

聞いてみよう 世界の暮らし
【あなたの「フランス」本当にホント?～あこがれのフランス文化～】 テレビ番組でも取り上げていないようなフランスの姿を紹介します。 ▽とき 10月24日(土) 午後3時～4時半 ▽ところ 弘前文化センター(下白銀町)3階視聴覚室 ▽講師 カリン・ラフィットさん(フランス出身、翠明荘仲居) ▽定員 40人(先着順) ▽参加料 無料 ☎ 10月22日までに、中央公民館(☎ 33・6561、F 33・4490、E chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み)へ。
東北コンピュータ専門学校 パソコンスクール・公開講座
▽日程 ①パソコンスクール＝11月7日・21日・28日(3日で1セット)／②公開講座＝11月14日 ※いずれも午前9時半～11時半 ▽ところ 東北コンピュータ専門学校(上瓦ヶ町) ▽内容 ①初心者向けのWordまたはExcel／②スマートフォン・タブレット活用術～晩秋編!オンラインショッピング～ ▽対象 ①文字入力ができる高校生以上(Word＝15人、Excel＝18人、いずれも先着順)／②スマートフォンなどの基本操作ができる高校生以上＝20人(先着順) ※タブレットは用意します。 ▽受講料 無料
▽申し込み方法
10月31日までに、ホームページ、電話、ファクス、Eメール(住所・氏名・電話番号・希望の講座名を記入)で、東北コンピュータ専門学校へ。 ☎東北コンピュータ専門学校(☎ 32・6154、F 32・6155、E comp@tcomp.ac.jp、H http://www.tcomp.ac.jp)
シンフォニー「成年後見制度を考える会」第2回公開講座
▽とき 10月25日(日) 午後1時半～3時半 ▽ところ 弘前文化センター(下白銀町)1階会議室 ▽テーマ 不動産登記と成年後見制度Ⅱ ▽講師 山鹿高紀さん(司法書士) ▽定員 40人(先着順) ※事前に予約できます。 ▽受講料 500円(当日徴収) ☎シンフォニー「成年後見制度を考える会」(鎌田さん、☎兼H 38・1829、北川さん、☎ 33・0393)
第32回おはなしと読み聞かせ講習会
▽とき 10月31日(土) 午後2時～4時 ▽ところ 弘前図書館(下白銀町)2階会議室 ▽講師 高嶋敬子さん ▽対象 読み聞かせのボランティア(経験不問)または職場で読み聞かせする人＝30人(先着順) ▽参加料 無料 ▽持ち物 絵本1冊

東北女子短期大学 公開講座
▽日程と内容 11月7日、午後1時～3時／背守りから学ぶ手作りのぬくもり ▽ところ 東北女子短期大学(上瓦ヶ町) ▽対象 高校生以上＝20人 ▽受講料 無料 ☎ 10月7日から、ホームページ、はがき、Eメール、電話またはファクス(住所、氏名、電話番号を記入)で、東北女子短期大学公開講座係(〒036・8503、上瓦ヶ町25、☎ 32・6151、F 32・6153、E tibunken@toutan.ac.jp、H http://www.toutan.ac.jp/)へ。
日商簿記3級講習会
▽日程 10月21日・22日・27日・29日、11月4日・5日・10日・12日(いずれも午後6時～8時) ▽ところ 弘前実業高等学校(中野3丁目)3階多目的教室 ▽対象 11月に日商簿記3級を受験する人で、毎回出席でき、ある程度3級の学習が進んでいる人＝30人 ▽受講料 無料 ☎ 10月16日の午後5時までに、電話またはEメール(住所・氏名・性別・電話番号・件名「日商3級講習会申込み」)を記入)で、弘前実業高等学校商業科(道川さん、☎ 32・7151、E doukawa-miwako@m02.asn.ed.jp)へ。

第54回弘前市子どもの祭典

市内の中学生と高校生の実行委員が、子どもの目線で、子どもたちに楽しんでもらえるプログラムを企画している年に一度の子どものためのお祭りです。
▽とき 11月3日(火・祝)、午前9時半～午後3時
▽ところ 弘前文化センター(下白銀町)
▽テーマ 「仲間と共に未来へジャンプ!」
▽内容 午前＝開会式、子どもの作品展示会表彰式、舞台発表(ダンス・科学実験ショーなど)／午後＝体験コ



ーナー(アートバルーンや屋台コーナーなど)、子どもの作品展示会、大抽選会、閉会式
▽入場料 無料
▽その他 当日は混雑が予想されますので、自家用車でのご来場はご遠慮ください。
☎弘前市子どもの祭典実行委員会事務局(弘前文化センター内、中央公民館、☎ 33・6561、火曜日は休み)

各種無料相談会

名 称	内 容	と き	と ころ	問 い 合 せ ・ 申 込 先
行政書士 無料相談会	各種許認可・会社設立・契約書の作成・相続・遺言・成年後見などに関する相談会	10月12日(月) 午前10時半～午後2時半	ヒロロ多世代交流室1(駅前町、3階)	青森県行政書士会中弘支部(☎ 40・0024)
行政書士 弘前コスモス会 無料相談会	相続・遺言を中心とした相談会(事前の予約は不要)	10月13日(火) 午後1時半～3時半	ヒロロ多世代交流室1(駅前町、3階)	ふたば行政書士事務所(☎ 88・8781)
お金や暮らしに関する相談会	お金の問題・遺産相続・不動産売買・税金・ストーカー・DV・離婚問題・労働問題・依存症問題など(事前の予約が必要)	10月17日(土) 午前10時～午後4時	市民生活センター(駅前町、ヒロロ3階)	消費者信用生活協同組合青森事務所(☎フリーダイヤル0120・102・143)
行政相談週間	市が行う道路、河川、年金、医療保険、老人福祉、窓口サービスなどの苦情や意見	10月19日～25日 午前10時～午後3時	市民生活センター(駅前町、ヒロロ3階)	市民生活センター(☎ 33・5830)、総務省青森行政評価事務所(☎ 0570・090・110)
暮らしの困りごと何でも相談所	登記、税金、労働、道路、年金、交通安全、多重債務、相続、隣人とのトラブルなどの相談(事前の予約が必要)	10月22日(木) 午前10時半～午後3時 予約は10月5日の午前9時から(先着10組、1組20分)。	ヒロロスクエア(駅前町、3階)	総務省青森行政評価事務所(☎ 0570・090・110)
表示登記 無料相談会	不動産における表示に関する登記、筆界特定手続きに関する相談会(事前の予約が必要)	10月31日(土) 午前10時～午後3時半	弘前総合学習センター(末広4丁目)3階研修室	青森県土地家屋調査士会会館事務局(☎青森017・722・3178)

