

15 にかほ市民文化祭2019

問 生涯学習課 ☎ 38-2171

発表部門

開催期日 10月19日(土)市民芸能祭第一部
10月20日(日)市民芸能祭第二部
10月26日(土)市民音楽祭

時間 10:00~
会場 仁賀保勤労青少年ホーム

展示部門

開催期間 11月2日(土)~4日(月)⑧
会場 各公民館・体育館
内容 ▶仁賀保会場…書道展、表具展、盆栽展、錦鯉展、手芸展、生花展 ほか
▶金浦会場…絵画展、短歌展、俳句展、手芸展、生花展 ほか
▶象潟会場…写真展、水墨画・日本画展、陶芸展、手芸展、生花展 ほか

▶一般展示作品&フリーマーケット出店募集

申込方法 各公民館に設置の「出展申込書」または「出店計画書」に記入し、9月15日(日)までにお申し込みください。

申込先 仁賀保公民館 ☎ 37-3121 / 金浦公民館 ☎ 38-2049 / 象潟公民館 ☎ 43-2229 / 生涯学習課 ☎ 38-2171

出展・出店には事前申し込みが必要です。作品の搬入は、10月31日(日)の午前10時まで行ってください。

大会部門

▶俳句大会
日時 10月13日(日) 10:00~
会場 エニワン
▶囲碁大会
日時 10月27日(日) 9:30~
会場 金浦公民館
▶弓道遠大会
日時 11月2日(土) 9:30~
会場 仁賀保テニスコート
▶将棋大会
日時 11月3日(日) 9:30~
会場 象潟構造改善センター

市民芸能祭、市民音楽祭の出演団体、文化祭の催し等詳細については、10月15日配布のパンフレットをご覧ください。

16 ツキノワグマ出没に関する警報発令中!

問 農林水産課 ☎ 38-4303
由利本荘警察署 ☎ 23-4111

出没注意報から警報に切り替わりました。

発令期間：~9月30日まで



13 メディカル・サイエンスカフェ・ネクストinにかほ市

問 健康推進課 ☎ 32-3000

「メディカル・サイエンスカフェ・ネクスト」は、医学や健康について秋田大学の教員が市民の皆さんにわかりやすく解説する公開講演会+自由に意見交換する場です。お茶やコーヒー、軽食を楽しみながらカフェのようなくつろいだ雰囲気に参加できますので、お気軽にお申し込みください。

期日 9月13日(金)
時間 午後1時30分~3時30分
会場 スマイル
定員 30人(先着順)

※事前申し込みが必要です。

◆テーマ 高齢化社会を明るく元気に生きる

サイエンスカフェ・マスター
・秋田大学医学部長 尾野 恭一氏
話題提供者
・秋田大学医学部 医学科 整形外科講座 助教 野坂 光司氏
「元気に年を取る秘訣！」
・秋田大学 教育文化学部 地域社会・心理実践講座 教授 池本 敦氏
「健康長寿のための食生活と脂質栄養」



14 由利本荘・にかほ市民医学講座

問 健康推進課 ☎ 32-3000
由利本荘医師会事務局 ☎ 22-4085

今年は「健康寿命につながる快眠術~今日から不眠の悩みは解決できる」がテーマです。入場は無料ですので、多数のご参加をお待ちしています。

期日 9月14日(土)
開場 午後1時30分
開演 午後2時00分
会場 カダーレ
講師 秋田大学大学院 医学系研究科精神科学講座 教授 三島 和夫氏

演題 ▶第一部 「自宅でできる快適快眠のための12箇条」
▶第二部 「見逃してはいけない睡眠障害」

内容 市民医学講座は、健康・医療をめぐるテーマについて市民と医療者がともに学び対話できるように開催しています。今回は、からだところの健康につながる良い睡眠を得るための方法のお話です。



10 介護予防事業への参加をお待ちしています!

