

講座・イベント

初心者向けつるし飾りとお雛様作りの講習会

▼日時／3月5日(第2・4木曜日)・13時30分～会場／仁賀保公民館▼参加費／1,000円(材料費込み)
問 口マンドールの会 佐々木 080・5574・7293

ストレッチポール エクササイズ

リラックス効果、姿勢の改善、ダイエット、身体の歪み改善に効果的です。
▼日時／3月10日(木)、14日(月)、17日(木)、24日(木)、28日(月)・19時15分～20時15分▼会場／象鴻B&G海洋センター▼参加費／1,000円(5回)

船舶免許の更新・失効講習

▼日時／3月13日(日)・9時30分～▼会場／象鴻公民館▼必要書類等／▽証明用写真(縦4・5cm×横3・5cm)2枚(当日撮影可、別途700円)▽船舶免許証▽船舶免許証コピー▽受講申込書(申し込

込み時に記入)▽受講料(10,000円)▽眼鏡等(視力・身体検査用)▼申込期限／3月10日(木)
問 ポートショップ 酒田 0234・34・3636

佐々木美紀ピアノ教室 発表会

子どもたちのピアノ発表会のほか、歌発表、クラリネット・トイオを行います。どなたでも観覧できます。
▼日時／3月13日(日)・10時開演▼会場／象鴻公会堂
問 佐々木美紀ピアノ教室 090・4041・9318

オカリナコンサート

～春のきらめき～
▼日時／3月13日(日)・13時30分開演▼会場／仁賀保労働青少年ホーム▼出演／オカリナの花
※中学生以下は保護者同伴で来場ください。
問 仁賀保労働青少年ホーム 035・4711

BS体験教室

BSスポーツクラブの活動をとおして健康、体力、仲間づくりをしてみませんか。
▼日時／3月16日(水)・13時30

問 仁賀保健康センターへ申し込み
問 仁賀保健康センター 032・3000

ひきこもり相談

毎月第2火曜日の開催。電話相談はいつでもどうぞ。
▼日時／3月8日(火)・14時～16時▼会場／エニワン▼共催／あきた若者サポートステーション
問 にかほびおら 杉沢 0187・66・1106

秋田働き方改革推進支援センター 電話無料相談

人事・労務、就業規則、雇用関係助成金に関することなどについて、社会保険労務士が無料で相談に応じます。また、オンラインでの相談も行っています。
▼相談時間／平日9時～17時
問 秋田働き方改革推進支援センター 0120・695・783 / 018・865・5335

困り事・相談

問 地域包括支援センター 032・3045
問 精神科医による相談日
▼日時／3月17日(木)・14時～15時

このの健康づくり相談日

相談時間は1人1時間です。
◆臨床心理士による相談日
▼日時／3月7日(月)・10時～14時
◆精神科医による相談日
▼日時／3月17日(木)・14時～15時
◆会場／各保健センター
申込／相談期日の2日前までに

分～15時▼会場／象鴻体育館
▼体験種目／ラージ卓球、ミニテニス、ペタンク等▼参加費／無料▼持ち物／室内シューズ、運動できる服装
問 BSスポーツクラブにかほ 044・8663

楽しく・アンチエイジング教室

内臓脂肪が気になる、いつまでも若々しく健康でいたいと思っている方などを対象とした教室です。生活習慣を改善できるような内容で実施します。
▼日程／申込者へ年間予定表を通知▼内容／健康体操、講話等毎月内容を変えて開催(月1、2回開催)▼申込期限／3月25日(金)
※詳細は左記へ問い合わせください。
問 健康推進課 032・3000

募集

市民菜園利用者募集
にかほ市では農業に対する理解を深めることを目的に、野菜および花卉を栽培する場を提供しています。
▼場所／松ヶ丘地内(第1菜園(松ヶ丘団地側))▼申込

期限／3月18日(金)

問 農林水産課 林務水産振興班 038・4303 / 税務課 市民サービス班 043・7500

にかほつと出店者募集

「にかほつと」に出店する市内事業者(1店舗)を募集します。出店企画書を基に、店舗コンセプト、セールスポイント、収支計画などを審査して決定します。詳細は市HPで確認ください。
▼募集区画／3間×6間▼募集内容／物販、飲食等▼提出書類／出店企画書(指定用紙)ほか必要書類等▼応募方法／提出書類を市観光課に持参または郵送▼応募期限／3月15日(火)・17時必着
※募集要項と指定様式は観光課に備え付けてあるほか、市HPからもダウンロードできます。

問 にかほ市商工観光部観光課 / 018・0192にかほ市象鴻町字浜ノ田1 / 043・3230 / kankou@city.nikaho.lg.jp

介護予防ボランティア募集

65歳以上の方を対象とした運動教室などの介護予防事業をサポートする介護予防ボラ

センター)まで連絡ください。
▼対象期間／令和3年4月1日～令和4年3月31日
※詳細は市HPで確認、またはにかほ市ネウボラあのねへ問い合わせください。
問 にかほ市ネウボラあのね 038・4200

正確な住民登録

住民票の異動の届出(転出届・転入届・転居届など)は、国民健康保険、国民年金、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。入学や就職、転勤等で引っ越しをされた方は、住所変更の日から14日以内に忘れず届出してください。正当な理由なく届出をしない場合、5万円以下の過料に処されることがあります。ただし、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から、14日を過ぎても届出できなかつた正当な理由があるときみなした場合は受け付けます。
問 市民課 032・3035

象鴻公民館臨時休館

電気工事のため、3月14日(月)は臨時休館します。
問 象鴻公民館 043・2229

公共機関から

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性の皆さんへ
風しんの抗体検査および予