

hirosaki

2018
7/1
No.297

「話題」と「笑顔」を届ける総合情報誌 広報ひろさき

「広報ひろさき」録音版を希望する人は広聴広報課（☎ 35・1194）までお知らせください。



特集

手から伝える
あなたの思い

- 02 目次
- ◆環境管理課からのお知らせ
- 03 平成 30 年度 施政方針
- 04 平成 30 年 6 月補正予算
- 05 特集
- 手から伝えるあなたの思い
- 08 市政情報
- ◆国保年金課からのお知らせ
- ◆介護保険制度
- ◆後期高齢者医療制度
- ◆「避難行動要支援者名簿」を作成
- ◆木造住宅耐震についてのお知らせ ほか
- フォトコレ in ひろさき
- 16 史跡堀越城跡 整備現場見学会、古都ひろさき花火の集い ほか
- 17 学生企画コーナー
- もっと②♥弘前!!
- 18 暮らしの information
- イベント、教室など
- 26 Health Information
- 健康の掲示板
- 28 smile 通信
- さらっと一句・川柳
- 弘前図書館近着図書紹介
- 食改さんおすすめレシピ

環境管理課からのお知らせ

7月以降の「燃やせるごみ」と「燃やせないごみ」の出し方について

7月以降も今までどおり、「ごみの分け方・出し方」に記載している袋で出してください。



■問い合わせ先 環境管理課廃棄物政策係（町田字筒井、☎ 32・1969）

たか丸くんの ごみ減量速報

弘前市の燃やせるごみの総排出量

平成 30 年 4 月のごみ排出量	5,107t	28t 増 (昨年同月比)
1人1日当たりのごみ排出量	987g	
30 年度	987g	
	972g	
	差	15g

(家庭系・事業系を合計した数値。資源化物などは除く。)

7月はごみの減量とリサイクルに取り組む3Rステップアップキャンペーン期間中だよ！
リデュース（発生抑制）、リユース（再利用）、リサイクル（再生利用）を実践して、どんどんごみを減らしていこうね！



■問い合わせ先 環境管理課資源循環係（町田字筒井、☎ 35・1130）



【今号の表紙】

簡単な手話から覚えてみよう

平成 30 年 3 月 16 日に「弘前市手話言語条例」が制定されました。この条例の制定によって、聴覚に障がいのある人があらゆる場面で手話による意思疎通ができるよう、市でもさまざまな施策を実施しています。

表紙の手話は「手話」という意味。今後は今まで以上に手話が活用され、さまざまな場面で手話を目にする機会が増えることでしょう。

平成 30 年度

施政方針



4月の市長選挙で当選後初めて招集した平成30年第2回市議会定例会の初日（6月8日）、櫻田宏市長は施政方針演説を行い、新たな任期に向けた決意を表明しました。

本号では、演説の内容を一部抜粋して紹介します。

市民生活を第一に
くらし いのち ひと
3つの柱で未来を築く

我が国は今、人口減少と少子高齢化が進行し、本市においても福祉や子育て、介護、教育、雪対策のほか、高度経済成長期以降に整備された多くの公共施設が更新時期を迎えるなど、課題が山積しており、行財政改革や地方創生に向けた取り組みを加速させていかなければなりません。

市民の皆さんの負託に応えるべく、地方自治法に規定する「住民福祉の向上」を踏まえ、私の政治理念である「市民生活を第一に」、市民の「くらし」を支え、市民の「いのち」を大切に、次の時代を託す「ひと」を育てる、この3つを柱にこれからの弘前、新しい弘前づくりにまい進いたします。

「くらし」では、市民のくらしに寄り添い、誰もが生き生きと活動できる、雪国ならではの快適なまちづくりを進めます。

ごみの減量化は市民生活に直結した大きな課題です。市民とともに創意工夫を図りながら、取り組んでまいります。

除排雪については、市民が快適に安心して生活できるよう、より効果的、効率的な方法を検討します。

農業については、高品質な農作物の生産量を確保するとともに、意欲ある農業者が将来にわたって持続可能な農業経営を行うことができるよう、鋭意取り組みます。

「いのち」では、質の高い医療提供体制の構築及び救急医療体制の恒久的な維持など、将来にわたり地域医療をしっかりと守り支え、市民の健康長寿が図られるよう努めていくことが市の責務です。

健康長寿のまちづくりを推進するとともに、介護や子育てなどの福祉施策の更なる充実を図ります。

市民の「くらし」を支え、市民の「いのち」を大切にしていくためには、次の時代を託す「ひと」を育てていくことが重要です。

次の時代を託す「ひと」を育てるためには、学校と地域とが協働して学びの場を創出し、弘前全体が「学びのまち」になる必要があります。親と子が共に豊かな人間性や社会性を育むことができる環境づくりに努めてまいります。

