

イベント

第42回児童生徒県南美術展開催中！

今年で42回目となる児童生徒県南美術展が角館町平福記念美術館で開催されています。今年は県南7市町村（仙北市・大仙市・美郷町・横手市・湯沢市・羽後町・東成瀬村）82校の小中学校から1,037点の作品が寄せられました。子どもたちの力作は1月28日まで展示されますので、ぜひこの機会にご覧ください。

【会期】令和2年1月28日 まで

【休館日】毎週月曜日、12月28日～31日、1月4日（1月1日～3日は開館します）

【開館時間】9:00～16:30（入館は16:00まで）

【場所】角館町平福記念美術館

【入館料】一般150円、小中学生 無料 ※仙北市民は無料

【同時開催】常設展示 平福穂庵・百穂展（第1展示室）

【問合せ】角館町平福記念美術館 ☎54-3888



イベント

秋田の日本酒

米どころ秋田の日本酒と、こだわりの肴をお楽しみいただけます。今回は、秋田内陸線鷹巣駅界隈にある佐金酒店さんセレクトの日本酒と木村精肉店さんのこだわりの肴です。どちらのお店も地元の方はもちろん、内陸線職員にもファンが多いお店です。お座敷列車での心地よい揺れとともに、雪景色を贅沢にお楽しみください。

【日時】令和2年1月11日 田・12日 回
角館駅11:05発、鷹巣駅13:05着

【料金】5,000円（税込）

【定員】各日先着25人

あきた舞妓列車

会える「秋田美人」と一緒に女子会や新年会はいかがですか？源八さんの特製「舞妓弁当」と秀よしさんの限定日本酒に、華やかな舞妓さんの演舞や遊びで令和初の冬を贅沢にお楽しみいただけます。冬の景色は内陸線の一番のオススメです。水墨画のような神秘的な景色もぜひ、お楽しみください。

【日時】令和2年1月19日 回
角館駅11:50発、阿仁合駅13:14着

【料金】16,800円（税込）

【定員】先着25人

ごっつお玉手箱列車

グリーン・ツーリズム西木のおかあさんによる、あったかいおもてなしと、ごっつお（ご馳走）が大好評の動く農家レストラン「ごっつお玉手箱列車」が再び運行します。停車する駅ごとに積み込まれる食事と、ほっこりするお母さんの秋田弁、沿線の景色をお楽しみください。

【日時】令和2年1月25日 田・2月29日 田
角館駅11:50発、阿仁合駅13:14着

【料金】大人7,000円、小人6,000円（いずれも税込）

【定員】各日先着36人

【申込・問合せ】秋田内陸縦貫鉄道(株) 本社 ☎0186-82-3231

イベント

Aターン就職フェア in 秋田開催

県外に在住し秋田県内での就職を希望する方を対象とした「Aターン就職フェア in 秋田」を開催します。当日は、県内企業がブース出展し企業説明を行うほか、Aターン就職相談や移住相談などをお受けします。ご家族、お知り合いの方で県内就職を希望されている方がいらっしゃいましたら、ぜひ、フェアのことをお伝えください。

【日時】12月30日 回 11:00～15:00

【場所】秋田拠点センターアルヴェ 1階 きらめき広場（秋田市東通仲町4-1）

【対象】秋田県内への就職を希望するすべての方（学生も参加可）。※予約不要、服装・入退場自由、ご家族での来場歓迎。

【問合せ】Aターンプラザ秋田（秋田県東京事務所）☎0120-122-255

イベント

～大曲・仙北地域～ 就職イベント開催！

秋田労働局（ハローワーク大曲・角館）、秋田県（仙北地域振興局）、大仙市、仙北市、美郷町および大仙市雇用創造協議会の共同事業として、Aターン就職の促進による大曲・仙北地域への人の流れをつくるとともに、新たな人材の獲得を目指す地元企業との就職マッチングを図るため、次の二つのイベントを開催します。大曲・仙北地域に縁のある皆さまはもちろん、秋田での就職・移住を検討されている皆さまのご来場をお待ちしています。

