

# Nikaho's Information

## 暮らしの情報

**女性の健康づくり事業  
「講演会」と「骨密度測定」**

3月1日～8日は女性の健康づくり週間です。それにならみ講演会を開催します。ぜひご参加ください。

期日 3月24日(火)  
受付 午後1時～1時10分  
会場 スマイル  
対象 市内在住の女性  
内容 ▽骨密度測定(40人限定) ▽講演会  
演題 骨粗しょう症の予防と治療について  
講師 菊池俊彦氏(由利組)

合総合病院医師)  
申込期限 3月23日(月)  
申込・問合せ 金浦保健センター ☎38・4200

### にかほ市リフレッシュ教室 参加者の募集

特定健診や人間ドックなどで、高血圧・高血糖・脂質異常・肥満などの症状を指摘され、生活習慣の改善が必要とされた方を対象に行っている教室です。毎月1～3回、運動と栄養の両面から改善できるようなメニューを取り入れ、1年間を通して開催しています。メタボリックを改善したいという方、生活習慣を変え、きつかけが欲しい方、ぜひ申し込みください。

※申し込みのあった方に、年間予定表と通知を送付します。

申込期限 3月26日(木)  
申込・問合せ 健康推進課  
☎32・3000  
金浦保健センター  
☎38・4200  
象潟保健センター  
☎43・7501

### 成分献血のお知らせ

体に負担が少ない成分献血にご協力ください。

1時間程度、時間がかかり、採血できる人数に限りがあるため、事前に申し込みが必要で、当日に欠員が生じたり、定員に不足している場合は、当日でも受け付けできません。

日時 3月27日(金)  
①午前10時～正午  
②午後1時～4時  
会場 市役所象潟庁舎  
申込・問合せ 福祉事務所 総務係 ☎32・3034

### 種苗交換会で使用した木材チップを無料配布

昨年の種苗交換会で、会場の保護材として使用した木材チップを、次のとおり無料で配布します。有機肥料などに利用できません。チップ置き場(消防本部前広場)から、自分で搬出できる方が対象です。

配布期間 3月16日(月)～26日(木)

時間 午前9時～午後4時  
申込・問合せ 種苗交換会事務局 ☎38・4302

### 仁賀保勤労青少年ホーム トレーニングルーム 利用者の募集

仁賀保勤労青少年ホームトレーニングルームの利用者を募集します。年度登録制で、新規登録の方は利用者登録講習会を受講していただきます。

講習日は、広報にかほの行事カレンダーで確認してください。

開館時間 午前9時～午後9時30分  
休館日 毎週水曜日、年末年始(12月29日～1月3日)  
設備等 ▽ランニングマシン ▽エアロバイク ▽ウエイトトレーニング用器具 ▽男女別シャワー室ほか  
利用料 ▽25歳未満の勤労青少年：無料 ▽一般：2,000円 ▽高校生：1,000円  
申込・問合せ 仁賀保勤労

青少年ホーム  
☎35・4711

### 金浦公民館からお知らせ

これまで金浦公民館(金浦勤労青少年ホーム・金浦コミュニティセンター・金浦体育館)は月曜日を閉館日としていましたが、4月から月曜日も開館します。一層、ご利用ください。

なお、出入口は金浦勤労青少年ホーム側の1カ所になります。

問合せ 金浦公民館  
☎38・2049

### 「仁賀保・金浦・象潟 水墨画教室作品展示会」 「篆刻教室作品展示会」

期間 3月20日(金)～22日(日)  
時間 午前9時～午後5時  
(20日は午後1時から、22日は午後3時まで)  
会場 金浦勤労青少年ホーム 2階軽運動室  
※21日午後1時～4時、水墨画体験コーナーを開催。  
問合せ 金浦公民館  
☎38・2049

### 白寿大学受講生の募集

白寿大学は60歳以上の方を対象に、月1回開催しています。講演の聴講や、文化祭への出展作品作りなどを行っています。

互いに親しみ、楽しく元気に学ぶ大学です。お気軽に申し込みください。

開講式日時 4月23日(木) 午前10時10分  
会場 象潟公民館  
対象 象潟地域在住の60歳以上の方  
年会費 1,000円  
申込期限 4月3日(金)  
※前年度受講した方は、地区連絡員に申し込みしてください。

申込・問合せ 象潟公民館  
☎43・2229

### にかほっとバスツアー 参加者募集

市民向けに、市内のバスツアー参加者を募集します。

日時 3月26日(木)  
午前9時30分～午後3時30分(象潟庁舎前)

### 前9時30分集合)

内容 ▽酒蔵飛良泉見学 ▽米粉ピザ作り体験ほか  
参加費 ▽一般：2,000円 ▽小学生以下：1,000円 ▽3歳以下：無料  
申込期限 3月23日(月)  
※各庁舎・公民館に備え付けの申込用紙に記入のうえ、ファクスで申し込みしてください。

申込・問合せ 市観光協会  
☎43・6608  
☎43・6609

### 「自然の恵みの体感」をテーマに開催します。

自然からの贈り物、ミツバチの巣からつくるキャンドルで、自然の恵みを体感しましょう。

日時 3月20日(金) 午後2時～5時  
(午後1時受付開始)  
会場 旧鮎川小学校(由利本荘市)  
対象 小学生以上

### 「由利地域森・川・海の 保全ネットワークセミナー」

※小学校低学年は保護者の同伴が必要です。

講師 安藤竜二氏(「ハチ蜜の森キャンドル」代表、山形県環境アドバイザー)  
定員 先着70名  
申込・問合せ 由利地域振興局森づくり推進課 振興・管理班  
☎22・8351

日時 3月29日(日) 午後1時30分  
会場 象潟構造改善センター 1階研修室  
内容 絵本や詩の朗読、昔話など  
問合せ 宮嶋  
☎43・4707

### 災害時語学 ボランティアの募集

災害弱者となることが予想される外国人等のため、県では「災害時語学ボランティア」を立ち上げています。現在、53名が登録され

### 太極拳会員の募集

ていますが、新たに21年4月登録者を募集します。

詳細は秋田県ホームページから、または連絡のうえ募集要項等を郵送します。

問合せ 秋田県学術国際政策課 地域国際化班  
☎018・860・219

▼昼の部  
日時 毎週土曜日  
(開講日4月11日)  
会場 都市農村交流センター  
午前10時～正午

▼夜の部  
日時 毎週水曜日  
(開講日4月8日)  
会場 象潟構造改善センター  
午後7時～9時

対象 老若男女問わず  
定員 昼・夜各15名  
会費 ▽大人2,000円  
▽中学生以下1,000円  
0円  
申込・問合せ 象潟太極拳愛好会 眞嶋  
☎43・3064

### 秋田県出身者による 新人演奏会の開催

山形大学地域教育文化学部音楽芸術コースに在学する、本県出身者による演奏会を開催します。申し込み不要で入場無料です。

期日 3月20日(金)  
開場 午後2時  
開演 午後2時30分  
会場 西目公民館シーガル  
出演者 小杉晴香氏(にかほ市出身・クラリネット)ほか  
問合せ 小杉 ☎21・5838

### 遊漁者の皆さんへ 「漁業権侵害等」に注意を

沿岸地域でアオサ・ワカメ、岩ノリ・モズク・カキ・サザエ等の水産動植物を採捕すると、漁業法により漁業権侵害に問われ、罰せられる場合があります。

ご注意ください。

問合せ 秋田県漁業協同組合 南部総括支所  
☎38・2210