

岩木健康増進プロジェクト市民公開講座

岩木健康増進プロジェクト健診の結果や研究成果を中心に、健康に役立つ最新情報について弘前大学の医師やプロジェクト参画機関の研究者がお話します。

時 1月21日(火)、午前9時30分～正午(受け付けは午前9時10分から)

所 ヒロロ(駅前町)4階市民文化交流館ホール

対 市民=150人(先着順)

持 筆記用具

申 1月16日(木)までに電話で。

問 健康増進課(☎37-3750)

シニア・福祉

健康サポート教室～太極拳～(初心者向け)

	開催日	時間
①	1月19日(日)	午後 2時15分から
②	1月29日(水)	午前10時15分から
③	2月10日(月)	午前10時15分から
④	2月23日(日)(祝)	午後 2時15分から
⑤	3月 2日(日)	午後 2時15分から
⑥	3月12日(水)	午前10時15分から

※各回同じ内容で所要時間は1時間程度/2回以上の参加を推奨

所 温水プール石川(小金崎字村元)研修室

対 65歳以上の市民=各回12人(先着順)

持 室内シューズ、タオル、飲み物(動きやすい服装で参加を)

申 ①・②は1月6日(月)以降に、③・④は1月20日(月)以降に、⑤・⑥は2月20日(木)以降に電話で。

問 温水プール石川(☎49-7081、午前9時～午後5時)

ふれあい高齢者ニュースポーツ研修会

時 2月1日(土)～16日(日)の午前9時～正午(ゲートボールは午後3時まで)

所 屋内ゲートボール場すば一弘前(石渡1丁目)

内・定員 ゲートボール(30人)、グラウンドゴルフ(40人×2班)、ペタンク(24人)、マレットゴルフ(30人)、ターゲットバードゴルフ(20人)

※いずれも先着順



対 おおむね60歳以上の市民
申 1月4日(土)～20日(月)に電話で。
問 すば一弘前(☎38-3250)

ふれあい高齢者ペタンク親善大会

時 2月8日(土)、午前9時30分～午後3時(受け付けは午前9時から)

所 克雪トレーニングセンター(豊田2丁目)

対 60歳以上の市民(初心者歓迎)

¥500円(昼食代を含む/当日お支払ください)

申 1月15日(水)までに電話で。

問 (福)弘前市社会福祉協議会(☎33-1161)/弘前市ペタンク協会(菅原さん、☎88-1556、☎090-9422-3562)



高齢者肺炎球菌感染症の定期接種

肺炎の中でも肺炎球菌が原因で起こる肺炎には、ワクチン接種が有効です。

対 次の①か②を満たし、今までにワクチンを接種したことがない人

①65歳の人(接種日時点)/②60～64歳の人で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害がある人(障害等級1級)

¥3,000円(生活保護受給者は無料)

接種期限 3月31日(月)

問 健康増進課(☎37-3750)

合葬墓生前申し込みを受け付け

市では、近くに親戚や身寄りがない人のために、焼骨を共同で埋蔵する合葬墓の生前申し込みを受け付けします。

※市では合葬墓での宗教行事などを行っていません。永代供養を希望する場合は、個別に寺院等へ相談を。

対 20人

資格要件 次の①～④に全て該当する人

①現在、弘前霊園の一般墓地の使用許可を受けていない人、または合葬墓の生前申し込みと同時に一般墓地を返還する人

②申請の時点で、継続して1年以上、市内に住所があり、かつ満65歳以上の人

③自身の死後に、焼骨を納骨する人を事前に指定できる人

④合葬墓に埋蔵した時点で、焼骨を返還できないことについて同意できる人

受付期間 1月14日(火)～2月3日(月)の平日、午前8時30分～午後5時

申 応募する人の身分証明書を持参の上、環境課(市役所2階)へ。

¥1人につき6万円(生前申込者として決定後、申請時に納付してください)



※応募数が公募数を上回った場合は、2月28日(金)に公開抽選を行い決定します。抽選の詳細は、応募者へ事前に通知します。

問 環境課(☎40-7035)