各種スポーツ・体操教室

教室名	と き	と ころ	対 象 ・ 定 員	参 加 料	備 考	問 い 合 せ ・ 申 込 先
①秋の空手体験教室	10月10日・17日の午前10時～11時	小比類巻道場(城東北3丁目)	市民	無料		小比類巻道場弘前支部(奈良さん、☎ 26・9915)へ。
②一般初心者・中級者水泳教室	10月15日～11月12日の毎週木曜日、午後7時～8時	温水プール石川(小金崎字村元)	初心者(泳げない市民)＝10人／中級者(25m泳げる市民)＝10人	無料	応募多数の場合は抽選で決定。	10月8日(必着)までに、岩木B&G海洋センター(〒036・1332、兼平字猿沢32の11、☎ 82・5700)へ。(※1)
③初心者・中級者バドミントン教室	10月17日～11月7日の毎週土曜日、午前9時半～11時半		初心者または中級者の女性＝30人(先着順)	1回200円	貸しラケットあり。(※2)	弘前レディースバドミントン連盟(佐藤さん、☎兼H 34・7462)
④ストレッチ体操教室	11月2日～12月21日の毎週月曜日、午後1時半～2時半(11月23日を除く)	弘前B&G海洋センター(八幡町1丁目) ※③は競技場、④・⑤は武道場	市民＝30人	無料	(※2)(※3)	10月23日(必着)までに、弘前B&G海洋センター(〒036・8057、八幡町1丁目9の1、☎ 33・4545)へ。(※1)
⑤脳トレ&ミニバランスポール教室	11月5日～平成28年3月31日の毎週木曜日、午前10時～11時		市民＝40人	無料	1回だけの参加も可。(※2)(※3)	10月15日(必着)までに、克雪トレーニングセンター(〒036・8101、豊田2丁目3の1、☎ 27・3274)へ。(※1)
⑥ヒロロでろうう!かけっこ教室	10月23日～11月27日の毎週水・金曜日、午後4時半～5時半		小学校1～3年生＝20人	無料	(※3)	10月14日(必着)までに、河西体育センター(〒036・8316、石渡1丁目19の1、☎ 38・3200)へ。(※1)
⑦幼児体操教室(マット運動・ボール運動・平均台・トランポビクス・鉄棒・跳び箱)	11月10日～12月22日の毎週火曜日、午後3時～4時	ヒロロ(駅前町、3階) ※⑥はイベントスペース、⑦・⑧は健康ホール	4歳～6歳＝15人		(※2)(※3)	10月25日(必着)までに、弘前市民体育館(〒036・8362、五十石町7、☎ 36・2515)へ。(※1)
⑧ヒロロ健康サークル～みんなで体を動かそう!～	11月10日～24日の毎週火曜日、午前10時半～11時50分(受け付けは午前10時～)		40歳以上の市民＝25人		はがき1枚で1人とし、応募多数の場合は抽選で決定。(※2)	10月15日(必着)までに、健康づくり推進課(〒036・8711、野田2丁目7の1、☎ 37・3750)へ。(※1)
⑨気軽にスポーツ体験教室(ラケットテニス・ソフトバレーボール)	10月30日～12月18日の毎週金曜日、午前10時半～正午	金属町体育センター体育室	市民＝15人	無料	(※2)(※3)	10月20日(必着)までに、金属町体育センター(〒036・8245、金属町1の9、☎ 87・2482)へ。(※1)
⑩脳&カラダをスッキリ!体操教室	11月10日～12月22日の毎週火曜日、午前10時～11時	克雪トレーニングセンター	市民＝20人	無料	(※2)(※3)	10月15日(必着)までに、克雪トレーニングセンター(〒036・8101、豊田2丁目3の1、☎ 27・3274)へ。(※1)
⑪認知症予防!はつらつ脳力アップ教室(脳トレ・簡単な有酸素運動)	11月4日～12月16日の毎週水曜日、午前10時～11時		市民＝20人			
⑫体力維持のためのストレッチ体操&筋トレ教室	11月10日～平成28年3月22日の毎週火曜日、午前10時半～11時半(12月29日、平成28年1月5日は除く)	弘前市民体育館 フィットネスルーム	市民＝10人	無料	(※2)(※3)	10月25日(必着)までに、弘前市民体育館(〒036・8362、五十石町7、☎ 36・2515)へ。(※1)

※1…往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・性別・年齢・電話番号・教室名(⑦は希望種目)・④のみボールの有無を記入の上、各申込先まで申し込みを。
※2…室内用シューズの持参を。
※3…家族や友人同士での参加ははがき1枚で応募可。応募多数の場合は抽選で決定。
共通事項…飲み物・タオルなどを持参の上、運動のできる服装で参加を。各自傷害保険に加入を。