

令和2年度 未来農業の フロンティア育成研修生を募集

農林水産課 ☎ 38 - 4303
由利地域振興局農業振興普及課 ☎ 22 - 8354

県農業試験場などで4月から2年間、実習や講義を通じて農業経営に必要な知識や技術を習得できます。

◆研修コース

| 研修先 | 研修コース |
|-----------|----------|
| 農業試験場 | 作物、野菜、花き |
| 畜産試験場 | 酪農、肉用牛 |
| 果樹試験場 | 果樹（りんご等） |
| かづの果樹センター | |
| 天王分場 | 果樹（梨等） |

◆応募資格

- 次の要件全てを満たす方が対象となります。
- ①農業後継者または新たに農業を始める方などで、就農意欲の高い方
- ②研修修了後、確実に県内で就農できる方
- ③応募時点で年齢が50歳未満の方

◆受付期間 1月17日(金)まで

※市農林水産課または由利地域振興局農業振興普及課へお問い合わせください。

◆その他

- ①募集人数には限りがあります。
- ②書類審査、小論文、面接試験があります。
- ③研修期間中は、研修奨励金もしくは国の農業次世代人材投資資金（準備型）を受給できます。

2 高齢者等声かけ見守り巡回日程

市社会福祉協議会 ☎ 32 - 3010
子育て長寿支援課 ☎ 32 - 3042

下記の日程で訪問します。75歳以上の高齢者のみの世帯が対象です。65歳以上の高齢者がいる世帯も希望により訪問します。



| 期日 | 巡回地域 |
|---------|--|
| 1月6日(月) | 高森団地、赤石1・2区、地藏町区、岡の谷地1・2区、上町1・2区 |
| 7日(火) | 新丁1・2区、堀切区、踏切2区、新町2区、木の浦区 |
| 8日(水) | 大竹1・2・3区、前川1・2区、山王区、夢が丘区、桜が丘区、十二林1・2区、駅通り区2、南金浦区 |
| 9日(木) | 北向区、塩焚浜区、浜金浦1・2区、北金浦1・2区 |
| 14日(火) | 黒川区、飛区、新町3区、花湯区、駅通り区1、新町1区、踏切1区 |

3 フェライト子ども科学館実験教室

問 フェライト子ども科学館 ☎ 32 - 3150

〈かんたん実験工作教室〉

『マグピンをつくろう!』

期日 1月4日(土)

『こまをつくってあそぼう!』

期日 1月11日(土)

『プラ板キーホルダーをつくろう!』

期日 1月13日(月)※

時間 ①10:00~11:30 ②13:30~15:00

対象 来館者（事前申し込み不要）

参加費 無料（別途入館料は必要）

〈冬休み特別企画展開催中!〉

『はぐるまキッズランドⅡ』

期間 ~1月13日(月)※まで

会場 科学館2階多目的ギャラリー

参加費 無料（別途入館料は必要）

給与支払報告書の提出は 4 1月21日(火)までお願いします

問 税務課 ☎ 43 - 7505

平成31年1月から令和元年12月末までに給与や自治会報酬、活動組織の日当等の支払いをした場合、支払いを受けた方の住所地（令和2年1月1日現在の市町村）へ給与支払報告書を提出する必要があります。提出が遅れますと、給与や日当の受給者が申告相談に来場された際、スムーズな申告ができませんので早めの提出にご協力をお願いします。

※提出が遅れる場合は、税務課まで連絡をお願いします。



5 にかほ夢ギャラリー1月のご案内

「ちょこっと心のいっぴく ふら~あっとほーむへ」

会場：JR仁賀保駅待合室ギャラリー

問 まちづくり推進課 連携推進班 ☎ 43 - 7510

「2020 写友にかほ 新春写真展」

出展者：写友にかほ（期間：1月5日(日)~30日(木)）

会場：仁賀保公民館

問 仁賀保公民館 ☎ 37 - 3121

「佐藤薫絵画展」

出展者：佐藤 薫（秋田市在住・にかほ市出身）

会場：金浦公民館

問 金浦公民館 ☎ 38 - 2049

「象潟楽書クラブ小作品展」

出展者：象潟楽書クラブ

会場：象潟公民館

問 象潟公民館 ☎ 43 - 2229



福祉健康保健

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

親子のニコニコクラブ

〔全コース共通〕

期日 1月15日(水)