また、弘前市が持続的に発展していくためには、各種産業の活力を維持・向上させる必要があります。

農業分野については、後継者の育成を図るとともに、労働力の確保に向けた新たな仕組みを構築してまいります。

商工業分野では、製造業の基盤強化をはじめ、企業誘致や地元生産品の販売力強化、中心市街地活性化対策等のほか、若者の地元就職を促進するための取り組みを強化します。

観光分野では、多くの観光資源を本市の優位性と捉え、更なる魅力の向上と時流に流されることのない足腰の強い観光のまちづくりを推進します。

以上、「くらし」、「いのち」、「ひと」の3本の柱を基本として市政運営を行うほか、財政支出の見直しも行います。

事業の実施や施設の整備にあたっては、市民にとって本当に必要なものなのかどうか、市民の目線・気持ちに立ち費用対効果等を考え、慎重に判断いたします。

これからの4年間、一つ一つの課題に真正面から真摯（しんし）に向き合い、解決策を積み重ねながら新しい弘前をつくり上げていく決意です。市民の皆さんのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

平成30年6月補正予算

平成30年6月補正予算（一般会計）の主な事業と予算について紹介します。

今回の補正予算は、新たな総合計画を策定するまでの間に必要と判断した予算を中心に編成し、福祉施策の充実を始め、市民生活に直結する道路の補修や農業を営む人が使いやすい市独自の補助制度の創設など、市民目線に立った

予算を盛り込みました。今後も「くらし」、「いのち」、「ひと」の3本の柱を基本とした財政支出の見直しなどを行いながら、健全で持続可能な財政運営に努めていきます。

■問い合わせ先 財務政策課（☎35・1110）

一般会計

① 補正前	767億 350万円
② 補正額	6億 7,688万 9,000円
①+② 補正後	773億 8,038万 9,000円

前年度当初比
0.6%減
(4億5,961万
1,000円減)

平成30年6月補正予算の主な事業

町会活性化支援事業 **新規**

各町会が町会の課題解決や活性化に向けて実践する取り組みへの支援や、町会活動のPRなどを実施します。



補正額
**288万
7,000円**

生活環境保全整備事業 **拡充**

市民の生活環境を速やかに住みやすく改善するため、生活道路などを補修します。



補正額
**2,000
万円** 補正後の額
**8,000
万円**

民生委員協力員活動費 **新規**

民生委員の負担軽減と地域の見守り体制を強化するため、民生委員をサポートする「民生委員協力員」を配置します。



補正額
**108
万円**

道路施設（資産）保全整備事業 **拡充**

老朽化した道路が急増しているため、道路の点検や砂利道の舗装、道路施設の補修を実施します。



補正額
**1,000
万円** 補正後の額
**3,000
万円**

ひろさき子育てPR事業 **新規**

子育て関連施策の周知のため、スマートフォン向け子育て支援アプリの配信などを行います。



補正額
**126万
3,000円**

弘前ナンバー導入実行委員会負担金 **新規**

弘前版の「ご当地ナンバー」を導入するため、ナンバープレートデザインの選定や作成を実施します。



補正額
**107万
3,000円**

農作業省力化・効率化緊急対策事業 **新規**

経営の改善・発展を目指す農業者等を対象に、農業機械の導入経費や、ほ場整備にかかる費用の一部を補助します。



補正額
**2,360
万円**

児童のスポーツ環境整備支援事業 **新規**

子どもたちがさまざまなスポーツを体験できる環境を整え、スポーツ少年団の指導者講習会の開催費用を補助します。



補正額
**452万
9,000円**



親指、人差し指、小指を立てて「アイラブユー（愛してる）」の手話を表現する手話奉仕員養成講座受講生の皆さん

特集

手から伝えるあなたの思い

～「弘前市手話言語条例」が平成30年3月16日に施行されました～

手指や体の動き、表情を使って視覚的に表現する言語の一つである「手話」。

これまで、手話が言語として認められてこなかったことや、手話を使用することができる環境が整えられてこなかったことなどから、手話を言語として日常生活を営む人（※ろう者）は情報を得たりコミュニケーションをとる上で、多くの不便や不安を感じながら生活してきました。

平成26年、手話も音声言語と共に「言語」とする「障害者の権利に関する条約」を日本が批准したことを契機に、全国的に「手話言語条例」を制定する機運が高まり、本市でも、平成29年6月、弘前市聴覚障害者

