

広報 ひろさき

2022

11/15

No.402



みんなで作ろう
あずましいまち☆

▲親子向けの消費者教育をテーマにした事業

市民参加型まちづくり1%システム スタート部門で まちづくりにチャレンジ!

市では、町会・NPO・ボランティア団体・学生などが地域を良くするために自主的に行うまちづくり活動を支援する「市民参加型まちづくり1%システム」という補助金制度を設けています。

「スタート部門」は補助上限が5万円までのまちづくり初心者に向けた制度で、従来の一般部門よりも申請が簡単です。

制度や応募方法など、詳しくは市ホームページ(QRコード)を確認するか、お問い合わせください。質問や相談も随時受け付けています。

「この制度を
使ったことがない」
「地域のために活動したい」
という人は
ぜひ活用してね♪



▲伝統工芸の竹かごをテーマにした事業



▲サウナをテーマにした事業

協働による まちづくり川柳 作品募集

市が市民の皆さんと一緒に取り組んでいる協働によるまちづくりのさらなる推進のために、「協働によるまちづくり川柳」を募集します。ボランティア、町会活動、地域行事、ゴミ拾い、防災活動など、皆さんの身近なまちづくりを川柳で表現してみませんか。

▼**応募期限** 12月9日(金・必着)

▼**応募できる人** どなたでも

▼**テーマ** ①協働、②まちづくり

※自作、未発表の作品に限ります/応募作品の著作権は市に帰属するものとします。

▼**応募方法** 必要事項を郵送、直接持参、またはEメールで提出

※応募用紙と応募箱を市民協働課と市民参画センター(ヒロロ3階、駅前町)に設置しています/はがきなど任意の紙でも応募できます。

▼**必要事項** ①川柳、②川柳に込めた思い、③ペンネーム(公表用)、④居住地(市内または市外)

▼**作品発表** 令和5年1月上旬に市ホームページで発表予定

■問い合わせ・応募先 市民協働課 (〒036-8551、上白銀町1の1、市役所2階、☎40-7108、Eメール shiminkyoudou@city.hirosaki.lg.jp)



「広報ひろさき」録音版の配布を希望する人は障がい福祉課(☎40-7036)まで。



「広報ひろさき」をアプリで読めます! 「マチイロ」で検索(iOS・Android対応)



新型コロナウイルスワクチンのお知らせ (10月29日時点)

▶オミクロン株対応2価ワクチンの接種を実施中

これまでの2年間、年末年始に新型コロナウイルス感染症は流行しています。国の方針に基づき、本市ではオミクロン株対応2価ワクチンの接種を実施していますので、年末までに重症化リスクの高い高齢者の人はもとより、若い人も接種をご検討ください。
▼対象 **1・2回目の接種を完了し、最終の接種から3カ月を経過した12歳以上の**

※接種には3～5回目の接種券が必要／紛失した人はコールセンターで再発行の手続きが必要です。

▼接種券 最終の接種を令和4年8月までに受けた人には送付済です。令和4年9月に最終の接種を受けた人には、次のとおり送付します。

【11月の送付時期】

| 接種券の発送時期 | 次回の接種可能時期 |
|-----------|-----------|
| 令和4年11月下旬 | 令和4年12月以降 |

※5～11歳で、令和4年7月に2回目を接種した人の3回目接種券も11月下旬に送付します。小児用ファイザー社ワクチンを使用します。

▶1・2回目の接種は年内に

1・2回目接種に使用するワクチンは、12月までで国からの供給が終了予定であることが国から示されています。オミクロン株対応2価ワクチンは1・2回目接種を完了していないと接種ができません。

現時点で国が定めている新型コロナウイルスワクチンの実施期間は令和5年3月31日までです。それまでにオミクロン株対応ワクチンの接種を完了できるよう、年内の1・2回目接種の完了をご検討ください。

▶生後6カ月～4歳のワクチン接種

国の方針に基づき、生後6カ月以上、4歳以下の人への接種を、次のとおり実施しています。

▼使用ワクチン 乳幼児用ファイザー社ワクチン

▼接種回数 3回

▼接種間隔 1回目接種～2回目接種…原則3週間、2回目接種～3回目接種…8週間

▼接種券 11月4日(金)に対象の人に発送済

▼接種できる医療機関 接種券に一覧を同封するほか、市ホームページへ掲載

※実施期間は令和5年3月31日までです。接種間隔を踏まえると、**原則として1月13日までに1回目を接種する必要があります**ので、ご注意ください。

■接種手続きなどに関する相談窓口 弘前市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター (☎ 0120-567-745、月～金曜日＝午前9時～午後8時、日曜日・祝日＝午前9時～午後5時、土曜日は休み) / その他の相談…新型コロナウイルスワクチン接種対策室 (☎ 38-3190)

事故防止のため

屋根の雪下ろし用命綱の貸し出し



屋根の雪下ろし中の事故を防止するため、命綱等を貸し出します。数に限りがありますので、事前に貸出場所へお問い合わせください。

▼貸出期間 12月1日(木)～令和5年3月24日(金)

▼受付時間 午前8時30分～午後5時

▼貸出用品 命綱、安全帯、ヘルメット一式

▼貸出場所

①弘前消防署(本町、☎ 32-5199)

②東消防署(城東中央5丁目、☎ 27-1151)

③柘形分署(豊原1丁目、☎ 33-4311)

④西北分署(小友字神原、☎ 93-3310)

⑤西分署(鳥井野字宮本、☎ 82-3311)

▼その他 年末年始も貸し出します。また、1回あたりの貸出期限は、貸出日から原則5日間とします。

■問い合わせ先 市民協働課(☎ 35-1664)

皆さんの意見をお寄せください

津軽広域水道企業団水道用水供給事業経営戦略(案)への意見募集(パブリックコメント)

津軽広域水道企業団津軽事業部では、浅瀬石川ダムを水源として津軽地域の市町村(弘前市、黒石市、五所川原市、つがる市、平川市〈尾上地区、平賀地区〉、青森市〈浪岡地区〉、藤崎町、田舎館村、板柳町および鶴田町〈以下「関係市町村」という〉)に水道用水を供給しています。

このたび、令和4年度中に改定する「津軽広域水道企業団水道用水供給事業経営戦略」の案がまとまりましたので、パブリックコメント(意見公募手続き)制度により、関係市町村の皆さんから意見や提案を募集します。

▼募集・閲覧期限 11月29日(火・必着)

▼閲覧方法

◎津軽広域水道企業団ホームページ(<http://www.tusui.jp/>)にアクセス

◎津軽広域水道企業団津軽事業部(平日の午前8時30分～午後5時)に直接来所

▼対象

①関係市町村に住所を有する人

②関係市町村内に事務所または事業所を有する個人または法人・団体など

③関係市町村内の事務所または事業所に勤務する人

④関係市町村内の学校に在学する人

⑤本案に利害関係を有する人

▼提出方法 所定の記入用紙または任意の様式に、氏名(法人などの場合は名称および代表者氏名)、住所、在住・在学の区分(任意様式の場合は対象①～⑤のいずれか)、件名(「津軽広域水道企業団水道用水供給事業経営戦略(案)へ意見」など/任意様式のみ)を必ず明記の上、郵送、直接持参、ファクス、またはEメールで提出 ※記入漏れがある場合は、意見として受け付けません。また、電話など口頭では受け付けません。