問 地域包括支援センター ☎ 32-3045

地域包括支援センターでは、介護が必要な状態にならないよう、ストレッチ体操や筋力アップなどを中心に足腰の運動機能や柔軟性を高める運動教室を実施しています。65歳以上が対象です。送迎もありますので、ぜひご利用ください。申し込みは先着順となりますので、お早めにお申し込みください。
定員 12人程度
申込期限 9月6日(金)

◆かがやき運動教室(約3カ月間で12回コース)

会場	時期	送迎
エニワン	9月~	金浦地域在住者のみ

回数 12回コース(週1回)
時間 13:30~15:00(基本毎週月曜日)
※ストレッチ体操や筋力アップ体操を中心に行います。(身体状況により、参加をお断りする場合があります)

11 移住・Uターンイベント(9月開催)

問 商工政策課 ☎ 43-7600

都市圏で開催される下記の移住イベント等に、にかほ市も相談コーナーを出展し、移住等に関する情報発信および個別相談を実施します。イベント開催地にお住まいのご家族やご友人等で、にかほ市への移住に関心のある方やUターンを考えている学生がいましたら、ご案内ください。

ふるさと回帰フェア2019
対象者 移住やUターンを考えている方
日時 9月8日(日) 10:00~16:30
会場 東京交通会館 12階イベントホール(東京都千代田区有楽町2-10-1)

Aターンフェアin仙台
対象者 秋田県への移住と県内企業への就職を考えている方
日時 9月23日(月)⑧ 11:30~16:10
会場 イベントホール松栄(宮城県仙台市宮城野区榴岡1-2-8)

12 にかほ夢ギャラリー 9月のご案内

「グループホーム作品展」
会場 JR仁賀保駅待合室ギャラリー
問 まちづくり推進課 ☎ 43-7510
「押花絵」
出展者 本荘押花すみれ会 和田タキ子
会場 仁賀保公民館
問 仁賀保公民館 ☎ 37-3121

9 第3期水泳教室参加者募集

問 象潟B&G海洋センター ☎ 43-6490

申込場所 象潟B&G海洋センター
申込方法 申し込み用紙にご希望の曜日(1つ)と必要事項を記入し、提出してください。申し込み用紙はプール受付窓口にあります。市HPからもダウンロードできます。
申込期限 9月9日(月)
手続き 9月11日(水)以降に各自で申し込み状況、または抽選結果を確認後、支払い等の手続きをしてください。

※定員に満たない場合は全員参加となりますが、申し込み多数の場合は抽選となります。抽選は9月11日(水)に行います。(市内申し込み者優先)

10月~12月の3カ月コース(10回)

教室名(対象)	曜日	時間	募集人数
ベビー教室(6カ月~2歳児)	金	10月11日から開始 11:00~12:00	定員なし
のびのび教室(3歳~4歳児)	金	10月11日から開始 18:00~19:00	15人
わんぱく教室(年中・年長児)	水	10月9日から開始 16:30~17:30	30人
	木	10月10日から開始 18:00~19:00	30人
チビッコ教室(小学1・2年生)	月	10月7日から開始 16:30~17:30	20人
	水	10月9日から開始 18:00~19:00	20人
ジュニア教室(小学3~6年生)	金	10月11日から開始 16:30~17:30	30人
	月	10月7日から開始 18:00~19:00	20人
アカアビクス教室(一般)	木	10月10日から開始 16:30~17:30	35人
	土	10月12日から開始 16:30~17:30	30人
アカアビクス教室(一般)	水	10月9日から開始 12:30~13:15	定員なし

費用 ◆教室参加料…1,000円
◆使用料…通常の使用料と同じ
◆託児…100円(要相談)

「裂き織り作品展」
出展者 初めての裂き織り
会場 金浦公民館
問 金浦公民館 ☎ 38-2049
「富山悟絵画展」
会場 象潟公民館
問 象潟公民館 ☎ 43-2229



訂正 8月15日号No.334・3ページ中、令和2年1月12日(日)でしたので訂正いたします。