協会より、手話が言語であるとの認識に基づき、手話への理解の促進および手話の普及に関する基本理念等を定める条例の制定を求める声が上がりました。

これらの状況を踏まえ、市ではろう者が安心して暮らせる地域社会の実現に向け、複数の障がい者団体との意見交換やパブリックコメント（意見公募手続き）を経て、平成30年度第1回市議会定例会において「弘前市手話言語条例」が可決され、平成30年3月16日に施行されました。

この条例では、手話の普及と、ろう者があらゆる場面で手話による意思疎通ができ、自立した生活や地域における社会参加を保障するため、「手話への理解の促進および手話の普及を図るための施策」「市民が手話による意思疎通や情報を得る機会の拡大のための施策」「手話通訳者など手話による意思疎通支援者のための施策」など、必要な施策を講ずることを市の責務として定め、今まで以上にろう者が安心して暮らせるまちを目指していきます。

市が取り組む施策に加え、市民や事業者の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

■問い合わせ先 福祉政策課（☎40・7036、ファクス32・1166）



※ろう者…耳が聞こえない人のうち、手話を母語とし、手話でコミュニケーションをとる人たち。

安心して暮らすことのできるまちへ

積極的な手話の活用を

これまでも市役所窓口到手話通訳員を2人配置するほか、手話奉仕員養成講座の実施や聴覚障がい者が官公庁等を訪問する際の手話通訳員の派遣など、手話の普及やろう者の意思疎通を図る機会を拡大するための事業を実施してきました。また、今年からは、条例の制定に伴い、定例記者会見や弘前さくらまつりの開会式などでも手話通訳を実施しています。

今後は、「弘前さくらまつり」や「弘

前ねぶたまつり」に観光に訪れたろう者を市内のろう者が手話で案内する観光ガイドの仕組みづくりや、手話に興味のある市民とろう者の交流の場づくりを予定しており、条例に基づく手話の普及や手話による情報取得の機会拡大等を推進していきます。

そして、将来的には聴覚障がいのある人もそうでない人も共に安心して暮らすことのできるまちの実現を目指します。



さくらまつり開会式での手話通訳(上)、手話による観光ガイドの試行(下)



手話奉仕員養成講座受講者
伊藤 菜津貴 さん

音で表現できない分、表情や動きで表現しないといけないところが手話の面白い部分でもあり、難しい部分でもあると思います。条例が制定されたことで、さまざまなところで手話を見る機会が増えて、たくさんの人に手話を知ってもらえると思います。私も今後はボランティア活動などで手話を使っていきたいです。



手話奉仕員養成講座の様子



弘前市聴覚障害者協会
三上 慶輔 さん

会話のできる喜び、そして手話を通して開かれた世界へ

私は生まれつき耳が聞こえず、仕事終わりや休日に、手話講習会の講師をしたり、研修に参加したりしています。

小さい頃は社会性を身に付けるため一般の小学校に通っていましたが、その後、ろう学校に入り、手話でコミュニケーションがとれた時は本当に感動しましたし、会話のできる喜びを味わうことができました。

今でもお店や公共施設などで伝えたいことが伝えられないときは筆談をしたり、相手の口の動きを読み取ったりもします。しかし、手話という言葉を使ってコミュニケーション

が取れる社会が私たちにとっては理想です。

「ありがとう」。この手話をしてくれるだけでも、ろう者にとっては気持ちがすごく軽くなると思います。

ゆくゆくは、洋服屋の店員や居酒屋の店主と手話で会話ができるとうれしいですね。そうなれば、まちに出る楽しみが広がって、ろう者が今以上に住みやすくなると思います。

お店などで耳の聞こえない人を見て、避けるようにされるのはとても悲しいことですので、この条例制定をきっかけに、市民の手話への理解が深まることを願っています。

ろう者を深く知ってほしい

耳が聞こえづらくなってきたと自覚したのは8歳ごろで、今は補聴器をつけても言葉を聞き取ることが難しいレベルです。

手話を覚えるのは苦戦しましたが、手話には方言もあって、他の地域の人と教え合うこともできて面白いんですよ。

現在は市の職員として働きながら、弘前市聴覚障害者協会の理事として手話の講師をしたり、研修に参加したりしています。

「手話言語条例」が制定されたことで、これから手話を使える人や場所がもっと増えてほしいです。手話で案内ができる観光ガイドや市役所

の職員、イベントでの手話通訳など、生活のいろいろな場面で手話ができる人がいてくれると、ろう者も安心して暮らせると思います。私も今年の「弘前さくらまつり」で手話を使って観光ガイドを行い、ろう者の観光客に弘前の魅力を伝えることができるとてもうれしかったです。

手話通訳者が増えるのも大事ですが、まずはろう者とはどのような人なのかを皆さんに知ってもらい、そこから「手話を学んでみよう」「覚えた手話を使って話してみよう」といった意識がどんどん広がっていけば、ろう者にとっても優しいまちになっていくと思います。



弘前市聴覚障害者協会
理事 外崎 真妙子 さん

基本的な手話を使ってみよう!