▼意見の公表など 寄せられた意見などは、本経営戦略改定の参考とするほか、後日集約し、氏名・住所を除き、対応状況を企業団のホームページで公表します。なお、個別の回答はしませんので、ご了承ください。

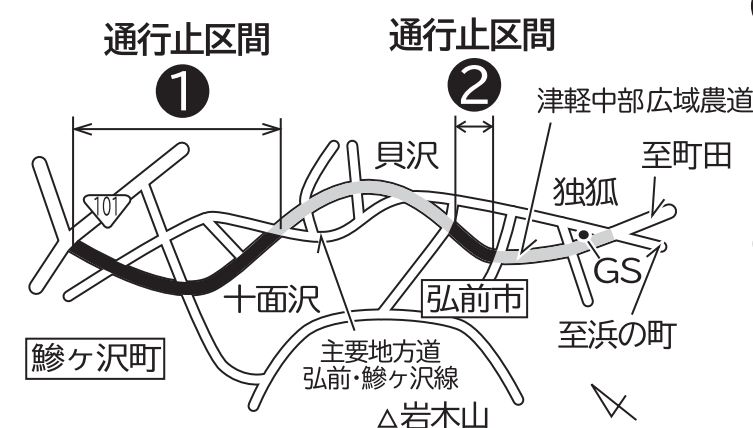
■問い合わせ・提出先 津軽広域水道企業団津軽事業部総務課(〒036-0342、黒石市石名坂字姥懐2、☎ 52-6033、ファクス 53-2983、Eメール tugaru@tusui.jp)



津軽中部広域農道 一部通行止めのお知らせ

■問い合わせ先 農村整備課(☎ 40-2955)

津軽中部広域農道(愛称・やまなみロード)の一部区間が通行止めになります。通行止め期間は主要地方道弘前鰹ヶ沢線や迂回(うかい)路を利用してください。



① 市内十面沢～鰹ヶ沢町
12月1日～3月31日は、雪道の通行の安全確保が困難なため、通行止めになります。

② 鬼沢字猿沢の一部区間
道路崩落により、現在通行止めとなっています。工事は来春以降を予定しています。

困り事や悩み事… 一人で抱え込まず、相談を



市民生活センターの 相談窓口

市民生活センターでは、暮らしの中で起こるいろいろな困り事・悩み事や契約トラブルなどに関する相談に、次の日程で応じています。一人や家族で抱え込まず、まずは相談してみませんか。

■問い合わせ先 市民生活センター（駅前町、ヒロロ3階、☎ 33-5830、☎ 34-3179）

市民相談・消費生活相談

日常生活の困り事、心配事や契約トラブル、多重債務などの消費生活に関する相談に応じます。

▼とき 午前8時30分～午後5時（月曜日は休み）

▼相談員 市職員

行政相談

行政に対する要望・意見・苦情に関する相談に応じます。

▼とき 毎週水曜日、午前10時～午後3時

▼相談員 行政相談委員

人権相談

いじめや虐待など、人権に関する相談に応じます。

▼とき 毎週金曜日、午前10時～午後3時

▼相談員 人権擁護委員

法テラス青森無料法律相談

離婚、相続、金銭トラブル、多重債務などの相談に応じます。

▼とき 毎週火曜日、午後1時～4時／毎週土曜日、午前10時30分～午後0時30分

※事前の申し込みが必要。

▼対象 収入や資産が一定の基準以下の人

▼相談員 登録弁護士、司法書士

▼申込先 法テラス青森（☎ 0570-078387）

交通事故相談

交通事故に関する相談に応じます。

▼とき 毎月第1・3木曜日

※事前の申し込みが必要。

▼相談員 青森県交通事故相談所相談員

▼申込先 青森県交通事故相談所（☎ 017-734-9235）

不動産相談

不動産取引、賃貸借トラブルなどに関する相談に応じます。

▼とき 毎月第2・3木曜日、午後1時～4時

▼相談員 全日本不動産協会青森県本部弘前地区会員、青森県宅地建物取引業協会つがる弘前支部会員

土地家屋調査士相談

不動産表示登記、土地・建物の調査・測量などに関する相談に応じます。

▼とき 毎月第1水曜日、午後1時～4時

▼相談員 青森県土地家屋調査士会弘前支部会員

各種相談窓口

市民生活センターの相談窓口のほかに、次の日程で各種相談窓口が設置されています。困り事、悩み事があるときは、早めに相談を。

くらしとお金の相談窓口

多重債務者などの生活再建や債務整理に必要な資金の貸し付けの相談に応じます。相談の際は、事前にお問い合わせください。

▼受付時間 平日の午前9時～午後5時

▼問い合わせ先 消費者信用生活協同組合弘前事務所（城東4丁目、ナラオカビル2階、☎ 55-7795）

借金に関する相談窓口

相談員が無料で借金の状況などを伺い、必要に応じて弁護士などに引き継ぎます。

▼受付時間 平日の午前8時30分～正午、午後1時～4時30分

▼相談受付番号 ☎ 017-774-6488

▼問い合わせ先 東北財務局青森財務事務所理財課（☎ 017-722-1463）

ふれあい相談所

▼とき ①一般相談…月～金曜日の午前9時30分～午後3時30分（電話相談も可）、②専門相談…毎月1回、1人30分（要予約）

▼ところ 市社会福祉センター（宮園2丁目）2階

▼内容 ①…日常生活上の心配事や悩み事／②…法律、税金、労働、年金について

▼相談員 弁護士、税理士、社会保険労務士

▼申込先 弘前市社会福祉協議会（☎ 33-2220）

その他のお知らせ

女性の人権ホットライン強化週間

平日の相談時間の延長と土・日曜日、祝日の電話相談を行います。

▼とき 11月18日～24日の午前8時30分～午後7時（土・日曜日、祝日は午前10時～午後5時）

▼内容 ハラスメント、学校や職場のいじめ、夫・パートナーからの暴力、インターネットでの誹謗（ひぼう）中傷など

▼相談電話番号 0570-070-810

▼問い合わせ先 青森地方法務局人権擁護課（☎ 017-776-9024）

第74回人権週間

法務省と全国人権擁護委員連合会は、12月4日～10日を「人権週間」と定め、人権尊重思想の普及を目的に活動を行っています。

【特設人権相談所】

▼とき 12月9日（金）、午前10時～午後3時 ※事前の申し込みは不要。

▼ところ 市民生活センター（駅前町、ヒロロ3階）

▼内容 いじめや虐待など、人権に関すること

▼相談員 人権擁護委員

▼問い合わせ先 青森地方法務局弘前支局（☎ 26-1150）

人権・行政問題は相談を

【人権擁護委員】

地域の中で人権が侵害されないように配慮して人権を擁護していくことが望ましいという考えの下、人権問題で困っている人からの相談を受けたり、人権の考えを広めたりする活動を無報酬で行っています。

