

# Nikaho's Information

## くらしの 掲示板

### 学び・趣味・講座

#### にかほ将棋愛好会9月例会

金浦地区、仁賀保地区の方、大歓迎です。

期日 9月6日(日)  
時間 午前9時45分～午後2時30分

会場 象潟公民館

参加費 600円(昼食は注文)

問合せ 石橋

☎43・5006

#### シニア犬にオススメレシピ！ 犬の手作りごはん教室

愛犬のための手作りごはん料理教室です。コツを掴んで、その日のワンちゃんごはんにしていただけます。

期日 9月13日(日)

時間 ①午前10時～11時30分  
②午後1時30分～3時(①②同内容)

会場 スマイル

講師 佐藤 絵美里氏(ホリスティックケア・カウンセラー)

参加費 1,000円(材料費等含む)

持ち物 エプロン、筆記用具

申込・問合せ 佐藤

☎090・4728・2656

#### 由利組合総合病院がん相談支援センター サロンおひさま

期日 9月15日(火)

時間 ①午前11時30分～正午  
②午後1時～3時

内容 ①薬剤師による「がんと薬」の学習会  
②「茶話会」

※お茶やお菓子を食べながらお話ししたりバステル和アートの気分転換してみませんか。

会場 由利組合総合病院内

申込・問合せ がん相談支援センター

☎27・1200

### スポーツ

#### 笑いヨガ

一笑懸命(いっしょうけんめい)笑って健康!心もリラックス!皆でアツハツハと顔晴り(がんばり)ましょう!

期日 9月12日(土)

時間 午前10時～11時30分

会場 仁賀保公民館

講師 伊藤 晴美氏  
受講料 200円

持ち物 飲み物  
申込期限 9月8日(火)

申込・問合せ 仁賀保公民館

☎37・3121

#### BSスポーツクラブ 獅子ヶ鼻湿原トレッキング

期日 9月12日(土)

時間 午前10時～午後1時30分

会場 獅子ヶ鼻湿原

集合 中島台レクリエーションの森管理棟前広場

バス送迎 ▼スマイル:午前9時  
▼金浦農協:午前9時15分  
▼象潟体育館:午前9時30分(200円負担)

参加費 ▼正会員300円  
▼クラブ会員400円  
▼一般500円(保険料含む)

定員 30人

持ち物 飲料水、昼食、雨具等

申込期限 9月9日(水)

申込・問合せ NPO法人BSスポーツクラブにかほ☎44・8663

#### 第9回JA秋田しんせい組合長杯 年金友の会ラウンドゴルフ 金浦地区予選会

期日 9月17日(木)

受付 午後0時30分～  
競技 午後1時30分～

会場 南極公園グラウンドゴルフ場

対象 JAから年金を受給している会員の皆さま

申込期限 9月10日(木)

申込・問合せ JA秋田しんせい金浦支店

☎38・2005

#### フライングディスク教室

プラスチックの円盤(ディスク)を投げたり、捕ったりしてみよう。ディスクゴルフにも挑戦します。

期日 9月19日(土)

時間 午前9時30分～11時30分

会場 南極公園

※雨天時は金浦体育館

指導 にかほ市スポーツ推進委員

参加費 無料

持ち物 タオル、飲み物、内ズック(雨天時)

対象 小学生以上  
問合せ スポーツ振興課

☎33・8855

### スポーツ

#### 体力テスト会

体力年齢を調べてみませんか。今後の体力づくりに役立ちます。

期日 9月26日(土)

時間 午後6時30分～8時

会場 仁賀保体育館

測定員 にかほ市スポーツ推進委員

持ち物 内ズック

対象 20歳以上  
問合せ スポーツ振興課

☎33・8855

#### やわらかヨガ

姿勢や呼吸を確認しながら、ゆつくりとヨガを楽しみましょう。はじめての方どうぞ。

期日 9月30日(水)

時間 午前10時～11時15分

会場 仁賀保公民館

講師 海老名 真紀氏

参加費 100円

持ち物 ヨガマット  
託児 100円(9月23日(水)まで要申し込み)

#### 第6回BSフェスティバル スポーツ交流会

どなたでもお気軽に参加できます。参加者全員に記念品があります。

期日 10月3日(土)

時間 午後0時30分～3時

会場 南極公園周辺(雨天時、仁賀保体育館)、象潟グラウンド

内容 グラウンドゴルフ、ディスクゴルフ、ペタンク、スポーツ吹矢、サッカー交流ゲーム

参加費 ▼会員:男2,000円、女1,500円、子ども800円  
▼一般:男2,500円、女2,000円、子ども1,000円

▼競技のみ参加:500円

※原則小学4年生以下は保護者同伴で会費が必要

〈演武「空手道」パーティー〉

時間 午後4時～6時

#### ふれあいショップ

期日 ①9月4日(金)、②5日(土)

時間 午前10時～午後2時

会場 ①イオンスーパーセンター本荘店、②道の駅岩城、道の駅にしめ、道の駅おうち、道の駅象潟

### イベント・催し物

#### JAまつり2015

期日 9月5日(土)

時間 午前10時～

会場 あきた総合家畜市場(由利本荘市)

出演 超神ネイガー、ジャングルキッズ、由利高

校民謡部、ケース&マサ、梅若会(民謡)、川野夏美、北山たけし

申込・問合せ JA秋田しんせい農業協同組合

画課☎27・1661

#### 和文化教育第12回全国大会 秋田県本荘由利大会開催

期日 9月18日(金)～20日(日)

会場 文化交流館カダーレ

参加費 ▼一般500円(2日間有効) ▼資料代500円

主な内容

内容 作業製品の販売(木工製品、陶芸製品、ピズ製品、メモ帳他)

問合せ ゆり養護学校 総合支援部 佐藤

☎27・2630

#### 国際ソプロチミスト本荘 チャリティコンサート2015

期日 10月3日(土)

開場 午後1時～

開演 午後2時～

会場 本荘グラウンドホテル

出演 木村俊介&小野越郎

内容 和の響き 篠笛と津軽三味線

入場料 2,500円(コピー1紙付き)

問合せ 工藤

☎24・4338

18日/午後1時～5時10分  
○児童生徒による和 cultura アトラクション  
○特別講演 山折 哲雄氏(宗教学者)  
19日/午前9時20分～午後4時  
○小・中学校の公開授業と活動発表

○基調講演 梶田 徹一氏(和文化教育学会会長)

20日/午前9時～正午  
○奥の細道巡見(事前予約制) 参加費2,000円

問合せ 学校教育課

☎38・2266