握りこぶしをこめかみ部分からあごの方に降ろした後、人差し指を向かい合わせに立てて指先を曲げます。

人差し指と中指を重ねて額の中央部に当てた後、人差し指を向かい合わせに立てて指先を曲げます。



握りこぶしで、他方の手首から肘の間を2度叩きます。

一方の手を垂直に立て、もう一方の手の甲を軽くたいて上にあげます。

しゅわさろん

手話で話そう! 遊ぼう!

手話に興味のある人など、どなたでもご参加ください。

▽とき 7月28日の午後4時~6時、8月25日、9月22日、10月27日の午後3時~5時

▽ところ ヒロロ(駅前町3階)多世代交流室

▽参加料 無料

※事前の申し込みは不要。

■問い合わせ先 福祉政策課(☎40・7036、ファクス32・1166)

不明な点はお問い合わせください

国保年金課からのお知らせ

【国民健康保険料の納入通知を発送】

本年度の国民健康保険料の納入通知書を7月13日に発送する予定です。届くまでには数日掛かる見込みですので、あらかじめご了承ください。届きましたら記載内容を確認し、保険料の賦課内容などについて不明な点があれば、お問い合わせください。

失業による収入減少などを理由とした保険料の減免については、相談に応じていますので、国保年金課においてください。

※異動届け出、被保険者証の発行、再交付手続きなどは国保年金課で行います。問い合わせや相談の対応には、時間が掛かることもありますので、ご了承ください。なお、所得内容の確認は市民税課、分割納付などの手続きは収納課（ともに市役所2階）で行ってください。

▽その他 第1期分からの減免申請は、第1期の納期

限当日（7月31日）が申請期限ですのでご注意ください。

【国民健康保険被保険者証が新しくなります】

国民健康保険被保険者証が8月1日から更新されることに伴い、新たな保険証を7月中旬から下旬にかけて、被保険者個人ごとに発送します。

新しい保険証の色は「水色」で、有効期限は一部を除き平成31年7月31日です。

また、70歳以上74歳までの人に交付している高齢受給者証は、今回から新しい保険証と一体になりますので、医療機関への提示は一枚で済みます。

届いた保険証の記載内容に違いがある場合や保険証が届かない場合は、国保年金課か岩木・相馬総合支所民生課、各出張所にご連絡ください。

■問い合わせ先 国保年金課国保保険料係（☎40・7045）

全額免除、納付猶予に承認された人で、平成30年7月以降も同じ免除区分で継続申請した人は、あらためて手続きを行う必要はありません。ただし、住所が異なる配偶者（夫または妻）については、申し出が必要です。お問い合わせください。

また、失業や天災等を理由として全額免除や納付猶予承認を受けた人、申請後に国民年金第1号被保険者の資格を喪失した人は、再度申請が必要ですので、忘れずに手続きをしてください。

※いずれの申請をする場合も、個人住民税（市民税・県民税）の申告が必要です。

【後納制度が終了します！】

後納制度とは、時効で納めることができなかった国民年金保険料について、平成27年10月から平成30年9月までの3年間に限り、過去5年分まで納めることができる制度です。

後納制度を利用することで、年金額が増えたり、納付した期間が不足して年金を受給できなかった人が年金受給資格を得られる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ先 国保年金課国民年金係（☎40・7048）、岩木総合支所民生課（☎82・1628）、相馬総合支所民生課（☎84・2111）／弘前年金事務所（外崎5丁目、☎27・1339）

国民年金 保険料の 免除・猶予



経済的な理由などで保険料の納付が困難な人には、申請によって免除または猶予される制度があります。

【多段階免除・納付猶予申請】

平成30年度分（7月～平成31年6月分）の保険料について、全額免除、4分の3免除、半額免除、4分の1免除、納付猶予の申請を受け付けします。

▽申請受付 7月2日から

※申請時点から2年1カ月前までさかのぼって、免除などの申請もできます。

▽申請場所 国保年金課（市役所1階）、岩木・相馬総合支所民生課、各出張所

※市民税課前分室、城東分室では受け付けできません。

▽申請に必要なもの 年金手帳かマイナンバーを確認できる書類／本人確認できる書類／失業を理由とする場合は離職票か雇用保険受給資格者証等／代理申請する場合は委任者の印鑑（スタンプ印不可）および委任状

