弘前大学グリーンカレッジ入校生募集

弘前大学では、地域の皆さんの「学び直し」や、学生と一緒にサークル活動などキャンパスライフを体験できる場として、「弘前大学グリーンカレッジ」を開講しています。第３期生として、学生らとともに大学の知に触れてみませんか。

▽**内容**　６分野の授業科目を開放／１科目＝１授業 90 分× 15 回／前期および後期それぞれ１科目以上受講すると修了

▽**授業開始**　４月９日から

▽**選考方法**　レポート（志望動機や大学の学びについての抱負）を参考に決定

▽**その他**　受講料（１科目）は１万 1,500 円

▽**申し込み方法**　２月 19 日～ 28 日に、所定の申込書に必要事項を記入の上、下記の窓口へ直接申し込みを。

※詳しくはホームページ（http://coc.hirosaki-u.ac.jp/green.html）をご覧ください。

問弘前大学学務部教務課教務企画担当（文京町１、総合教育棟１階、☎39・3709）

赤十字活動にご協力を

日本赤十字社は、近年国内外で多発している自然災害に対する被災者の人道的支援など、果たすべき役割が増大している現状を鑑み、赤十字会員ならびに活動資金の募集強化を図るため、「社員制度の見直し」を行いました。このことから青森県支部でも新しい制度にもとづく募集活動を展開します。

また、青森県支部は平成 30 年をもって創立 130 周年を迎えることから、「青森県赤十字大会」の開催を予定しています。

赤十字活動の更なる強化を図るため、市民の皆さんの会員加入、活動資金の支援についてご協力をよろしくお願いします。

【新しい制度の主な内容】

①赤十字活動資金の名称が「社費」から「会費」になります／②赤十字支援者の名称が「社員」から「赤十字会員」になり、金額により、「会員」と「協力会員」に分かれます。

問弘前市社会福祉協議会総務課（☎33・1161）

ヒロロ de 学習

より多くの人が自主学習できるよう、３月末までイベントスペースに机と椅子を追加設置します。テスト勉強や仕事での書類作成など、さまざまな用途にご利用ください。

▽**時間**　午後４時～８時 45 分

▽**ところ**　ヒロロ（駅前町）３階イベントスペース

▽**その他**　イベントスペースで催しがある場合など利用できない日もありますので、ご了承ください。また、春休み時期は時間を拡大して行う予定です。詳しくはホームページ（http://www.hirorosquare.jp/）で確認するか、問い合わせを。

問ヒロロスクエア賑わい創出委員会事務局（市民文化交流館内、☎35・0154〈午前８時半～午後９時〉）

居住支援セミナーおよび住まいと空き家相談会

【居住支援セミナー】

住宅確保要配慮者（高齢者、障がい者など）の民間賃貸住宅への円滑な入居に向け、居住支援活動への理解を深めるため開催します。

▽**とき**　２月 18 日（日）
午後１時～３時 20 分

▽**ところ**　ヒロロ（駅前町）３階多世代交流室２

▽**内容**　①高齢者・障がい者の福祉と居住支援について／②高齢者・障がい者のための成年後見制度と法定相続情報証明制度について

▽**定員**　50 人（先着順）

※定員に達しない場合は、当日の参加も可能です。

【住まいと空き家相談会】

▽**とき**　２月 18 日（日）
午前 10 時半～午後３時

▽**ところ**　ヒロロ３階多世代交流室１

▽**内容**　①住宅確保要配慮者の入居に向けた住宅相談・入居中の支援相談／②空き家などの適正管理・有効活用に向けた相談

▽**相談員**　宅地建物取引士、すまいアップアドバイザー（建築士）、司法書士など

※弘前市空き家・空き地バンク協議会との共催。当日会場でも受け付けますが、事前の申し込みを優先します。

～共通事項～

▽**参加料**　無料

▽**申し込み期限**　２月 13 日（火）

問電話かファクス（氏名、電話番号を記入）で、青森県居住支援協議会（☎青森 017・722・4086、F017・773・5180、平日の午前９時～午後５時）へ。

商品計量調査体験学習会

日頃買いものをする店舗で計量調査を体験してみませんか。

▽**とき**　３月 13 日（火）
午後１時～４時

▽**ところ**　ヒロロ（駅前町）３階多世代交流室２

▽**内容**　①計量制度の説明／②量目商品の購入（市内スーパーでグラム売り商品を購入）／③商品の計量調査（会場に戻り、量目商品の計量調査を実施。購入した商品は持ち帰り）