合同就職面接会 / 企業説明会

【日時】令和2年1月12日 回 13:00～16:00

【場所】フォーシーズン（大仙市佐野町2-4） 【参加企業】約50社（予定）

就職&移住フェア in 東京

【日時】令和2年3月8日 回 13:00～16:00

【場所】ステーションコンファレンス東京（東京都千代田区丸の内1-7-12 サピアタワー5F） 【参加企業】約25社（予定）

【問合せ】ハローワーク大曲 ☎0187-63-0335

問合せ／仙北市地方創生・総合戦略室 ☎43-3315

疲労ストレス測定結果から

仙北市では、市内の四つの温泉施設（角館温泉 花葉館、西木温泉ふれあいプラザ クリオン、市民浴場 東風の湯、アルパこまくさ）に疲労ストレス測定器を設置し、市民の皆さんにご利用いただいています。

疲労ストレス測定器利用状況（平成30年2月導入時～令和元年10月31日まで）をお知らせします。

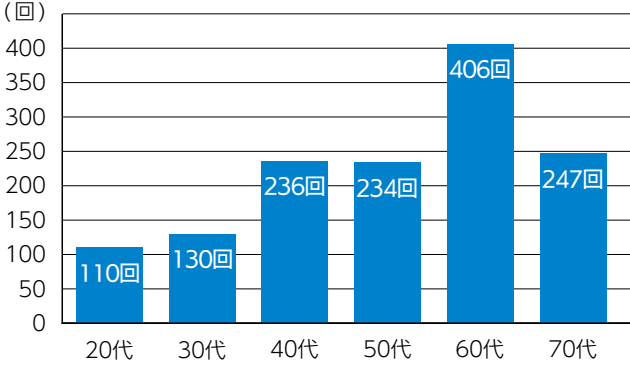
疲労ストレス測定器とは？

温泉入浴前後にパソコンのアンケートに答えて、自律神経（交感神経・副交感神経）のバランスをみる機械です。

交感神経：ドキドキ、カッカなど、気持ちが高ぶっている時に優位になる。

副交感神経：ゆったり、リラックスしている時に優位になる。

年代別疲労ストレス測定器利用回数（入浴前後）

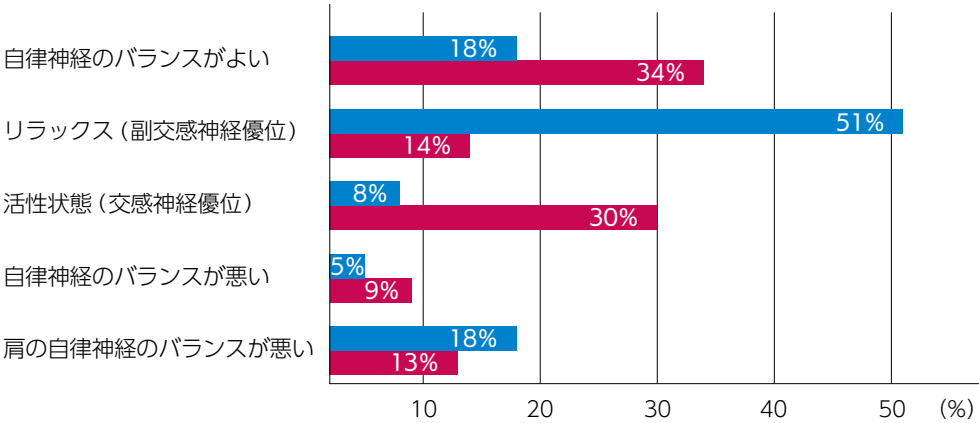


年代	利用回数
20代	110回
30代	130回
40代	236回
50代	234回
60代	406回
70代	247回
80代～	93回

疲労ストレス測定器の利用件数（入浴前後）は累計で約1,500件となりました。いつもご利用いただきありがとうございます。

寒くなり、体調を崩しやすい季節となりました。温泉に入浴する際は、入浴前後でストレス測定器を利用し、自分のストレス状態を確認して体調管理に気をつけましょう！

手足がすぐ冷えると答えた方の入浴前後



項目	入浴前 (%)	入浴後 (%)
自律神経のバランスがよい	18%	34%
リラックス（副交感神経優位）	51%	14%
活性状態（交感神経優位）	8%	30%
自律神経のバランスが悪い	5%	9%
肩の自律神経のバランスが悪い	18%	13%

※20代 48人、30代 61人、40代 90人、50代 92人、60代 92人、70代 49人、80代～ 30人

入浴前アンケートで「手足がすぐ冷える」と答えた方の温泉入浴前後のストレス測定結果のデータグラフです。40代～60代にかけて手足が冷えると答えた方が多く、男性も半数近くを占めていました。