●人権擁護委員

※本人の同意がある場合のみ住所を掲載しています。

| | |
|---------------------|--------------------|
| ■秋元 美恵子さん 中野2丁目 | ■浅利 いつ子さん 相馬 |
| ■大高 義昭さん 西茂森1丁目 | ■大滝 次雄さん 栄町4丁目 |
| ■黒石 勝治さん | ■笹森 智彦さん 大久保 |
| ■佐藤 美津子さん 桜ヶ丘2丁目 | ■相馬 隆子さん 青山2丁目 |
| ■田中 慶一さん 清原2丁目 | ■田中 均さん 浜の町東5丁目 |
| ■玉川 光幸さん 青山2丁目 | ■戸田 しのぶさん 銅屋町 |
| ■外崎 祐一さん 取上2丁目 | ■富士 滋さん 和田町 |
| ■山内 賢二さん 駅前町 | |

【行政相談委員】

行政サービスへの苦情、行政の仕組みや手続きの相談を受け付け、その解決のための助言等を無報酬で行っています。

●行政相談委員

| | |
|-------------------|---------------------|
| ■飛鳥 範子さん 大原2丁目 | ■佐藤 百合子さん 松原西2丁目 |
| ■須藤 タキさん 百沢 | ■中澤 省一さん 相馬 |
| ■野呂 眞正さん 三岳町 | ■三上 トキさん 兼平 |

○青森地方法務局弘前支局（早稲田3丁目）では、月～金曜日の①午前9時～正午、②午後1時～4時に、常設人権相談所を開設しています。

▼問い合わせ先 市民生活センター（☎ 33-5830、☎ 34-3179）

暮らしの Information

▼参加料 1,500円(材料費込み、飲み物付き)
▼持ち物 エプロン、空のペットボトル
●鳴海要記念陶房館(☎82-2902、午前9時～午後4時、火曜日は休み)へ申し込みを。

食育フェスティバル in ヒロロスクエア

▼とき 11月27日(日) 午前10時～午後1時
▼ところ ヒロロ(駅前町)3階イベントスペース、多世代交流室2
▼内容 体験ブース…手の平で測定ベジチェック、血管年齢測定、ライスバーガーのバンズ作りほか/展示ブース…食育に関する情報、レシピなど/販売ブース…りんご詰め放題、野菜の販売ほか
▼入場・体験料 無料
詳細はヒロロスクエアホームページ(<http://www.hiroro-square.jp>)を確認を。
●市民文化交流館(☎35-0154、午前8時30分～午後9時)

▼とき ①11月29日(火)、午前10時～午後1時/②11月30日(水)、午前10時～午後1時/③12月3日(土)、午後1時～3時
▼ところ ①・②しのののベース事務局(八幡町)/③サンタハウス弘前公園(元大工町)
▼内容 ①・②子どもに作ってあげたい!映えるお弁当レッスン/③無料おさがり交換、ベこもち作り、キッズリース作り体験、出店(医café SUP?・ジョージのおやつ)
▼講師 ①・②かおりさん(お弁当教室「KAORIGOHAN」)
▼参加料 ①・②各2,000円/③無料(ただし、ベこもち作りは別途500円が必要)
※①・②、③ベこもち作りは電話で事前の申し込みが必要。

講師と一緒にレッスンの支援をしてくれる人も募集しています。詳細は問い合わせを。

●しのののベース(角田さん、☎090-4830-1584、公式LINE<ID=@363sxmhs>、Instagram<しのののベースで検索>)

緑の相談所 12月の催し

【講習会】
●シクラメン・ポインセチアの管理
10日(土)、午後1時30分～3時30分
定員=20人(先着順)/事前の申し込みが必要/参加料=無料
●緑の相談所(弘前公園内、☎33-8737)、市みどりの協会(☎33-8733)
※毎週月曜日と12月29日～1月3日は休み。

しのののフェス

子育て世代からシニア世代、学生などの多世代が交流・活躍できる催しです。

広報ひろさきに掲載した各種催しについて

広報ひろさきに掲載した各種催しや教室などは、新型コロナウイルスの感染予防と拡大防止の観点から、中止や内容が変更となる場合がありますので、ご了承ください。詳しくは市ホームページまたは各問い合わせ先で確認を。また、催しなどに参加する際は、マスクを着用するなど、感染症対策へのご協力をお願いします。

イベント

こぎんの糸を染めよう～栗染め

▼とき 11月23日(水)祝 午後1時～2時30分
▼ところ 鳴海要記念陶房館(賀田字大浦)
▼講師 さきおりCHICKA(チッカ)さん
▼定員 10人



市のテレビ番組

「ボランティアをしてみませんか」

今年4月1日に、市と弘前市社会福祉協議会が協力して新たに「ひろさきボランティアセンター」を開設しました。新しいボランティアセンターの機能や実際の活動などを紹介します。ぜひご覧ください。

▼放送日 11月26日(土)、午前10時～10時15分
▼放送局 青森放送(RAB)



12月3日～9日は障害者週間です

国民が広く障がい者の福祉についての関心と理解を深めるとともに、障がい者が社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的として、毎年12月に、国、地方公共団体、関係団体などできざまな取り組みを行っています。

障害者週間 記念イベント

ハグはぐホィック!



就労支援事業所による物品販売のほか、ワークショップ、障がい者スポーツ、ライブなどのイベントを開催します。

▼とき 12月3日(土)、午前11時～午後2時
▼ところ ヒロロ(駅前町)3階、イベントスペース
■問い合わせ先 障がい福祉課(☎40-7122)

病児・病後児保育を利用しませんか

保護者が仕事の都合などにより、病気(または病気の回復期)の子どもを家庭で看病できない時、病児・病後児保育で預かります。お困りの際はぜひご利用ください。

▼対象児童 0歳～小学校6年生
※新型コロナウイルス陽性者、濃厚接触者は利用不可/このほか施設によって預けられない病気があります。

▼利用料
市民=1人1日1,000円
市民以外=1人1日2,000円
※食事、ミルク、おやつ、医療費などは別途。

▼利用の流れ

| | |
|----|---|
| 登録 | 事前に登録申込書を提出 【受付場所】こども家庭課、各総合支所民生課、ひろさき子育て世代包括支援センター(ヒロロ3階) ※郵送も可能(こども家庭課保育係に提出)/随時受付/登録は年度内有効/手続きに子の保険証番号が必要。 |
| 予約 | 右記の実施施設に電話で空き状況を確認の上、予約 ※キャンセルする場合も必ず連絡を。 |
| 受診 | 利用前にかかりつけ医などを必ず受診 |
| 利用 | 右記の持ち物を持参の上、病児保育室・病後児保育室を利用 |

▼持ち物

- 利用申込書
 - 印かん
 - 保険証
 - 子ども医療費受給資格証
 - 母子健康手帳
 - 通所児は連絡帳
 - 着がえ(2～3着)
 - バスタオル(2枚)
 - おしりふき
 - 紙おむつ(※)
 - 飲食物など(※)
 - 食事用エプロン(2枚)
 - 汚れものを入れるビニール袋
 - 処方された薬(お薬手帳または薬の内容が書いてあるもの)
- (※)…持参できない場合実費負担。
※全て名前を記入。