【継続免除申請】

平成29年7月から平成30年6月までの保険料が

保険料の減免に該当する人は申請を

私たちの介護保険制度

【①65歳からは介護保険料の納付を】

当市では、65歳になる月に介護保険被保険者証を、翌月には介護保険料納入通知書を送付します（誕生日が4月2日～7月1日の人には、7月に納入通知書を送付します）。介護保険料は、半年から1年程度は納付書で納め（普通徴収）、その後は年金からの天引き（特別徴収）になります。ただし、年金額が年額18万円未満の人は、納付書で納めます（口座振替も利用できます〈第1期～第8期以外の納期限の分を除く〉）。

【②平成30年度介護保険料の決定通知書を送付】

本年度分の介護保険料の決定通知書を7月13日に送付します。特別徴収（年金からの天引き）の人には「介護保険料特別徴収額決定通知書」（はがき）が、普通徴収（納付書で納める、または口座振替）の人には「介護保険料納入通知書」が届きますので、内容を確認し、不明な点は問い合わせを。なお、普通徴収の納付は、コンビニエンスストアではできませんのでご注意ください。

【③低所得者の保険料を減免】

希望する人は申請が必要ですので、毎年忘れずに申請を。なお、減免基準額の詳細は問い合わせを。

▽受付開始 7月17日から（土・日曜日、祝日を除く）

▽受付場所 介護福祉課（市役所1階）

▽申請に必要なもの 介護保険料決定通知書か納入通知書／印鑑（スタンプ印不可）／申請者と同一世帯全員の収入のわかるもの、預貯金通帳／平成29年と30年の年金（老齢、退職、遺族、障害など）や恩給の振込通知書／家賃の支払いのある人は、金額の分かる契約書・領収書など

【④失業などでも保険料を減免】

介護保険制度では、震災（東日本大震災により被災し当市に転入した避難指示等対象被保険者を含む）・風水害・火災などの災害以外にも、65歳以上の介護保険被保険者がいる世帯で、主に生計を維持していた人が今年1月以降に会社の都合により失業したときや、事業や業務の休廃業により収入が著しく減少したときなどは、介護保険料の減免を受けられる場合があります。

減免を受けるためには申請が必要ですので、失業などを証明できる書類（雇用保険受給者証など）を持参

の上、ご相談ください。

※減免は申請日以降に納期限の日（特別徴収の人は、普通徴収の納期に換算）が到来する保険料が対象となりますので、早めに手続きをしてください。

【⑤介護保険負担割合証の更新】

負担割合証が8月1日から更新されます。要介護・要支援の認定を受けている人と総合事業の対象となっている人に対して、7月下旬に発送する予定ですので、届き次第、記載内容を確認してください。

介護保険のサービスを利用する際には、被保険者証と一緒に負担割合証をサービス事業所などに提示する必要があります。

なお、現在お使いの負担割合証は、8月1日以降に介護福祉課か岩木・相馬総合支所民生課窓口まで返還するか、裁断の上、破棄してください。

【⑥負担割合の見直しについて】

介護保険制度の改正の一部として、2割負担の人のうち、特に所得が高い人について、8月1日以降は3割負担となります。また、保険料を滞納したことで給付額減額の対象となった人のうち、元の負担割合が3割であった場合は、給付額減額対象期間中は4割負担となります。詳しくは問い合わせを。

【⑦在宅ねたきり高齢者の寝具丸洗いサービス】

自宅で生活をしているおおむね65歳以上のねたきりの人を対象に、寝具の丸洗いを無料で実施します。

▽内容 掛布団、敷布団、毛布または丹前のいずれか合計

3枚までを専門業者が回収し、丸洗い・乾燥・殺菌消毒をした後、自宅へ返却します（約1週間）。

▽実施期間 9月上旬～10月末

※回収日・返却日については、申し込み受け付け後、利用決定通知で個別にお知らせします。

▽申込先 8月6日までに、各地域の民生委員または介護福祉課か岩木・相馬総合支所民生課窓口へ

■問い合わせ先 介護福祉課（①～④…☎40・7049、⑤・⑥…☎40・7071、⑦…☎40・7114）



各種申請は
お早めに

後期高齢者医療制度についてのお知らせ

保険料の納入通知について

本年度の後期高齢者医療保険料額は、平成29年中の所得を基に決定されます。対象者には7月13日に通知書を郵送しますが、送付される通知書は保険料の納め方によって異なります。詳細は通知書に記載されていますが、不明な点がありましたら、お問い合わせください。

保険料の減免について

天災やそのほかの特別な事情などで、医療機関などでの窓口負担や、保険料の納付が著しく困難になった場合は、申請により保険料の減免を受けられることがありますので、早めにご相談ください。