入浴前

入浴前はリラックス状態（副交感神経優位）の方が多く見受けられますが、この状態の方は自律神経のバランスが乱れており、適度な運動が必要とされています。

入浴後

入浴後は適度な活動状態、自律神経のバランスが整った方が多くいることが分かります。温泉に入って手足の冷えを予防し、ストレスを上手にコントロールしましょう！

保健師による健康アドバイスとラッキー抽選会のお知らせ

温泉入浴前後にパソコンのアンケートに回答、疲労ストレス測定器によるストレス測定5回分で、入浴無料券が当たる抽選に参加できます。入浴前後で2枚1組のストレス測定器結果票5組（10枚）を貯めて抽選会にぜひご参加ください。

抽選会当日は、保健師による健康アドバイスを受けることができます。

《抽選会の日時・場所》

12月24日(火) 10:00～12:00 角館温泉 花葉館

12月24日(火) 14:00～16:00 西木温泉ふれあいプラザ クリオン

12月25日(水) 11:00～12:00 アルパこまくさ

12月25日(水) 14:00～16:00 市民浴場 東風の湯

25 広報せんぼく 2019-12-16

Semboku City Public Relations 24



お知らせ

お知らせ Information

つけもの加工・真空パック承ります

神代ゆきつばき加工クラブでは自家用製品の真空パック、殺菌などを承ります。お気軽にご利用ください。加工料金については、お問い合わせください。

【加工日】12月29日回、1月9日回～3月27日回までの毎週木・金曜日および第3日曜日
※300パック以上のお客さまには、別途加工日のご相談に応じます。

【受付時間】9:00～11:30

【問合せ】神代地域運営体 神代ゆきつばき 藤川清子 ☎080-1823-7323

お知らせ Information

年金生活者支援給付金制度に便乗した詐欺にご注意ください

今年10月から始まった年金生活者支援給付金制度に便乗し、厚生労働省、日本年金機構の職員を名乗る人から、「年金生活者支援給付金の振込口座が使えないので、新しい口座番号、暗証番号、マイナンバーを教えてください」という不審な電話がかかってきた事例が報告されています。厚生労働省、日本年金機構では、電話でお客さまの電話番号、暗証番号、マイナンバーなどをお聞きすることはありません。このような電話があっても、個人情報を守ることをのりようにご注意ください。ご不明な点などありましたら、下記までお問い合わせください。

【問合せ】大曲年金事務所 ☎0187-63-2296

お知らせ Information

忘年会、新年会はおいしく食べきり

忘年会、新年会のシーズンを控え、秋田県では「全国おいしい食べきり運動ネットワーク協議会 全国キャンペーン」と連動し、下記の「宴会⑤箇条」をスローガンに運動することになりました。宴会時はおいしく食べきり、食品ロスの減少に向けたご協力をお願いします。

【宴会⑤箇条】

①まずは、**適量注文**

②**おいしい秋田のお酒で乾杯!**

③幹事さんから「おいしく食べきろう!」の**声かけ**

④**開始30分、終了10分**は、席を立たずにしっかり食べる「**食べきりタイム!**」

⑤食べきれない料理は**仲間で分け合おう**

【問合せ】▶秋田県生活環境部地球温暖化対策課 ☎018-860-1560 ▶仙北市市民生活課 ☎43-3308



募集 Recruitment

参加者募集! 角館押絵伝承会・制作者育成勉強会

角館では、代々大切に受け継がれてきた角館押絵がたくさん飾られています。このすばらしい押絵を後世に伝えるために制作者の育成を目的とした勉強会を平成28年より引き続き開催することにしました。ご興味のある方はぜひご参加ください!