▼実施施設

| 実施施設 | 予約受付 | 定員 | 利用時間 | 休業日 |
|--|--------------------|-------|--------------------|--------------------------------|
| 病児保育室「きりん」 ☎27-2292 城東中央4丁目2の9 (あらいこどもクリニック/眼科クリニックに併設) | 7:30 ~ 18:00 | 原則6人 | 8:00 ~ 18:00 | 土・日曜日 祝日 12月30日 ~1月3日 |
| 病後児保育室「さくらんぼ」 ☎82-3037 賀田2丁目7の2 (大浦保育園に付設) | | | | 日曜日 祝日 1月1日 ~3日 |
| 病後児保育室「みどり」 ☎34-7511 吉野町3の3 (みどり保育園に併設) | 7:00 ~ 20:00 | 原則10人 | | 日曜日 祝日 1月1日 ~3日 |

■問い合わせ先 こども家庭課保育係(〒036-8551、上白銀町1の1、市役所1階、☎35-1131)

弘前市社会福祉大会

「ふれあいのまちづくり」をスローガンに開催します。
▼とき 11月22日(火)、午後2時から(受け付けは午後1時から)
▼ところ 市民会館(下白銀町)大ホール
▼内容 オープニング…福祉協力校活動体験発表(三省小学校)、式典…社会福祉事業功労者への表彰
▼入場料 無料
問 市社会福祉協議会(☎ 33-1161)

弘前音楽祭

北の四重奏やコーラル・ジョイフル、弘前交響楽団など、音楽ネットワーク弘前に所属する音楽団体による合同コンサートです。
▼とき 11月27日(日) 午後1時から
▼ところ 市民会館(下白銀町)大ホール
▼入場料 500円 ※中学生以下は無料。
問 音楽ネットワーク弘前(田中さん、☎ 87-6088)



市内近郊の農家が、旬のりんごや農産物・加工品を持ち寄り、販売します。農家の皆さんとの会話を楽しみながら、旬の味覚をお買い求めください。

郷土文学館スポット企画展「新収蔵資料展」

方言詩人・高木恭造の代表作『まるめろ』に使われた棟方志功の版画の印刷原版や、詩人・劇作家の秋田雨雀(うじゃく)が森鷗外を論じた草稿などを紹介します。
▼とき 12月1日(木)～2月14日(火)の午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
▼ところ 郷土文学館(下白銀町)
▼観覧料 高校生以上=100円/小・中学生=50円 ※65歳以上の市民、市内の小・中学生や外国人留学生、市内外の障がい者、ひろさき多子家族応援パスポートを持参の人は無料。年齢や住所を確認できるものの提示を。
問 郷土文学館(☎ 37-5505) ※あおもり県民カレッジの単位認定講座。

親子de 木育寺子屋

▼とき 12月4日(日)、①午前10時30分～正午、②午後1時30分～3時
▼ところ ヒロロ(駅前町)3



▼とき 11月23日(水)祝 午前10時～午後3時
▼ところ りんご公園(清水富田字寺沢)第1駐車場
問 りんご公園(☎ 36-7439)

階イベントスペース

▼内容 木育のお話とものづくりワークショップ(木育読み聞かせ、木製玩具の紹介、木のものづくり「まつぼっくりのクリスマスツリー」など)
▼対象 3歳までの子どもとその保護者=①・②各15組
▼参加料 無料
 詳細はヒロロスクエアホームページ(<https://www.hiroro-square.jp>)を確認を。
問 11月20日(日)から、市民文化交流館(ヒロロ3階、☎ 35-0154、午前8時30分～午後9時)へ。

木の実の工作

こどもの森で採取した木の実を使って工作体験をします。
▼とき 12月10日(土) 午前10時～正午
▼ところ こどもの森(坂元字山元、久渡寺境内)
▼定員 10人程度 ※事前の申し込みが必要。
▼参加料 300円

【冬季開館日】

毎週土・日曜日、祝日、小・中学校の冬休みと春休み期間。ただし12月29日～1月3日は休み。
問 こどもの森ビジターセンター(☎ 88-3923) / 市みどりの協会(☎ 33-8733)

poco a poco アートのたまご

できあがった作品は、2月中旬にHIROSAKI ORANDO(ヒロサキオランド、百石町)ギャラリーで展示予定です。
①粘土で動物をつくろう「粘土で彫刻ワークショップ」
 真っ白な石粉粘土で動物を作り、一週間乾燥させた後で絵付

けをして完成です。

▼とき 12月11日(日)・18日(日)、午前9時30分～午後0時30分または午後2時～5時(2日間の参加が必要)
▼ところ 弘前大学(文京町)教育学部美術制作室
▼対象 幼稚園・保育園児～中学生=各回12人程度(先着順) ※事前の申し込みが必要。午前か午後を選択してください。
②木彫で動物をつくろう「木彫ワークショップ」
 少し本格的な木彫に挑戦します。彩色もできます。
▼とき 2月4日(土)・11日(土)祝、午前10時～午後4時30分(昼食を持参/2日間の参加が必要)
▼ところ 弘前大学教育学部美術教材室
▼対象 小学校5年生～中学生=10人程度(先着順) ※事前の申し込みが必要。
▼講師 塚本悦雄さん(彫刻家)
▼参加料 500円
▼申し込み方法 11月26日(土)の正午以降に、申し込みフォーム(QRコード)で申し込みを。
③作品展「アニマリア テンペラで描いた動物たち」
 タンパク質が豊富な卵の黄身で顔料を溶くテンペラの技法で、カラフルな動物たちを子どもたちが描きました。
▼とき 11月30日(水)～12月5日(月)の午前9時～午後5時(2日(金)・3日(土)は午後9時まで)
▼ところ 弘前れんが倉庫美術館(吉野町)市民ギャラリー
▼観覧料 無料
問 アートワールドひろさき(出くい)さん、☎ 39-3383、E artworld@hirosaki-u.ac.jp

ac.jp)

※令和4年度市民参加型まちづくり1%システム採択事業。

弘前ねぶたシンポジウム

弘前ねぶた300年祭を記念したシンポジウムを開催します。
▼とき 12月11日(日)、午後1時～4時30分(開場は午後0時30分)
▼ところ 市民文化交流館ホール(駅前町、ヒロロ4階)
▼内容と講師など ①基調講演「ねぶたの歴史と変遷」、講師=成田敏さん(元「弘前ねぶた本」編さん委員長) / ②特別対談「弘前ねぶたと青森ねぶた」、参加者=三浦吞龍さん(ねぶた絵師)、竹浪比呂央さん(ねぶた作家)、櫻田宏さん(300年祭実行委員会会長)
▼定員 120人(先着順)
▼観覧料 無料
▼申し込み方法 12月8日(木)までに、ファクスまたはEメール(代表者氏名〈ふりがな〉・住所・電話番号・申込人数・特別対談で聞きたいことを記入)で申し込みを。
問 弘前ねぶた300年祭実行委員会事務局(観光課内、☎ 40-0236、F 36-5306〈受付専用〉、E hirosaki-neputa@kyodo-ad.com)



こども絵本の森「パパとじいじとえほんあそび」

絵本を通して、お子さんやお孫さんと楽しく遊びませんか。
▼とき 12月11日(日)、午後1時30分～2時30分
▼ところ こども絵本の森おは



なしコーナー(駅前町、ヒロロ3階)
▼講師 高嶋敬子さん(JPIC読書アドバイザー)
▼対象 読み聞かせに関心がある男性と家族=5組程度
▼参加料 無料
問 11月15日(火)から、こども絵本の森(☎ 35-0155)へ。