後期高齢者医療限度額適用

・標準負担額減額認定証

認定証（白色）を医療機関の窓口で提示すると、1カ月当たりの医療費の自己負担額や入院時の食事代が減額されます。

▽**交付対象者** 次の①または②に該当する人は、申請により認定証の交付を受けることができます。

①低所得区分Ⅱに該当する人…世帯員全員が市民税非課税の人

②低所得区分Ⅰに該当する人…世帯員全員が市民税非課税の人のうち、世帯全員の各所得が0円（公的年金の場合は、収入が年額80万円以下）である世帯に属する人および老齢福祉年金受給者

▽**申請方法** 新たに①または②と判定された人には、7月下旬にお知らせと申請書を送付しますので、手続きをしてください。

※既に交付を受けている人の認定証の有効期限は7月31日です。平成29年中の所得状況などにより引き続き①または②と判定された人には、7月下旬に新しい認定証を送付しますので、申請手続きは必要ありません。なお、世帯に平成29年中の収入申告をしていない人がいる場合は、認定証を交付できませんので、世帯員全員の申告をしてください。

▽**申請に必要なもの** 持参する場合…申請書、印鑑（スタンプ印不可）、マイナンバーが分かるもの（通知カードまたは個人番号カード）、本人確認書類（官公庁発行の顔写真付き身分証明書など）

高額療養費の上限額が変わります

現在、窓口負担が3割となっている現役並み所得区分（住民税課税所得金額が145万円以上690万円未満の後期高齢者医療制度の加入者）が、平成30年8月から3つの区分に分かれ、住民税課税所得が145万円以上690万円未満の人で、ひと月にひとつの医療機関での支払いが高額になる可能性がある人は、新たに「後期高齢者医療限度額適用認定証」の交付申請が必要となります。

認定証の交付を希望する人は、後期高齢者医療被保険者証と印鑑（スタンプ印不可）、マイナンバーが分かるもの（通知カードまたは個人番号カード）を持参の上、窓口で手続きしてください。

■**問い合わせ・申請先** 国保年金課後期高齢者医療係（〒036・8551、上白銀町1の1、市役所1階、☎40・7046）／岩木・相馬総合支所民生課



もしものために
登録を

「避難行動要支援者名簿」を作成しています

災害が発生した場合や発生する恐れがある場合に、自力で避難することが困難で特に支援を必要とする高齢者や障がい者などを「避難行動要支援者」として事前に把握し、災害等による緊急時の避難支援や安否の確認などを実施するための基礎となる「避難行動要支援者名簿」を作成しています。

この名簿は、対象となる本人の同意により、平常時から避難支援等関係者に情報提供することとしています。

▽**対象** 市内に住む在宅の人で、次の条件のいずれかに該当し、避難に手助けを必要とする人（長期間施設に入所している人や病院に入院している人を除く）

①75歳以上の高齢者のみで構成される世帯の人（同じ世帯の他の人が75歳未満であっても要支援者である場合はこれに含む）

②身体障害者手帳1～3級を持っている人

③愛護手帳（療育手帳）の「A判定」を持っている人

④精神保健福祉手帳1・2級を持っている人

⑤要介護の区分が、要介護3～5の人

⑥そのほか、避難行動に支援を必要とする人（難病、歩行困難、日中に75歳以上の高齢者のみの状態にな

る人など）

※一度登録した人は登録不要です。

▽**申請方法** 避難行動要支援者名簿への新規登録を受け付けます。登録を希望する人は名簿登録申請書に必要事項を記入の上、福祉政策課（市役所1階）へ郵送または持参してください。申請書は福祉政策課で配布しているほか、市ホームページに様式を掲載しています。なお、代理人による提出、郵送も受け付けます。また、民生委員・児童委員が訪問した際に名簿登録申請書を記入した場合は、民生委員・児童委員が代理として提出し、申請を受け付けます。