【期日】令和2年1月16日・23日・30日・2月6日・20日・27日(毎回木曜日)

【時間】18:30～21:00

【場所】仙北市観光情報センター「角館駅前蔵」

【講師】増田昌子氏

【定員】先着5人

【受講料】無料(材料・道具はすべてご自身で準備していただきます。お問い合わせの際にご確認ください)

【申込・問合せ】仙北市観光情報センター「角館駅前蔵」 ☎54-2700

募集 Recruitment

公益財団法人 片野重脩交通遺児奨学会 推薦募集のお知らせ

【申込資格】秋田県内に居住する交通遺児で高校に進学または在学し、経済的理由から学費の支弁が困難な方。

【給付金】月額16,000円。返済の義務、その他の制約はありません。

【定員】若干名

【申込方法】県内各中学校・高校宛に推薦募集の案内を郵送しますので、各学校を通じて申請書類を請求し、必要書類を添えてお申し込みください。

【申込期限】令和2年1月31日 必着 ※選考方法など詳しくは下記まで。

【問合せ】公益財団法人 片野重脩交通遺児奨学会事務局(羽後交通機秘書課内) ☎0182-32-4152

相談 Consultation

第12回 お薬相談会

今、服用している薬のこと、ご家族が服用している薬のことなどお薬の相談会を行います。家に残っている薬の整理(持参した場合)や家庭用医薬品などお薬のことなら何でも相談にのります。お気軽にご相談ください。

【日時】12月24日 15:00～16:30

【場所・問合せ】フオール薬局田沢湖店 ☎43-9189



イベント Events

第100回元旦登山 大威徳山に登りませんか

元旦早朝、大威徳山に登山し、奥羽山脈から昇る初日の出を拝して新年の無病息災を祈念します。大正10年から始まり、今回で100回目を迎える元旦登山に参加してみませんか。小学生からお年寄りまでどなたでも参加できますので、参加希望の方は下記までご連絡ください。

【期日】令和2年1月1日 ㊦・㊧

【日程】▶5:00 角館總鎮守神明社参拝

▶参拝後、大塚口から大威徳山に登山

▶山頂で初日の出を拝み下山

【問合せ】角館黎明会 山本

☎090-4636-8170

相談 Consultation

無料法律相談

市では、法律問題でお困りの方が、気軽に法律の専門家(=弁護士)に相談できるよう、秋田弁護士会のご協力をいただき、次のとおり無料法律相談を開催します。

【日時】12月25日 13:30～

【場所】角館交流センター 第2研修室

【相談員】久島憲晴弁護士

【相談内容】▶一般法律相談(法律問題全般のご相談) ▶サラ金・クレジットなど多重債務のご相談 ▶中小企業・個人事業に関するご相談 ▶高齢者・障がい者に関するご相談 ▶交通事故に関するご相談 ▶子どもに関するご相談

【申込方法】総務課総務係に電話で予約してください。

【予約受付時間】平日9:00～17:00

【相談時間等】1日先着5人。1人30分以内。(①13:30～14:00 ②14:05～14:35 ③14:40～15:10 ④15:15～15:45 ⑤15:50～16:20)

【その他】相談がスムーズに進むよう、あらかじめ話の内容をまとめてきてください。相談に必要と思われる資料がありましたらお持ちください。

【問合せ】仙北市総務課 ☎43-1111

イベント Events

リフレッシュ in 学習資料館 vol.4

学習資料館では、おはなし会「うさぎのみみ」終了後、1時間の託児を行っています。日頃、なかなか自分の時間をもてないお母さん、たまには図書館で好きな本や雑誌をみてリフレッシュしませんか?3月まで毎月開催します。お気軽にお問い合わせください。

【日時】令和2年1月11日 11:00～12:00《託児》(10:00～11:00まではおはなし会「うさぎのみみ」)

【場所】学習資料館(仙北市総合情報センター内)

【対象】就学前幼児のいる方

【協力】はっぴい・ママ、おはなしボランティア「うさぎのみみ」

【申込・問合せ】仙北市学習資料館・イベント交流館 ☎43-3333 FAX53-2701



「託児の様子」

募集 Recruitment

令和2・3年度「国有林モニター」の募集

東北森林管理局は、国有林の管理経営に皆さまの声を役立てていくため、モニターを募集しています。

【募集人数】48人程度(各地域内の人数と年齢・男女比などの均衡を図るため、最終的な人数と前後することがあります)

【募集期限】令和2年1月31日 必着

【任期】令和2年4月1日から2年間

【内容】▶アンケートへの回答 ▶現地見学会・国有林モニター会議への出席など

【その他】その他詳しくは下記または局ホームページ(<http://www.rinya.maff.go.jp/tohoku/>)をご覧ください。

【問合せ】東北森林管理局 企画調整課 林政推進係 ☎018-836-2228
FAX 018-836-2031
E-mail t_kikaku@maff.go.jp

イベント

セミナー・教室

相談

募集

お知らせ