科学工作&マジック体験

▼とき 12月26日(月)、午前10時～11時30分
▼ところ 市民文化交流館ホール(駅前町、ヒロロ4階)
▼体験内容 マジック…謎解きを楽しむ理科算数マジック/工作…影絵が動くスリットアニメをつくろう、LEDが輝く虹の架け橋をつくろう
▼講師 野呂茂樹さん(板柳町少年少女発明クラブ顧問)
▼対象 弘前市、黒石市、平川市、藤崎町、板柳町、大鰐町、田舎館村、西目屋村に在住の小学校4年生～6年生=20人
▼参加料 300円
▼申し込み方法 12月2日(金・当日消印有効)までに、はがきまたはEメール(郵便番号・住所・参加者氏名〈ふりがな〉・学年・年齢・保護者氏名〈ふりがな〉・電話番号を記入)で申し込みを。
 ※1回の応募で2人まで申し込み可(必要事項をそれぞれ記入) / 応募者多数の場合は抽選を行い、結果を12月9日(金)に通知します / 体験教室実施日の2週間前から検温を(健康状態によっては参加をお断りします)。
問 津軽広域連合(科学工作&マジック体験係、〒036-8003、駅前町9の20、ヒロロ3階、☎ 31-1201、E rengou@tsugarukoiki.jp)

教室・講座

第3回博物館歴史講座

【青森県近代に生きた女性たちの歴史】

女性史をテーマに、市の歴史や文化を紹介します。

▼とき 12月11日(日) 午後2時～3時15分
▼ところ 市立博物館(下白銀町)ロビー

▼講師 北原かな子さん(青森中央学院大学教授)

▼定員 50人(先着順)

▼参加料 無料(ただし観覧料が必要)

問 11月15日(火)以降に、市立博物館(☎ 35-0700)へ。

柴田学園大学短期大学部 公開講座

【スクラッチ超入門編】

子ども用のプログラミング教材「スクラッチ」を使って、プログラミングを体験します。



▼とき 12月3日(土) 午前9時～10時

▼ところ 柴田学園大学短期大学部(上瓦ケ町)

▼対象 小学校4年生～6年生 = 4人

▼受講料 無料

▼申し込み方法 ホームページ、Eメールまたはファクス(希望講座名・氏名・住所・電話番号・Eメールアドレス・学年・学校名を記入)で申し込みを。※応募多数の場合は抽選。受講者にははがきで受講票を送りますので、当日持参を。詳細はホームページ(https://jc.shibata.ac.jp/region/openlecture/)をご覧ください。

問 柴田学園大学短期大学部(☎ 32-6151、F 32-6153、E jc_chibunsen@shibata.ac.jp)

市民ボランティアによるパソコン講座

学ぶ市民のためのパソコン講座です。

【インターネット講座】

▼とき 12月13日(火)・20日(火)、午前10時～午後3時 ※2日間で1セットの講座。

▼ところ 総合学習センター(末広4丁目)

▼内容 インターネットの利用方法など

▼対象 文字入力とキーボード・マウスの操作ができる市民 = 16人(先着順)

▼参加料 無料

▼持ち物 筆記用具、昼食

▼申し込み方法 11月20日(日)以降に電話か窓口で申込

みを。

【ボランティアサポートスタッフ募集】

パソコン講座を手伝ってみませんか。パソコン(ソフト)に関する知識があれば、年齢や経験は問いません。詳細は問い合わせを。

問 学習情報館(総合学習センター内、☎ 26-4800)

裁判官・保護観察官に関する公開講座

【裁判官の仕事・保護観察官の仕事～成年年齢の変更と少年法改正で変わる～】

▼とき 12月17日(土) 午後2時～5時

▼ところ 市民会館(下白銀町)大会議室

▼内容と講師 第1部「青森県の裁判～刑事事件と少年事件～」講師=寺尾亮さん(青森地方・家庭裁判所判事) / 第2部「保護観察官の仕事～更生保護の実際～」講師=田上誠章さん(青森保護観察所保護観察官)

▼定員 80人 ※事前の申し込みは不要。

▼受講料 無料 詳細は「らの会」ホームページ(https://blog.goo.ne.jp/k-touge)を確認を。

問 専門家集団「らの会」(三上さん、☎ 38-1829) / 弘前大

学人文社会科学部(平野さん、☎ 39-3199)

ミニ門松作り教室

不要になったわらや竹、畳表などを再利用します。

▼とき 12月17日(土)、午前9時30分～午後3時

▼ところ 弘前地区環境整備センタープラザ棟

▼講師 尾崎行雄さん

▼定員 10人(1人1基) ※家族での参加は1家族1基の制作 / 小学生は保護者同伴。

▼参加料 無料

▼持ち物 昼食、飲み物 ※作業がしやすく、汚れてもいい服装で参加を。

▼申し込み方法 12月4日(日・必着)までに、往復はがき(教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で申し込みを。※往復はがき1枚につき2人まで応募可。応募多数の場合は抽選で決定し、12月11日(日)までに結果をお知らせします。詳細はプラザ棟ホームページ(QRコード)をご覧ください。



問 弘前地区環境整備センタープラザ棟(〒036-8314、町田字筒井6の2、☎ 36-3388、受け付けは午前9時～午後4時、月曜日は休み)

“津軽の味っこ” 伝承料理講習会

▼とき 12月22日(木)、午前9時30分～午後1時

▼ところ 清水交流センター(大開2丁目)調理実習室

▼内容 赤飯、茶わん蒸し、煮なます、油揚げ餅の調理実習 ※料理は持ち帰り。

▼定員 20人程度

▼参加料 2,000円(当日徴収)

▼持ち物 エプロン、三角巾

▼申し込み方法 11月28日(月・必着)までに、往復はがきの「往信用」の裏面に住所・氏名・年代・電話番号を、「返信用」の表面に住所・氏名を記入し、弘前地区生活改善グループ連絡協議会会長・清野優美子さん(〒036-8265、下湯口字青柳64の1)へ。 ※応募多数の場合は抽選で決定し、結果を12月1日(木)以降に全員に通知します。

問 中南地域県民局地域農林水産部農業普及振興室(白取さん、☎ 33-4821)

その他

ひろさき広域出愛サポートセンター休日登録会

結婚を希望する独身男女のお見合いを支援しています。



▼とき 11月27日(日) 正午～午後4時

▼ところ ヒロロ(駅前町)3階多世代交流室A ※事前の申し込みは不要。

問 ひろさき広域出愛サポートセンター(☎ 35-1123(日・月曜日、祝日を除く、午前10時～午後7時))

防災行政無線の試験放送を行います

地震や武力攻撃などの発生に備え、情報伝達試験を全国一斉に行います。当市では、市内各所に設置している防災行政無線から試験放送が流れます。 ※今年度は計4回の試験を予定しており、今回が3回目です。

▼試験日時 11月16日(水)、午前11時ごろ ※気象状況などによって中止することがあります。

防災行政無線の内容を確認する際は、テレホンサービス(☎ 40-7110、サービス料は無料 / 通話料が発生)をご活用ください。なお、防災行政無線アプリでは配信されません。