▽**市から名簿を提供する団体**

①弘前地区消防事務組合消防本部

②弘前警察署

③避難行動要支援者が居住する地域の民生委員・児童委員

④弘前市社会福祉協議会

⑤避難行動要支援者が居住する地域の自主防災組織

※④・⑤は団体が希望した場合のみ。

■**問い合わせ・申請先** 福祉政策課総務係（〒036・8551、上白銀町1の1、☎40・7037）

希望する人は
申請を

青葉団地市営住宅B棟の入居者を募集

青葉団地市営住宅B棟（南大町2丁目）の入居者を募集します。なお、現在、他の市営住宅へ入居申請中の人および駅前住宅入居者についても申請可能です。

▽**募集団地** 青葉団地市営住宅B棟（6階建・エレベーターあり）

▽**募集戸数** 35戸（1LDK＝13戸、2LDK＝16戸（うち1戸は車椅子専用住戸）、3LDK＝6戸）

※1LDKは高齢者単身世帯専用（60歳以上）、2LDK・3LDKは家族世帯専用。

▽**住宅使用料（家賃）** 1LDK＝月額2万3,500円程度、2LDK＝月額2万7,100円程度、3LDK＝月額3万1,800円程度

※上記の金額は各間取りの最低家賃ですので、世帯の所得金額により異なります。

▽**申請期間** 7月2日～27日（土・日曜日、祝日を除く）

▽**決定方法** 弘前市営住宅運営委員会の審議により決

定します。ただし、申請多数の場合は、公開抽選会により決定します。

■**問い合わせ・申込先** 財産管理課住宅係（☎35・1321）、市営住宅サービスセンター（☎40・7013）



たか丸くんの
マンジ

Quiz

Quiz

「弘前」を知り、触れて、伝えていこう！ Quizクイズ！
答えはどこかのページに隠れているから探してね！

【問題】

「ねふた」は元々何から始まったものか分かるかな？ ヒントは、子どもが元気で健やかな成長ができるようにと祈り願う風習だよ。

① 眠り流し

② 厄よけ

③ 戦勝祈願

心配事などは1人で悩まず相談を

7月は「青少年の非行・被害防止全国強調月間」

近年、スマートフォンなどの普及によって青少年を取り巻くインターネット環境が大きく変化しており、青少年がネットトラブルや性被害などに巻き込まれる事件も発生しています。次代を担う青少年は、大人が責任をもち、地域全体で非行や被害の防止に取り組み、育成していく必要があります。

市では、ネットトラブルやいじめ・不登校等の心配事を抱える青少年や保護者のために、夏季相談室を開設します。少年相談センター相談員、家庭相談員が相談に応じますので、ぜひご利用ください。

【夏季相談室】

▽開設期間 7月23日～27日

▽開設時間 午前9時～午後5時

▽ところ 少年相談センター（市役所1階子育て支援課内）

■問い合わせ先 子育て支援課（☎35・7000）



もしものとき…あなたは大丈夫？



岩木川の洪水浸水想定区域を確認しておきましょう

洪水による被害を少しでも抑えるためには、どこでどのような浸水被害を受ける可能性があるのか事前に確認し、円滑かつ速やかに避難できるよう日頃から備えておくことが重要です。

国土交通省青森河川国道事務所のホームページでは、岩木川水系などの洪水浸水想定区域図が公表されています。想定最大規模や計画規模、浸水継続時間、家屋倒壊等氾濫想定区域をご確認ください。

最新の気象情報にも気を配り、避難場所や避難経路を確認するなど、水害に備えてあらかじめ対策を取っておきましょう。

【青森河川国道事務所ホームページ】

岩木川水系洪水浸水想定区域図（岩木川河口を含む）
<http://www.thr.mlit.go.jp/aomori/river/disasteprevention/flood/iwaki.html>

【弘前市役所ホームページ】

弘前市洪水ハザードマップ
<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/kurashi/kinkyu/hazard/>

※弘前市版の詳細な区域図は市ホームページで公開しているほか、防災安全課（市役所3階）で配布しています。

■問い合わせ先

国土交通省青森河川国道事務所（☎青森 017・734・4521）／防災安全課（☎40・7100）

※1 洪水浸水想定区域とは…水防法第14条第1項の規定により、対象とする河川が氾濫した場合に浸水が想定される区域です。

※2 家屋倒壊等氾濫想定区域とは…堤防決壊や河岸の浸食等において家屋の倒壊・流失が想定される区域です。

地震から命を守るために

木造住宅耐震についてのお知らせ

木造住宅耐震診断支援事業

建築基準法に基づく現行の新耐震基準は、昭和56年に導入されましたが、過去の震災や熊本地震では、旧耐震基準で建築されたものに大きな被害が発生しました。地震に対する住宅の安全性に関する意識を高め、木造住宅の耐震化を促進するため、住宅の所有者等が希望する場合に、市が専門知識を有する耐震診断員を派遣し、耐震診断を行います。

▽対象住宅 市内にある、①～④の要件すべてに該当する住宅

①昭和56年5月31日以前に建築されたもの

②一戸建ての専用住宅または併用住宅（延べ面積の2分の1以上を住宅の用に供し、かつそのほかの用途に供する部分の床面積が50㎡以下であるものに限る）で地上階数が2以下のもの