受付 午前9時30分~10時

会場 象潟保健センター

対象 平成27年4月2日~令和元年9月1日生まれ

内容 おはなしなあに？

申込期限 1月8日(水)

申込 象潟保健センター

すくすく広場

1月の象潟保健センター開放日

期日 6日(月)、9日(木)、10日(金)、14日(火)、17日(金)、21日(火)、22日(水)、23日(木)

時間 午前9時~午後3時

28日(火)、31日(金)

ニコニコ相談日

（身長・体重も測れます）

期日 31日(金)

時間 午前10時~11時

ニコニコ健康づくり相談日

うつ、依存症、不登校、ひきこもり、家庭内暴力、思春期におけるこころの相談、育児のお悩み等の相談に応じています。一人で悩まずにご相談ください。1人1時間です。

◆精神科医による相談日

期日 1月23日(木)

時間 午後2時~4時

◆臨床心理士による相談日

期日 1月31日(金)

時間 午前10時~午後2時

会場 各保健センター

申込 相談期日の2日前まで

仁賀保保健センターへ

健康づくり食育教室④

（仁賀保会場に参加しませんか）

4回目的内容は「食べ物や飲み物に含まれる糖分の量」の講話と「カロリーを減らす工夫、手作りおやつ」の調理実習です。

期日 1月15日(水)、16日(木)

時間 午前10時~午後1時

会場 スマイル

参加費 300円

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具

定員 両日とも18人(先着順)

申込期限 1月8日(水)

産後ママと赤ちゃんのからだケア教室

産後のママの体調を整えることは赤ちゃんが安心して生活することにつながります。産後のママと赤ちゃんの発達を促す抱き方、遊び方等、実技をまじえた教室を開催します。ぜひご参加ください。

期日 1月28日(火)

時間 午前10時~11時30分

会場 金浦保健センター

対象 令和元年11月~令和2年1月に出産されたママと赤ちゃん

定員 先着10組

申込期限 1月21日(火)

申込・問合先 金浦保健センター

申込方法 各日前日まで電話にて予約

持ち物 母子手帳、タオル、ミルク、おむつなど赤ちゃんのお出かけグッズ
※この相談日以外にも随時相談を受け付けています。また、家庭訪問もしますのでご連絡ください。

申込・問合先 金浦保健センター

身体状況を把握しましょう

健康推進課では4月から毎月1回「体組成測定日」を開催し、健康づくりをサポートしています。

期日 1月23日(木)

時間 午後1時~3時

会場 スマイル（要予約）

◆体組成とは？

「筋肉」「脂肪」「骨」「水分」など身体を組織する成分です。体組成測定日では、体重の他に体脂肪率、筋肉量、基礎代謝量、内臓脂肪レベル、推定骨量、体水分率などを測定し、測定値から体型判定をします。



現在、20代から90代までの約70人の方が定期的な体組成測定を実施しています。参加者それぞれが「足の筋肉を増やしたい」「体重を減らしたい」「等しい目標を持ち、数値改善を目指して生活習慣を見直し、健康づくりに取り組んでいます。」
測定後は判定結果シートをお渡しします。毎月比較することで健康意識が高まります。
◆参加者の声
・体組成を測ることで意識が変わり、間食が少なくなり、栄養バランスや減塩に気を付けるようになりました。
・月1回、数値で見ることができるので張り合いがあります。
・簡単に取り入れられることから始めたいと思い、生活での歩数を増やしたいと思うようになりました。
・近くに用事があるときは車をやめて歩くようになりました。
・自分の健康チェックができ、気楽に健康相談ができるのが良いと思います。