▽**対象**　18 歳以上の市民＝ 10 人（先着順）

※詳しくは、問い合わせを。

問２月１日～ 23 日に、電話か直接商工政策課就労支援係（市役所５階、☎35・1135、平日の午前８時半～午後５時）へ。

各種無料相談

名　称	と　き	ところ	内　容	問い合わせ・申込先
労働相談会	２月６日（火）、午後１時半～３時半	青森県労働委員会（青森市長島２丁目）	個々の労働者と事業主との間に生じた労働条件などのトラブル相談	県労働委員会事務局（☎青森 017・734・9832）
くらしとお金の安心相談会	２月７日（水）、午前 10 時～午後４時（事前の予約が必要）	市民生活センター（駅前町、ヒロロ３階）	生活再建や債務整理に必要な資金の貸し付けに関すること	消費者信用生活協同組合青森事務所（☎青森 017・752・6755）
行政書士弘前コスモス会無料相談会	２月 13 日（火）、午後１時半～３時半（事前の予約は不要）	ヒロロ（駅前町）３階多世代交流室１	相続・遺言を中心とした相談会	ふたば行政書士事務所（二葉さん、☎88・8781）
夜間・休日納税相談	夜間＝２月 19 日～ 23 日の午後５時～７時半／休日＝２月 25 日の午前９時～午後４時	収納課（市役所２階）	日中や平日に納税相談ができない人のための夜間・休日納税相談	収納課（☎40・7032、40・7033）
無料よろず相談会	２月 25 日（日）、午後１時～４時（受け付けは午後３時半まで）	市民会館（下白銀町）第一、第二小会議室	相談員（弁護士、公証人、公認会計士、税理士、司法書士、社会保険労務士、行政書士、土地家屋調査士、宅地建物取引士、社会福祉士）による相談	専門家集団「らの会」（三上さん、☎38・1829）

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小学生水泳教室	３月１日～ 29 日の毎週木曜日、午後４時半～５時半	河西体育センター（石渡１丁目）	水慣れ、けのび、クロール	市内の小学生＝ 20 人	無料	２月 15 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）（※２）
②市民弓道教室	２月 19 日～３月 22 日の毎週月・木曜日、午前 10 時～正午	青森県武道館（豊田２丁目）近的弓道場	弓の扱い方、基本動作、射技指導、巻藁稽古、的前稽古	市民＝５人 ※応募多数の場合は抽選で決定。	300 円（保険料含む）	２月 14 日までに、弘前弓道会（福島さん、☎携帯 090・5231・9562）へ。
③プールで体力づくり教室	２月 27 日～３月 27 日の毎週火曜日、午後１時～２時	温水プール石川（小金崎字村元）	水中での体操・ウオーキング、ストレッチ、簡単な筋力トレーニング、ゲーム	市民＝ 25 人	無料	２月 16 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）（※２）
④プールで筋トレ・脳トレ水中ウオーキング教室	３月１日～３月 22 日の毎週月・木曜日、午前 10 時半～ 11 時半	河西体育センター（石渡１丁目）	水中ウオーキング、水中でのストレッチ、バランス力を高めるトレーニング、脳トレ・筋トレ	市民＝ 15 人	無料	
⑤ソフトバレーボール体験教室	３月２日～ 30 日の毎週金曜日、午前 10 時～ 11 時 45 分	金属町体育センター体育室	ボール慣れ、簡単なルール説明、ゲームの実施	市民＝ 12 人	無料	２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）（※２）
⑥リフレッシュ☆ストレッチ教室	３月２日～３月 30 日の毎週金曜日、午後７時～８時	金属町体育センター集会室	リラックスしながら身体をほぐすストレッチの実施、自宅で手軽に出来るトレーニングの紹介	市民＝ 12 人程度		
⑦スロージョギング教室	３月８日～ 29 日の毎週木曜日、午後１時半～２時 45 分		簡単なウオーミングアップ運動、クールダウンのストレッチ、スロージョギングの姿勢や走り方などの紹介	市民＝ 10 人程度		
⑧ヒロロ健康サークル	３月６日～ 27 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～）	ヒロロ（駅前町）３階健康ホール	ひろさき健幸増進リーダーの指導によるあっぷる体操、あっぷるストレッチ、ゴムバンドトレーニングなど	毎回継続して参加できる 40 歳以上の市民＝ 30 人	無料	２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）（※２）

※１…往復はがきに、住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・性別・教室名を記入の上、各申込先まで申し込みを。

※２…家族や友人同士での参加はがき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。持ち物は問い合わせを。各自傷害保険に加入を。

有料広告　有料広告