日 12日(火)、26日(火)
会場 エニワン

○象潟地域（第1・3火曜）
期日 5日(火)、19日(火)
会場 象潟構造改善センター

こころの相談日

育児や不登校・ひきこもり・家庭内暴力などの思春期の問題、うつなど、臨床心理士が相談を行います。
期日 6月14日(木)
時間 午前10時～午後3時
※1人1時間
会場 仁賀保保健センター
申込 12日(火)まで仁賀保保健センターへ

精神保健相談日

精神科医師による相談。本人、家族が対象です。
期日 6月21日(木)
時間 午後2時～3時
午後3時～4時
会場 仁賀保保健センター
申込 19日(火)まで仁賀保保健センターへ

親と子のニコニコクラブ

毎月、季節に応じた行事や遊びを開催しています。保育園に入園前のお子さんとその保護者が対象です。
（全コース共通）
申込先 象潟保健センター
受付 午前9時30分～10時
◆ひよこコース
期日 6月6日(水)
対象 23年4月2日～24年4月1日生まれ
内容 歯のおはなし
申込期限 6月4日(月)
◆ぱんだコース
期日 6月11日(月)
対象 22年4月2日～23年4月1日生まれ
内容 リズムあそび
申込期限 6月7日(木)
◆うさぎコース
期日 6月18日(月)
対象 20年4月2日～22年4月1日生まれ
内容 リズムあそび
申込期限 6月14日(木)
◆全コース
期日 6月26日(火)
対象 20年4月2日～24年4月1日生まれ
内容 作ってあそぼ
会場 仁賀保保健センター
申込期限 6月21日(木)

▽すくすく広場（6月の象潟保健センター開放日）
期日 1日(金)、4日(月)、5日(火)、7日(木)、12日(火)、14日(木)、15日(金)、19日(火)、25日(月)、28日(木)、29日(金)
時間 午前9時30分～11時30分

▽6月のにこにこ相談日（身長・体重も測れます）
期日 15日(金)
時間 午前10時～11時

ポリオ予防接種

期日 6月12日(火)
時間 午後0時50分～1時10分
会場 金浦保健センター
対象 24年3月12日以前に生まれ、定期の回数（2回）を終了していない乳幼児
※仁賀保・象潟地域の方は、各地域の保健センターに連絡ください（ワクチンの都合によりお断りする場合があります）

日本脳炎予防接種

平成22年度から日本脳炎の予防接種が再開されています。24年度接種対象者は接種を受けてください。
▽第1期初回1回、2回目
・平成21年4月2日～22年4月1日生まれ
・平成15年4月2日～17年4月1日生まれで第1期を終了していない方
▽第1期追加
・平成20年4月2日～21年4月1日生まれ
・平成14年4月2日～15年4月1日生まれで第1期初回2回目を終了後、1年を経過した方
問合先 象潟保健センター

成分献血にご協力ください！

成分献血は、体に負担の少ない献血です。
日時 6月4日(月)
①10時～11時
②11時～12時
③13時～14時
④14時～15時
⑤15時～16時
会場 仁賀保庁舎
※事前に申し込みください
問合・申込先 健康推進課 ☎32・3000

Nikaho's Information くらしの掲示板

学び・趣味・講座

パソコン教室活用編

「フォト俳句・短歌の作り方」を学びましょう！
期日 6月7日(木)
時間 午前9時30分～正午
会場 象潟公民館
受講料 100円／1回
講師 今野誠次氏
定員 15名
申込・問合先 象潟公民館 ☎43・2229

市民講座②「薬とくらしの健康」～薬・サプリメント他～

様々な情報が飛び交う健康・食品・サプリメント。多くの情報に戸惑いを感じることがありませんか？
地域医療の最前線で活躍するプロが分かりやすく教えます。
期日 6月9日(土)
時間 午前10時～
講師 本荘第一病院薬剤長 佐々木のり子氏
受講料 100円
会場 象潟公民館
申込・問合先 象潟公民館 ☎43・2229

さつき盆栽展示会

期日 6月16日(土)、17日(日)
時間 午前9時～午後5時（17日は午後3時まで）
会場 スマイル
主催 にかほ市さつき盆栽同好会
申込・問合先 佐藤☎35・3535

市民講座「地域の底力」～ケンミンのはなし～

あなたは「秋田」にどんなイメージを持っていますか？「3・11」以来、改めて地域のあり方がクローズアップされています。今回の講話は、秋田の歴史と地域性、普段住んでいても気づかない地域の良さ、活性化へ向けての展望など、秋田が元気になるためのヒントがつまったお話です。
日時 7月1日(日)午後1時
会場 金浦公民館
講師 国際教養大学教授 勝又 美智雄氏
受講料 100円
申込期限 6月29日(金)
申込・問合先 金浦公民館 ☎38・2171

調理師試験対応講習会

母子家庭のお母さんなどが、調理師試験に向けて知識を習得し、就労と生活の向上を図ることを目的として開催されます。
期間 7月3日(火)、4日(水)、5日(木)
時間 午前9時～午後5時
会場 秋田県ひとり親家庭就業・自立支援センター研修室（秋田市）
対象 県内在住のシングルマザー
受講料 無料（テキスト代別途）
申込期限 6月20日(水)
申込・問合先 秋田県ひとり親家庭就業・自立支援センター☎018・896・1531
市福祉事務所☎32・3034

困りごと・相談

多重債務相談窓口

自らの収入で返済しきれないほどの借金を抱え、お悩みの方々からの相談に応じています。相談者が抱える借金の状況をお聞きするとともに、必要に応じ弁護士・司法書士などの専門家に引継を行います。
相談は無料です。お気軽にご利用ください。
受付期間 平日（祝日、年末年始除く）
受付時間 午前8時30分～午後5時15分
相談窓口 財務省東北財務局 秋田財務事務所理財課（秋田第2合同庁舎3階）
専用電話 ☎018・862・4196

『オアシスねっと♡』参加者募集

疲れを癒し、安らぎを与えてくれる空間と仲間づくりのネットです。
料理やアート体験のほか、個別に似合う装いを診断するパーソナルカラーチェックなどの講座を通して、人との出会いを楽しみながら、新しい生き方を見つけませんか？

対象 20～40歳の県内在住・在勤の独身男女各15名
応募締切 6月25日(月)
申込・問合先 『オアシスねっと♡』事務局（社会教育課）
☎38－2171 FAX38－4925
E-mail:kyouiku-sk@city.nikaho.lg.jp

日程表

7/1	お菓子作り・コーヒー淹れ方講座＆ティータイム
7/29	ベーグル作り体験＆ランチパーティー
8/12	フライパンで燻製＆採れたて野菜パーティー
9/2	書アート体験＆パーティー
9/30	パーソナルカラーチェック＆ファッションアドバイス
10/14	男女フリートーク＆カウンセリング