サワラ生け垣の剪定講習会

▽**とき**　6月30日（土）、午前10時～正午（小雨決行）
▽**ところ**　亀甲町広場
※荒天時は緑の相談所で開催。
▽**参加料**　無料
▽**持ち物**　軍手、せん定バサミ（主催者側でも用意しますが、数に限りがあります）
※事前の申し込みは不要。
問市みどりの協会（☎33･8733）

おやこ仕舞教室

▽**とき**　**教室**＝6月30日、7月1日、8月26日、9月23日･24日、10月7日・27日／**発表会**＝10月28日
※土曜日は午後2時～4時、日曜日は午前10時～正午。
▽**ところ**　教室＝勤労青少年ホーム（五十石町）ほか、発表会＝弘前文化センター（下白銀町）
▽**内容**　能の基本的な仕舞
▽**講師**　上野朝義さん（シテ方観世流職分）、上野朝彦さん ほか
▽**対象**　小・中学生と保護者＝20組（子どものみの参加も可）
▽**受講料**　無料（ただし、発表会の衣装代として別途1,500円が必要）
▽**申し込み方法**　往復はがき（住所・氏名・学校名・学年・電話番号・保護者同伴の有無を記入）で、6月29日までに、弘前おやこ仕舞教室（〒036・8342、笹森町35、篠崎珠樹さん方）へ。
問弘前能楽普及座（篠崎さん、☎37・5184）

ロマントピア天文台［星と森のロマントピア］

★観察会　土星を観察しよう
▽**とき**　6月23日（土）
午後7時～9時
★観察会　七夕観察会
▽**とき**　7月7日（土）
午後7時～9時
～**共通事項**～
▽**ところ**　星と森のロマントピア（水木在家字桜井）天文台
▽**入館料**　高校生以上＝200円／4歳～中学生＝100円／3歳以下、市民は無料。
▽**通常入館時間**　午後1時～9時30分
問星と森のロマントピア天文台（☎84・2233、月曜日は休館）

魅力アップセミナー

▽**とき**　7月1日（日）、男性＝午後1時～2時30分、女性＝午後3時～4時30分（受け付けはそれぞれの開始時間の10分前から）
▽**ところ**　土手町コミュニティパーク多目的ホールA
▽**内容**　婚活イベントやお見合いの席ですてきに振る舞うテクニックなど
▽**対象**　弘前市他圏域7市町村に居住または勤務する20歳以上の独身男女（学生も可）＝各20人、出会いサポートセンター会員、出会いサポーター
▽**申し込み方法**　6月20日までに、電話かEメール（住所・氏名・年齢・電話番号・勤務先を記入）で申し込みを。
問ひろさき広域出愛サポートセンター事務局（☎35・1123、E h-deai@city.hirosaki.lg.jp〈日・月曜日を除く午前10時～午後7時〉）

「犬と散歩ができる公園」愛犬マナー講習会

▽**とき**　①7月7日、②8日、いずれも午前10時～11時ごろ
▽**ところ**　①弘前駅城東口緑地（表町）、②城西住宅団地中央公園（城西4丁目）
▽**内容**　犬のしつけについての講話、リードを持った歩き方など
▽**参加料**　無料
※事前の申し込みは不要。当日は、敷地内に駐車できます。なお、雨天時は中止となる場合があります。
問公園緑地課（☎33・8739）

あおもりいのちの電話相談員養成講座

【～傾聴から始まるカウンセリング基礎講座～】
◎自分自身を見つめて他者とのスムーズな交流をするには～交流分析を用いて～
▽**とき**　7月7日（土）、午後2時～4時
▽**ところ**　社会福祉センター（宮園2丁目）
▽**講師**　あおもりいのちの電話理事長
◎いのちの電話って何？～あおもりいのちの電話の理論と実際～
▽**とき**　7月14日（土）、午後2時～4時
▽**ところ**　ヒロロ（駅前町）3階健康ホール
▽**講師**　あおもりいのちの電話研修委員
～**共通事項**～
▽**受講料**　1講座1,000円
▽**その他**　相談員になるためには原則5回以上の受講が必要です。
※事前の申し込みは不要。
問あおもりいのちの電話事務局（☎38・4343〈平日の午後1時～5時〉、F38・5355）

市民ボランティアによるパソコン講座

【エクセル2010入門講座】
▽**とき**　7月13日・20日・27日の午前10時～午後3時
※3日間で1セットの講座です。
▽**ところ**　総合学習センター（末広4丁目）
▽**内容**　表計算ソフト（エクセル2010）を使用した基本的な操作技術の習得
※エクセル2010以外のバージョンを使っている人は操作方法が異なりますので、ご注意ください。
▽**対象**　文字入力およびキーボード・マウスの操作ができる市民＝30人（先着順）
▽**参加料**　無料
▽**持ち物**　筆記用具、USBメモリ、昼食
▽**申し込み受け付け**　6月17日、午前8時30分～
問学習情報館（総合学習センター内、☎26・4800〈午前8時30分～午後5時〉）