要介護認定高齢者の障害者控除

65歳以上で、要介護認定を受けている人を対象に「障害者控除対象者認定書」を発行しています。この認定書により、身体障害者手帳などの交付を受けていなくても、本人または扶養している親族は、個人住民税および所得税の障害者控除を受けることができます。

なお、個人住民税と所得税が課税されない場合は、控除申請の必要はありません。

対象と控除区分

◎要介護1～3の人…障害者

◎要介護4・5の人…特別障害者

申請方法 本人または扶養者が、対象となる人の要介護度がわかるものを持参の上、申請を。

問 介護福祉課(市役所1階、☎40-7114)/岩木総合支所民生課(岩木庁舎〈賀田1丁目〉1階、☎82-1628)/相馬総合支所民生課(相馬庁舎〈五所字野沢〉内、☎84-2113)



子育て・教育・生涯学習

子ども定期予防接種

定期の予防接種は、ワクチンで防げる感染症の発生やまん延を予防するためにとっても重要です。体調の良い時に計画的に接種しましょう。

小学校6年生の子ども

2種混合(ジフテリア・破傷風)ワクチンを接種していない人は、早めに接種しましょう。

※対象年齢(11～13歳未満)を過ぎると有料です。

問 健康増進課(☎37-3750)

鳴海要記念陶房館の催し

青柳省吾の縄文切り絵ワークショップ

時 1月11日(土)～13日(月)祝の午前10時～午後3時
制作物・¥モバイル…2,300円(所要時間90分～120分)/フレーム…1,500円(所要時間30分～60分)
※いずれもドリンク付き

つまみ細工でつくるマーガレット

時 1月18日(土)・19日(日)の午前10時～午後1時
対 10人(要事前予約)
¥3,800円(お菓子・ドリンク付き)

時とき 所ところ 内内容 対対象・定員 ¥料金 持持ち物
申申し込み 問問い合わせ・申込先 Fファックス Eメール

竹村松博 彫刻小品展

時 1月22日(水)～2月2日(日)の午前9時～午後4時

こぎん刺し体験と小物販売

時 1月12日(日)・26日(日)の午前10時～午後3時(体験受け付けは午後2時30分まで)

体験料 250円から(コースターほか)

問 鳴海要記念陶房館(賀田字大浦、☎82-2902、(火)は休み)

弘前学院大学 国語国文学会冬季大会

日本語・日本文学の学生と教員の研究発表会です。

時 1月11日(土)、午後1時～4時

所 弘前学院大学(楡町)1号館4階大講義室

テーマ・発表者 「現代中国文学に与えられた写生文の影響」…応笛さん(同大学大学院文学研究科2年)/「東北大学における日本語教員養成の取り組みについて」…小河原義朗さん(東北大学教授)

対 市民=100人

問 弘前学院大学文学部事務(成田さん、☎34-5211)

親子のこたばの教室&おしゃべり fika

日頃、子どもの「こたば」のことで困っている人を対象に、こたばの学習および相談と、フィンランドのティータイム「fika(フィーカ)」を楽しみませんか。

時 1月18日(土)、午前10時～11時30分

所 弘前医療福祉大学在宅ケア研究所(小比内3丁目)

対 未就学児とその保護者=15組(先着順)

申 1月8日(水)以降に、電話で。

問 弘前医療福祉大学(戸沼さん、小山内さん、☎27-1001)

二十歳の祭典

と き 一月十二日(日)
と ころ 午前十一時～十一時四十分
市 民 会 館 (下白銀町)

対平成16年4月2日(土)～平成17年4月1日生まれの人

その他 当日式典の様子は、インターネットでライブ配信します/交通渋滞緩和のため、当日の午前10時～午後2時は、市役所・茂森方面から市民会館への右折進入を禁止します/送迎する人は、市民会館玄関前で降車後、直ちに敷地外へ退出してください。なお、市民会館敷地内には駐車できませんので、近隣の有料駐車場等をご利用ください。

問 生涯学習課(☎82-1641)