問 防災課(☎ 40-7100)

市民参画センターのロッカー等の利用申し込みを受け付け

令和5年度の年間利用分事前申し込みを受け付けます。

▼受付期間 11月16日(水)～1月16日(月)の午前9時～午後7時30分

▼利用期間 令和5年4月1日(土)～令和6年3月31日(日)

▼募集台数等 団体用ロッカー53台 = 年額1台3,120円 / レターケース72台 = 無料

▼申込書類の配布方法 市民参画センター窓口で配布するほか、市ホームページでもダウンロードできます。

▼その他 現在利用している団体も申し込みが必要です / 申し込み多数の場合は抽選で決定します(抽選の実施の有無は、受付終了後に市ホームページでお知らせします)。

問 市民参画センター(駅前町、ヒロロ3階、☎ 31-2500)

| 人の動き | | Population |
|------|-----------------|------------|
| | | 前月比 |
| ・人口 | 164,292人 | (-89) |
| ・男 | 75,359人 | (-41) |
| ・女 | 88,933人 | (-48) |
| ・世帯数 | 71,155世帯 | (+56) |
| | 令和4年10月1日現在(推計) | |

『郷土歴史シリーズ Vol.6 津軽為信』発行

弘前藩の藩祖として知られる津軽為信の生涯を、資料に基づいて明らかにした冊子です。

▼著者 長谷川成一さん(弘前大学名誉教授)

▼価格 500円(税込み)

▼販売場所 市立博物館(下白銀町)受付

問 市立博物館(☎ 35-0700)

乗合タクシーの時刻を改正

市内9地区を運行する乗合タクシーは、路線バスの令和4年12月時刻改正に伴い、一部地区で時刻改正されます。



時刻改正後の運行情報は、11月下旬に市ホームページに掲載するほか、乗合タクシーで配布し、12月中旬には時刻改正があった各地区の町会へお知らせします。

▼乗合タクシー運行地区 相馬、石川、堀越、鳥井野、笹館、小友、福村新里、船沢、三ツ森
問地域交通課 (☎ 35-1124)

空き家の無料個別相談会

空き家に関するさまざまな相談(相続、登記、成年後見、境界、売買、有効活用)に、専門家(弁



護士、司法書士、土地家屋調査士、空き家相談員)が答えます。

▼とき 12月16日(金) 午後6時~8時

▼ところ 相馬庁舎(五所字野沢)研修室1、2、3

▼申し込み方法 12月5日(月)までに、電話かファクスまたはEメール(氏名・連絡先・質問内容・参加人数を記入)で申し込みを。

問建築指導課空き家対策係 (☎ 40-0522、F 38-5866、E kenchikushidou@city.hirosaki.lg.jp)

鳥インフルエンザの発生を防止しましょう

鳥インフルエンザウイルスは、渡り鳥によって海外から持ち込まれると考えられています。秋から冬は渡りが始まり、発生の警戒が必要となる時期です。次のことに注意してください。

【家きん(※1)を飼っている場合】

①渡り鳥や野鳥、ねずみ等の野生動物との接触をさけるため、野外での放し飼いをしないようにしましょう。また、飼育小屋は防鳥ネット(2cm角以下)で囲いましょう。定期的に防鳥ネットの点検を行い、破損箇所は直ちに修繕しましょう。

②飼育小屋を定期的に消毒し、清潔な状態で飼育しましょう。

③世話をするときには専用の履物、衣服を身に付け、終了後は履物、衣類、手指の消毒をしましょう。車両は農場の出入り口で入念に消毒しましょう。

④家きんに異状がみられた場合は、すぐにつがる家畜保健衛生所に連絡してください。

(※1)…鶏、アヒル、ウズラ、キジ、ダチョウ、ホロホロ鳥、七面鳥などの鳥類

【死亡した野鳥を見つけた場合】

①野鳥は鳥インフルエンザウイルス以外にもさまざまな細菌や寄生虫を持っていることがあるので、素手で触らないようにしましょう。

②多数の野鳥がまとまって死亡

している場合は、農政課または中南地域県民局地域農林水産部林業振興課にご相談ください。

③②以外の場合で死亡した野鳥を処理する際は、ビニール袋に入れ一般ごみとして処分してください。

問中南地域県民局地域農林水産部林業振興課 (☎ 33-3857) / 西北地域県民局地域農林水産部つがる家畜保健衛生所 (☎ 0173-42-2276) / 農政課 (☎ 40-0504)

令和5年度青森県武道館貸切使用計画書を受け付け

▼受付期間

12月1日(木)~1月6日(金)



▼申し込み方法 青森県武道館ホームページ(<http://www.aomorikenbudoukan.com/>)で確認するか問い合わせを。

▼日程調整 希望の日程が他団体と重複した場合は利用調整を行い、利用の可否を2月上旬にお知らせします。

問青森県武道館 (☎ 26-2200)

県赤十字血液センターからのお知らせ

【めぐる献血プロジェクト】

俳優の今田美桜さんと高杉真宙さんがイメージキャラクターを務める新しい献血プロジェクト「めぐる献血」がスタートしました。詳しくは特設サイト(<https://meguru-kenketsu.jp/>)をご覧ください。

【献血Web会員サービスラブラッドのアプリ化について】

献血Web会員サービスラブラッドのアプリ配信がスタートしました。便利な機能が盛りだくさんで、献血カード代わりにもなります。ラブラッドに入会

している人は、ぜひご利用ください。

【新型コロナウイルス既感染者の献血受け入れについて】

新型コロナウイルス既感染者のうち、症状消失後(無症状の場合は陽性となった検査の検体採取日から)4週間が経過し、回復後に治療や通院を要する後遺症がなく、問診等により全身状態が良好であることが確認できれば、献血ができます。

【献血バスの受け入れ事業所を募集】

献血バスの大きさは、長さ11m、幅3m、高さ3.5mです。検討可能な事業所は、県赤十字血液センターへ連絡を。

問県赤十字血液センター (☎ 017-741-1512)

不動産取得税のお知らせ

不動産取得税は、土地や家屋を、有償・無償の別、登記の有無にかかわらず、売買、贈与、交換、建築(新築・増築・改築)などにより取得したときに、その取得者に一度だけ課税される県の税金です。

不動産の取得後、ある程度の期間をおいて納税通知書が送付されますので、指定された納期限までに納付してください。

なお、一定の要件にあてはまる住宅や住宅用の土地を取得した場合には、必要な書類を添えて申請することにより、不動産取得税が軽減となる制度があります。

詳細は県ホームページ(QRコード)で確認するか問い合わせを。

問中南地域県民局県税部課税第二課 (☎ 32-1131、内線329)