東北女子大学公開講座

▽**日程と内容**　①7月14日、午前10時30分～正午＝「Scratchでプログラミング入門Ⅰ」／7月21日、②午前10時30分～午後1時30分＝「おさかな食育クッキング～旬の魚いただきます♪～」、③午前10時30分～正午＝「夏目漱石の小品『夢十夜』をていねいに読み解く」、④午前10時30分～正午＝「Scratchでプログラミング入門Ⅱ」
▽**ところ**　東北女子大学（清原1丁目）
▽**対象**　①・④小学校3年生以上＝各15人、②食育に関心のある親子または一般＝40人、③中学生以上
※事前の申し込みが必要。申し込み多数の場合は抽選で決定。
▽**受講料**　②1組500円、その他は無料
問東北女子大学公開講座係（☎33・2289、H http://www.tojo.ac.jp）
※②は弘前丸魚（☎27・2345、H http://www.hmaruuo.co.jp/senshuraku/ryouri.html）へ。

弘前地区環境整備センターの催し

◎金魚ねぷた作り教室
▽**とき**　7月14日（土）
午前9時30分～午後3時
▽**講師**　尾崎行雄さん
▽**対象**　10組
※小学生は保護者同伴。1家族1個の製作。1人での参加も可。
▽**持ち物**　昼食、エプロン、汚れても良い服装
▽**申し込み受け付け**　7月1日、午前9時～
◎りんごの葉の草木染めとこぎん刺し体験教室
▽**内容と日程**　草木染め＝7月21日、午前9時30分～11時30分、こぎん刺し＝7月28日、午前9時30分～正午
※2日間で1セットの講座です。
▽**講師**　草木染め＝佐藤芳子さん（りんご工房主宰）、こぎん刺し＝須藤郁子さん（弘前こぎん研究所・青森県伝統工芸士）
▽**対象**　両日参加できる小学校5年生以上＝16人
※小学生は保護者同伴。
▽**持ち物**　草木染め＝ゴム手袋、エプロン
▽**申し込み受け付け**　7月8日、午前9時～
～**共通事項**～
▽**ところ**　弘前地区環境整備センタープラザ棟（町田字筒井）
▽**参加料**　無料
※申し込み多数の場合は、初参加の人を優先します。
問弘前地区環境整備センタープラザ棟（☎36・3388〈午前9時～午後4時、月曜日は休み〉）

ひろさき認知症あんしん生活実践塾

▽**とき**　**基礎コース**＝7月19日、**実践コース**＝7月19日、8月24日、9月20日、10月18日、11月15日、12月13日の午後1時～4時30分
▽**ところ**　市民会館（下白銀町）、7月19日＝1階大会議室、8月24日以降＝2階中会議室
▽**内容**　自立支援介護の基本ケア、認知症の重症化予防など
▽**講師**　竹内孝仁さん（国際医療福祉大学大学院教授）（7月19日のみ）、大里めぐみさん（七峰会総括主任）
▽**対象**　市内で認知症の人を介護している施設の職員または家族
▽**定員**　基礎コース＝50人、実践コース＝30人
▽**参加料**　無料（ただし、宿題シートなど提出時の郵送代は自己負担）
▽**申し込み**　申込用紙に必要事項を記入し、7月12日までにファクスか郵送で申し込みを。
問介護福祉課（〒036・8551、上白銀町1の1、☎40・7072）

ひとにやさしい社会推進セミナー

～未来を開く鍵 家庭科がおもしろい!!～
▽**とき**　7月19日（木）
午後6時30分～8時
▽**ところ**　ヒロロ（駅前町）3階多世代交流室2
▽**内容**　経済生活や環境問題など生活に密着した今どきの家庭科事情
▽**講師**　佐々木孝子さん（青森県立鶴田高等学校教諭）
▽**対象**　市民または市内に通勤・通学している人＝25人（先着順）
▽**参加料**　無料
※事前の申し込みは不要。託児希望者は7月6日までに申し込みを。
問市民参画センター（☎31・2500）

内観研修会

▽**とき**　7月21日（土）、午前9時30分～午後4時（受け付けは午前9時から）
▽**ところ**　弘前大学50周年記念会館（文京町）
▽**内容**　内観実習もしくはグループセッションの選択制研修で、内観と精神衛生・人生・依存症・家庭問題などについて考えます。
▽**講師**　真栄城輝明さん（佛教大学特別任用教授）ほか
▽**受講料**　一般＝3,500円、学生＝3,000円
問弘前内観めぐみの集い（阿保さん、☎携帯090・7332・2961）

市のテレビ番組 元気！弘前

番組タイトルをリニューアル！

弘前の歴史をたどる
…高岡の森弘前藩歴史館～弘前城情報館～堀越城跡

藩政時代からの弘前の歴史や文化を学べる新しい施設などを紹介します。
○**放送日**　6月23日（土）、午前10時15分～10時30分
○**放送局**　青森放送（RAB）

人の動き Population

		前月比
・人口	173,016人	(+516)
男	79,309人	(+298)
女	93,707人	(+218)
・世帯数	71,854世帯	(+486)

平成30年5月1日現在（推計）