

北の文脈文学講座

- ▼とき 12月17日(土)、午後2時～3時
▼ところ 郷土文学館(下白銀町)2階ラウンジ
▼テーマ 『新収蔵資料展』について
▼講師 櫛引洋一さん(郷土文学館企画研究専門員)
▼定員 15人(先着順)
▼受講料 無料(ただし観覧料が必要)
▼観覧料 高校生以上=100円/小・中学生=50円
※障がい者、65歳以上の市民、市内の小・中学生、外国人留学生、ひろさき多子家族応援パスポート持参の人は無料。年齢・住所を確認できるものの提示を。

事前には郷土文学館(☎37-5505、窓口でも申し込み可)へ。※あおり県民カレッジ単位認定講座。

保健センターの食育&講座

- 【冬休み親子食育教室】
▼とき 1月7日(土)・8日(日)、午前10時～午後0時30分(両日とも同じ内容)
▼内容 食事バランスクイズ、食育アプリでバランス食を学ぼう、ランチBOXづくり
▼対象 市内の小中学生と保護者=各回10組(先着順)
▼持ち物 エプロン、スマートフォン、持ち帰り用保冷バック
▼申込期限 12月26日(月)

【生涯骨太クッキング講座】

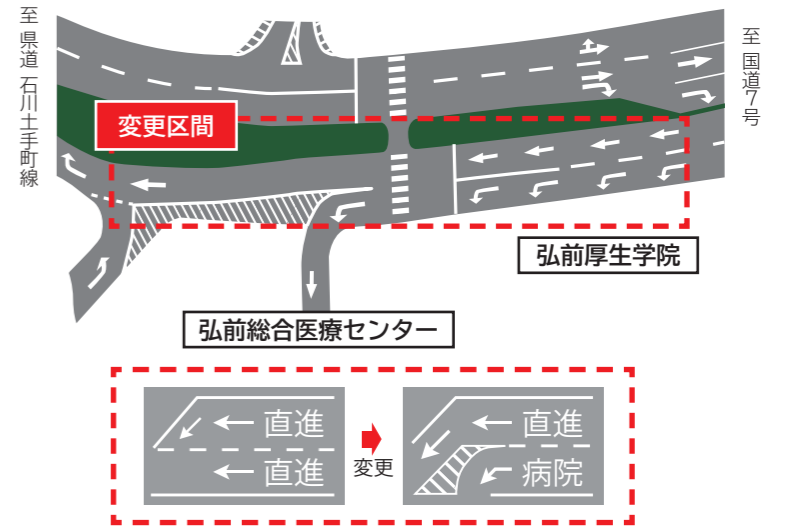
- ▼とき 1月13日・20日・27日(いずれも金曜日)、午前10時～午後1時
※3回で1セットの講座/20日のみ午前11時30分まで。
▼内容 食生活改善推進委員会による乳製品を使った調理実習、管理栄養士による低栄養・フレイル予防に関する講義、体組成測定
▼対象 3回全てを受講できる市民=10人(先着順)
▼持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具
▼申込期限 12月28日(水)～共通事項～
▼ところ 弘前市保健センター(野田2丁目)
▼参加料 無料
健康増進課(☎37-3750)

「こぎんの基礎を学ぼう」体験教室

- ▼とき・内容 ①1月14日(土)…基礎刺し(初心者向け)、②1月22日(日)…ふくろうミニタペストリー作り(経験者向け)/両日ともに午前9時30分～正午
※①・②のいずれかを選択。
▼ところ 弘前地区環境整備センタープラザ棟
▼講師 佐藤陽子さん(佐藤陽子こぎん展示館館長)
▼対象 ①小学校4年生以上、②こぎん刺しの経験がある小学校4年生以上=各回10人
▼参加料 無料
▼申し込み方法 12月21日(水・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28日(水)までに抽選結果を連絡します。
詳細はホームページ(QRコード)を確認を。

12月下旬(予定)から 県道弘前平賀線の車線運用を変更します

弘前総合医療センターへの進入路の設置のため、県道弘前平賀線の車線運用を変更します。現地の案内標識と路面標示に注意の上、走行をお願いします。



工事について…土木課(☎40-7051)/運用について…中南地域県民局道路施設課(☎32-0800)

お正月飾りを手作りしませんか

門松作り講習会

- ▼とき 12月17日(土)、午後1時30分～3時30分
▼ところ 緑の相談所(下白銀町、弘前公園内)
▼定員 10人(先着順)
▼参加料 3,000円(材料費)
☎12月12日(月)までに、緑の相談所(☎33-8737)/市みどりの協会(☎33-8733)へ。

おしゃれなお正月しめ縄リース講座

- ▼とき 12月25日(日)、①午前10時～正午、②午後2時～4時
▼ところ 総合学習センター(末広4丁目)大会議室
▼対象 小学生以上の親子=各回30人(大人は1人でも可/先着順)
▼参加料 1人3,000円(1人1個まで)
☎12月10日(土)の午前10時以降に、学習情報館(総合学習センター内、☎26-4800、窓口でも申し込み可)へ。

ペーパークラフトしめ縄作り教室

- ▼とき 12月25日(日)、①午前9時～、②午前10時30分～
▼ところ 河西体育センター(石渡1丁目)会議室
▼定員 各回5人(先着順)
▼参加料 1,100円(材料費)
☎河西体育センター(☎38-3200、窓口でも申し込み可)

お正月に向けてのアレンジフラワー教室

- ▼とき 12月28日(水)、午前9時30分～11時30分
▼ところ ワークトーク弘前(清野袋3丁目)
▼講師 川村江利子さん
▼対象 市民=20人(先着順)
▼参加料 2,200円(材料費)
▼持ち物 花ばさみ(工作用でも可)、持ち帰り用袋
☎12月10日(土)までに、ワークトーク弘前(☎38-3711、来所でも申し込み可、月曜日と祝日は休み)へ。



その他

令和5年市民新年互礼会

- 市民の皆さんの活躍と市の発展を祈願して開催します。
▼とき 1月4日(水)、午後3時～4時
▼会場 アートホテル弘前シティ(大町1丁目)



二十歳の祭典の入場券を発送

- 令和4年度二十歳の祭典への参加を申し込んだ人に、入場券を送付します。申し込みをしたにもかかわらず、12月15日(木)を過ぎても届かない人や、申し込みを忘れていた人は、お問い合わせください。詳しくは市ホームページを確認を。
☎生涯学習課(☎82-1641)

弘前総合医療センターでも 国保脳ドックを受診できます

弘前総合医療センターでも国保脳ドックが受診できるように

- なりました。今年度1回も受診していない人は、ぜひ受診をご検討ください。受診の際は感染症対策にご協力ください。
※受診には事前の予約が必要。実施医療機関に直接申し込みを。
▼申込先 弘前総合医療センター脳ドック係(☎32-4311、平日の午後1時～3時)
▼対象 国民健康保険に加入する40歳～74歳で、国民健康保険料の滞納がない世帯の人
▼実施期限 3月31日(期間中1回限り)
▼自己負担額 5,000円
▼受診日 月・火・木・金曜日の午後1時～3時
市内6カ所の医療機関でも実施しています。健診内容など詳細は「令和4年度健康と福祉ごよみ」をご覧ください。
☎国保年金課国保健康事業係(☎35-1116)