休日在宅当番

| 内科 | |
|--------------|--------------------------|
| 診療時間…午前9時~正午 | |
| 12/4 | 関医院中津軽診療所(賀田1) ☎ 82-3006 |
| 11 | さがらクリニック(桔梗野1) ☎ 37-2070 |
| 18 | 五日市内科医院(植田町) ☎ 35-4666 |
| 25 | 弘前温泉養生医院(真土) ☎ 82-3377 |

| 耳鼻いんこう科・眼科 | |
|-----------------|--------------------------------------|
| 診療時間…午前10時~午後4時 | |
| 12/11 | あらいこどもクリニック/眼科クリニック(城東中央4) ☎ 27-2233 |
| 25 | 福島耳鼻咽喉科(百石町) ☎ 32-5032 |
| 31 | 伊藤眼科(南大町2) ☎ 36-6105 |
| | いくこ耳鼻科クリニック(南瓦ヶ町) ☎ 33-6373 |

| 歯科 | |
|--------------|-----------------------------|
| 診療時間…午前9時~正午 | |
| 12/4 | 遠藤歯科(代官町) ☎ 36-5560 |
| 11 | よりみつ歯科クリニック(南城西2) ☎ 88-6402 |
| 18 | 柴田歯科医院(賀田1) ☎ 82-5322 |
| 25 | 第一歯科クリニック(城東中央3) ☎ 27-7706 |
| 31 | 沢田歯科クリニック(茂森新町1) ☎ 26-7176 |
| | 関歯科医院(和泉1) ☎ 26-2789 |

◎予定が変更となる場合がありますので、受診の際は事前に弘前市医師会・弘前歯科医師会ホームページや休日在宅当番医に電話でご確認ください。

◎上記のほか、市急患診療所(野田2丁目、☎ 34-1131)で、内科・外科・小児科の診療を行っています。

休日…午前10時~午後4時
夜間…午後7時~10時30分

※夜間は内科と小児科のみ診療。
◎休日当番の割り当てがない日や急患診療所の受付時間外は、医療機関紹介電話(☎ 32-3999)へお電話ください。

お楽しみ抽選券 当選番号発表

10月14日~16日に開催した「2022津軽の食と産業まつり」で配布したお楽しみ抽選券の当選番号をお知らせします。

※まつりホームページ(QRコード)にも掲載しています。



【景品受け取り】

▼ところ 弘前商工会議所(上鞆師町)5階事務局
※受け付けは平日の午前9時~午後5時/抽選券の持参を。

▼受取期限 11月30日(休)

問津軽の食と産業まつり実行委員会 (☎ 33-4111)

特賞

旅行券 10万円分

G-00870

2022津軽の食と産業まつり お楽しみ抽選券

抽選結果発表日 2022年10月20日

当選された方は、2022年10月20日~11月30日に弘前商工会議所へお越し下さい。

【抽選時間 9時~17時 土日祝を除く】

詳しくはHPへ

ここをチェック♪

1等 3本 灯油クーポン券 3万円分
D-03734 F-01041 I-04234

2等 5本 仕出し(オードブルもしくはおせち) 2万円分
B-04979 C-01500 D-00572 F-02224 G-02859

3等 10本 ホテル利用券 1万円分
B-04990 D-04191 G-00836 G-03534 G-04222
G-04713 H-00139 H-01737 I-00698 I-02160

4等 20本 米(青天の霹靂(へきれき)) 10kg
B-02356 B-04623 B-05006 B-05235 C-00659
C-00713 C-02512 C-05926 D-02496 D-02939
D-04187 E-02273 E-03591 F-01864 G-00251
G-01130 G-01158 G-02019 G-05431 I-01754

**給与支払報告書の提出は
便利なeLTAXで!**

eLTAX (エルタックス) は、地方税における手続きを、インターネットを利用して電子的に行うシステムで、次のようなメリットがあります。
○手続きは自宅やオフィスから可能
○複数の地方公共団体にまとめて一度に送信が可能
○eLTAX のサービスは無料
給与支払報告書・源泉徴収票を一括して、eLTAX で一元的に送信することもできます。eLTAX の利用開始や具体的な利用方法等に関する詳細は、eLTAX ホームページ (<https://www.eltax.lta.go.jp/>) をご覧ください。
問 不明な点は、eLTAX ホームページの「よくあるご質問 (<https://eltax.custhelp.com/>)」で確認するか、「お問い合わせフォーム」のご利用を。

**弘前地区柔道整復師会
あなたの街の整骨院・接骨院**

▼とき 11月23日(水)祝
午前10時～午後2時
▼ところ ヒロコ(駅前町)3階多世代交流室1
▼内容 健康相談、痛みやけがの相談、柔道整復師の活動紹介
▼参加料 無料
問 安井整骨院 (☎ 34-1424、平日の午前9時～正午)

広告宣伝強化セミナー

【SNS・動画を活用して効果UP!!】
▼とき 12月9日(金)、午後6時～8時
▼ところ 土手町コミュニティパーク1階多目的ホールA
※Zoomでのオンライン参加も可。
▼対象 創業予定の人、創業後間もない人=20人(会場参加)
※オンライン参加は無制限。

▼受講料 無料
▼申し込み方法 12月2日(金)までに、申し込みフォーム(QRコード)または電話で申し込みを。
問 県信用保証協会創業・経営支援課 (☎ 017-723-1356)

**あおり安心飲食店応援
キャンペーン「つなぐる」**

県では、県内の「あおり飲食店感染防止対策認証制度」の認証を受けた飲食店(認証店)を対象に、飲食代1,000円1口から応募できる、食事券が当たるキャンペーンを実施しています。
▼応募方法 認証店で配布される応募用紙を使用し、郵送またはWebで応募
▼応募締切 1月4日(水)
※キャンペーン参加店も1月20日(金)まで募集しています。
詳細はホームページ(QRコード)をご覧ください。

問 つなぐる事務局 (☎ 017-752-8310)

**指名手配被疑者の
検挙にご協力を!**



8月末現在、全国の警察から指名手配されている人は、重要指名手配被疑者をはじめとして、約530人に上っています。これらの被疑者は、殺人、強盗等の凶悪事件のほか、暴行、傷害、窃盗、詐欺、横領などの事件に関して指名手配されており、再び犯行を行う恐れがあります。
警察では、特に重大な犯罪の被疑者を選定し、11月中に全国警察の総力を挙げて追跡捜査を行います。

被疑者の発見には、皆さんの協力が必要です。よく似た人を見つけたなど、どんなわずかな情報でも結構ですので警察に通報をお願いします。
問 弘前警察署刑事第一課 (☎ 32-0111、内線332)

**弘前学院聖愛中学校の
体験入学と入学試験について**

【体験入学】
▼とき 12月17日(土)、午前9時～11時30分
▼対象 聖愛中学校受験を考える小学生(学年問わず)とその保護者
▼内容 ハンドベル体験、体験授業(短歌甲子園体験会「短歌バトルをしよう」)

▼申し込み方法 電話またはホームページ、公式LINEで申し込みを。
【入学試験】
▼願書受付期間 12月24日(土)～28日(水)と1月5日(木)～11日(水)の午前9時～午後4時
※日曜日・祝日を除く。土曜日は午後1時まで。
▼試験日 1月14日(土)
▼合格発表 1月18日(水)
▼選考方法 通知表、筆記試験(国語、算数、総合問題)と面接の結果に基づき総合的に判断
問 弘前学院聖愛中学校(原ヶ平字山元、☎ 87-1411、E jimu@seiai.ed.jp)



