Nikaho's Information くらしの掲示板

学び・趣味・講座

ハラールフードを食べてみよう！食から学ぶイスラム文化

秋田で暮らすイスラム教徒の生活はどのようなものか、公演や留学生を交えた座談会を通じて学びます。

期日 1月24日(土)
時間 午前11時～午後1時
会場 秋田県民会館
参加費 500円（ハラール食の試食有り）
※事前申し込みが必要です。
問合先 秋田県国際交流協会☎018・893・5499

仁賀保高校学校開放講座ビデオ編集（初級）

パソコンとビデオカメラは持っているけど編集まではなあ…という方にお勧めです。無料ソフトを使って映像編集を始めましょう！

期日 2月10日～24日の火曜・木曜（計5回）
会場 仁賀保高校マルチメディア室
受講費 無料
対象 パソコンやビデオカメラを利用している方（初心者歓迎）
定員 16人（定員になり次第締め切り）
申込・問合先 仁賀保高校ホームページまたは、☎43・4791

入園・入学準備 かばん作り教室

保育園や小学校生活に必要な弁当袋や体操着入れなどを手作りしませんか。作り方などのお手伝いをさせていただきますので苦手な方も気軽にお越しください。

期日 2月21日(土)、22日(日)
時間 午前9時～午後4時
会場 仁賀保公民館
講師 佐々木和子氏
受講料 100円
持ち物 裁縫道具、布地等材料（会場で購入可）
託児 2月12日(木)まで要申し込み
※会場内にミシン・アイロンを準備しています。自由にご利用いただけます。
申込・問合先 仁賀保公民館☎37・3121

イベント・催し物

おもちゃライブラリーin金浦＆象潟

市社会福祉協議会では、おもちゃ遊びを通じて、就学前の子ども同士や保護者がふれあう「おもちゃライブラリー」を開催しています。申し込みは不要です。お気軽にお越しください。

期日 ①1月30日(金) ②2月18日(水)
時間 午前10時～11時30分
会場 ①象潟保健センター ②金浦保健センター
参加費 無料
※時間内の入退場は自由。保護者は同伴願います。
問合先 市社会福祉協議会☎43・2543

第6回ミニ写真展 鳥海山の四季とあれこれ

お気軽にお越しください。

期日 1月24日(土)、25日(日)
時間 午前9時～午後5時
会場 長岡自治会館（無料）
問合先 須藤☎080・1830・0540

愛のチャリティライブ ～忘れず助け合い備えるために～

震災体験を伝えるために結成された「つたえ隊」と「あんべ光俊」によるチャリティライブ第2弾です。

期日 2月7日(土)
時間 午後3時～5時30分
会場 象潟公会堂
入場料 1、000円
問合先 NPOC渡部☎090・1932・5002

スポーツ

シェイプアップ教室

有酸素性運動＋筋トレで脂肪を燃焼！無理なく自分のペースで楽しめます。いつでもお気軽にご参加ください。

期日 毎週木曜日（毎月最終木曜日はヨガ）
時間 午後7時30分～8時30分
会場 象潟公民館
講師 齋藤真弓氏
参加費 300円／回
持ち物 室内シューズ、タオル、飲料など
※申し込み不要です。
問合先 伊東☎090・2603・2013

BSスノートレッキング

期日 1月23日(金)
時間 午前8時～午後3時
場所 南由利原（大谷地池周回コース）
参加費 正会員1、700円、クラブ会員1、800円、一般2、000円（昼食、保険料等）
定員 25人
持ち物 防寒着、長靴、飲料
※スノーシュー、昼食は主催者で準備します。
バス送迎 象潟体育館午前8時、JA金浦前8時15分、ビフレ8時30分
申込期限 1月20日(火)
申込・問合先 NPO法人BSスポーツクラブにかほ☎44・8663

整える！体幹部

筋肉バランスを整えて安定した姿勢を手に入れよう。猫背の改善や腰痛・肩こりなどの不調を起こさない身体作りを！

期日 2月4日(水)、3月4日(水)
時間 午前10時～11時15分
会場 金浦公民館
講師 伊藤みふゆ氏
参加費 100円
持ち物 ヨガマット等敷物
定員 15人
託児 100円（28日(水)まで要申し込み）
問合先 スポーツ振興課☎33・8855

第9回にかほ市フットサル大会

期日 2月15日(日)
会場 象潟体育館、とんがり童夢パオ
参加資格 ▼市内在住・在通・在学者で中学生以上▼1チーム5人以上
※中学生は学校の許可が必要です。
参加費 1チーム2、000円＋保険料1人100円（予定）
申込期限 1月30日(金)
申込先 象潟体育館
代表者会議 2月5日(木)、午後7時～仁賀保公民館
問合先 市サッカー協会 佐々木☎090・5357・8276

その他

第6期本荘由利広域市町村圏組合介護保険事業計画（素案）にご意見をお寄せください。

意見の提出方法や、資料閲覧期間は次の通りです。

期間 1月15日(木)～2月16日(月)
提出方法 住所、氏名を明記し、ご意見を郵送・持参・ファクス・メールのいずれかで提出
提出先 〒018・0871、由利本荘市尾崎17、FAX24・3359 E-mail:honyuko@chokai.ne.jp
資料閲覧 ▼本荘由利広域市町村圏組合介護保険課▼由利本荘市長寿支援課▼にかほ市子育て長寿支援課▼または介護保険課ホームページ http://www.chokai.ne.jp/honyuko/
問合先 本荘由利広域市町村圏組合介護保険課☎24・3347

にかほ市共通商品券（プレミアム付き）第2回目販売開始

今年度2回目の「にかほ市共通商品券」を販売します。10％のプレミアム付きで1万円で1万1千円分の商品券が購入可能です。

券の額面 1、000円
購入限度額 1世帯10万円（販売単位1口1万円）
販売期間 1月21日(水)～売り切れまで（平日のみ）
※総額3千3百万円分を販売します。予約はできません。
販売時間 午前9時30分～午後4時30分
有効利用期限 7月20日(月)
販売先 ▼商工会金浦本所▼象潟支所▼仁賀保支所
問合先 商工会金浦本所☎38・3350