各種スポーツ・体操教室

| 教室名 | とき | ところ | 内容 | 対象・定員 | 参加料 | 問い合わせ・申込先 |
|----------------------|---|--------------------------|---|---------------------|--|--|
| ①サンデーヨガ | 12月4日・18日、1月15日・29日、2月5日・19日、3月5日・19日(いずれも日曜日)、午前10時30分～11時30分 | 弘前 B&G 海洋センター(八幡町)武道館 | 初心者～中級者向けのリラックス効果があるヨガ | 一般=各回20人 | 1回500円(傷害保険料を含む) | 申し込みフォーム(QRコード)または弘前 B&G 海洋センター(☎ 33-4545)へ。(※1) |
| ②はるか夢球場ポジティブフィットネス教室 | ①12月5日～3月13日(1月2日・9日、2月6日を除く)の毎週月曜日 ②12月7日～3月8日(1月4日・11日を除く)の毎週水曜日 ③12月2日～3月10日(12月30日、1月6日、2月3日を除く)の毎週金曜日 午前10時30分～11時30分(それぞれ全12回) | 運動公園はるか夢球場(豊田2丁目)2階多目的室3 | ①ピラティス ②深い呼吸でヨガストレッチ ③ココロもカラダもゆるむヨガ | 18歳以上=各回10人 | 1回500円(傷害保険料を含む) 全12回参加の場合は5,500円(初回時一括払いに限る) | 運動公園(☎ 27-6411)へ。(※1) |
| ③水泳教室(バタフライ) | 12月6日～22日の毎週火・木曜日、午前10時～11時 | 温水プール石川 | バタフライの基本技法 | クロールを25m以上泳げる市民=15人 | 無料 | 11月28日(月・必着)までに、温水プール石川(〒036-8123、小金崎字村元125、☎ 49-7081)へ。(※2)(※3) |

(※1)…ヨガマットの持参を(レンタルは1回100円)。/(※2)…往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・年齢(生年月日)・電話番号・保護者氏名(参加者が未成年の場合)・教室名を記入の上、申込先まで郵送を。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。/(※3)…水着、水泳帽、ゴーグルの持参を。
共通事項…飲み物、汗拭きタオルなどを持参し、運動ができる服装で参加を。各自傷害保険に加入してください。詳しくは各施設に確認を。

就労に関するお知らせ

求人説明会・ミニ面接会

市内企業の人事担当者が出席します。求職中であれば誰でも無料で参加でき、面接も可能です。
▼とき 12月5日(月)・21日(水)、午後1時30分～4時30分(受け付けは午後1時から)
▼ところ 市民文化交流館ホール(駅前町、ヒロコ4階)
▼定員 20人程度
▼参加企業数 3社以上(予定)
問 申込書をファクスか窓口へ提出
※電話での申し込みも可/ハローワークに未登録の人も参加可/雇用保険受給者は求職活動実績の対象になるため、雇用保険受給資格者証の持参を/参加企業は青森労働局または市ホームページで確認を/UJI ターン求職者を対象とし

たスカイプ(インターネットによるテレビ電話)での面談ができます(7日前までに要予約)。
問 I・M・S(弘前就労支援センター内、ヒロコ3階、☎ 55-5608、F 55-5607)

労働相談会

個々の労働者と事業主との間に生じたトラブルを解決するため、無料の相談会を開催します。
▼とき 12月6日(火)、午後1時30分～3時30分/12月18日(日)、午前10時30分～午後0時30分
▼ところ 県労働委員会(青森市新町2丁目)
▼対象 県内の労働者、事業主
※随時受け付け/事前予約を優先。
問 県労働委員会事務局(☎ 017-734-9832、F 017-734-8311、

労働相談ダイヤル☎ 0120-610-782)

在職者向けの講習会

【配管技能検定(学科・実技)試験対策講習】
▼とき 1月11日(水)～13日(金)の午前9時～午後4時(休憩1時間)
▼ところ 弘前高等技術専門学校
▼定員 10人
▼受講料 1,600円
問 12月12日(月・必着)までに電話で申し込むか、郵送またはファクスで申込書(ホームページでダウンロード可)を提出。詳しくはホームページ(https://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/hi-gisen_zaisokusha.html)で確認を。
問 弘前高等技術専門学校(〒036-8253、緑ヶ丘1丁目9の1、☎ 32-6805、F 35-5104)



広報ひろさきは環境にやさしいインクを使用しています。

参加
無料

ひろさき高齢者健康トレーニング教室

膝が痛くて歩くのがおっくうになった、疲れやすくなったなど、体力の低下を感じていませんか。専門のスタッフが運動プログラムの実施をサポートします。健康増進、介護予防にご活用ください。

▼**利用期間** 令和5年1月～6月(週1回、利用開始から最長6カ月)

▼**開催時間** 毎週月～土曜日の次の時間

- ① 午前8時40分～9時30分
- ② 午前9時40分～10時30分
- ③ 午前10時40分～11時30分
- ④ 午後1時50分～2時40分
- ⑤ 午後2時50分～3時40分
- ⑥ 午後3時50分～4時40分

▼**ところ** ひろさき(駅前町)3階高齢者健康トレーニング教室

▼**内容** 6種のトレーニングマシンを使った軽い負荷の運動

▼**対象** 65歳以上の市民=100人

▼**申し込み方法** 12月1日(木・必着)までに、往復はがき(住所・氏名・生年月日・電話番号・利用希望曜日と時間〈第1希望から第3希望まで〉を記入)で申し込みを。

※家族や友人同士での応募は、はがき1枚に連名で記載して申し込みが可能/応募多数の場合は抽選で決定し、12月中旬以降に結果を郵送します。


▼**その他** 教室はロマンピア(☎84-2236)や温水プール石川(☎49-7081)でも実施しています。詳しくは各教室に問い合わせを。

■**問い合わせ・申込先** 高齢者健康トレーニング教室(〒036-8003、駅前町9の20、☎35-0161、午前9時～午後5時)



| | | |
|---|--|-----------|
|  往信 | 〒036-8003 弘前市駅前町9の20 高齢者健康トレーニング教室 ひろさきスクエア教室 行 | ここは 空欄 |
|---|--|-----------|

▲往復はがき記入例

| | | |
|---|--|--|
|  返信 | 〒(自宅の郵便番号) 申し込みする人の氏名 申し込みする人の住所 | ■ 氏名 ■ 生年月日 ■ 住所 ■ 電話番号 ■ 希望曜日・時間 第1希望 ○曜日○時○○分～ 第2希望 ○曜日○時○○分～ 第3希望 ○曜日○時○○分～ |
|---|--|--|

健康サポート教室 ～体のゆがみ改善～

▼**とき** 12月6日(火)・20日(火)
午前10時～11時

▼**ところ** 温水プール石川(小金崎字村元)研修室

▼**内容** カイロプラクティック療法による、ボディコントロールバンドを使った、体のバランスを整える運動

▼**講師** 三上孝正さん(カイロハウスマカミ)

▼**対象** 65歳以上の市民=各回12人(先着順)
※事前の申し込みが必要。

▼**参加料** 無料

▼**持ち物** 内履き、タオル、飲み物

※動きやすい服装でマスク着用の上、参加を。

▼**申し込み受け付け** 12月6日開催分…11月20日(日)から/12月20日開催分…12月3日(土)から

■**問い合わせ・申込先** 温水プール石川(☎49-7081、午前9時～午後5時)