③一般構法（在来軸組構法）または伝統的構法によって建築された木造住宅であること

④現在、居住している住宅であること

▽対象者 対象住宅を所有し、かつ、当該住宅に居住する者（親族を含む）

▽診断費用 申込者負担として、1戸当たり8,000円（延べ面積が200㎡以下の場合）

※200㎡を超える場合は400㎡を上限に、申込者負担の増額で対応します。

▽募集戸数 10戸（先着順）

木造住宅耐震改修促進事業費補助金

住宅の耐震化を促進するため、耐震改修工事または建替え工事に要する経費の一部を補助します。

▽対象住宅 市内にあり、「木造住宅耐震診断支援事業」の対象要件①～③および下記の要件④⑤のすべてに該当する住宅

④耐震診断により倒壊する可能性があるとして判定されたもの（過去に耐震診断を行った住宅を含む）

⑤耐震診断以降、増改築されていないもの

▽対象者 次の①および②の要件すべてに該当する者（親族を含む）

①対象住宅を所有し、かつ、当該住宅に居住する者

②平成29～30年度まで市税等の滞納がない者

▽対象工事

①耐震技術者（青森県木造住宅耐震診断員名簿に記載された者）が耐震改修計画を作成し、工事監理を行う工事（住宅全体の上部構造評点のうち最小の値が1.0以上となる工事）または建替え工事

②市内に本店を有する施工業者が行う工事

※補助金の交付決定前に着手した工事は除きます。ほかにも条件がありますので、申請を希望する人は申請書類を準備する前にお問い合わせください。

▽補助金額 補助対象経費に23.0%を乗じて得た額または82万2,000円のいずれか低い額

▽募集戸数 2戸（先着順）

～共通事項～

▽募集期間 7月2日～11月30日

※申請書は市ホームページに掲載しているほか、建築指導課（市役所4階）で配布しています。

■問い合わせ先 建築指導課（☎40・7053）

Hirosaki Kids
Art works Collection

弘前っ子の作品 Vol. 2

平成29年度弘前地区小・中学校美術展で受賞した作品を広報ひろさきで5回に分けて紹介します。子どもたちの夢、楽しい思い出、豊かな心をご覧ください。

■問い合わせ先 学校指導課（☎82・1644）



タイトル 玉入れ何こも入ったぞ

がんばって玉を入れるぞという表情をうまく彫れたと思います。



いがらし
ゆうき
侑希さん
（船沢小）

歴史館運営に
あなたの声を

高岡の森弘前藩歴史館協議会の委員を募集

「高岡の森弘前藩歴史館」の運営などについて市民の皆さんからご意見をいただくため、広く委員を募集します。

▽**応募資格** 市内に在住する20歳以上の市民(議員、公務員(退職者を含む)および市の附属機関の委員を除く)

▽**募集人員** 1人

▽**募集期間** 7月1日～31日(当日消印有効)

▽**任期・会議の開催など** 任期は委嘱の日から2年間。会議は年1回程度、開催予定

▽**報酬など** 会議1回の出席につき、1万円の報酬と交通費を支給

▽**応募方法** 次の事項を記入した応募用紙を、郵送、持参またはEメールで提出を。

①住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・職業・電話番号

②『私が考える「高岡の森弘前藩歴史館」の活用方法』をテーマとした小論文(800字程度)

※応募用紙の様式は自由ですが、参考様式を市ホームページに掲載しているほか、高岡の森弘前藩歴史館、

市立博物館、生涯学習課(岩木庁舎)、市民課、岩木総合支所総務課、相馬総合支所総務課で配布しています。なお、応募用紙は返却しませんので、あらかじめご了承ください。

▽**選考方法** 選考委員会で選考し、結果を応募者全員に通知します。

■**問い合わせ・提出先** 高岡の森弘前藩歴史館(〒036・1344、高岡字獅子沢128の112、☎83・3110、Eメール takaokanomori@city.hirosaki.lg.jp)



皆さんの声を博物館
運営に役立てます

弘前市立博物館協議会の委員を募集

市立博物館の運営などについて市民の皆さんの意見を反映させるため、広く委員を募集します。

▽**応募資格** 市内に在住する20歳以上の市民(議員、公務員、市の審議会などの委員を除く)

▽**募集委員** 2人

▽**募集期間** 7月9日～31日(当日消印有効)

▽**委員の職務** 博物館の運営などについて館長の諮問に応じるとともに、館長に対して意見を述べること

▽**任期・会議開催など** 任期は11月1日から2年間。会議は年1回程度、平日に開催予定

▽**報酬** 市の規定に基づく報酬および交通費を支給

▽**応募方法** 次の事項を記入した応募用紙を郵送、持参、ファックスまたはEメールで提出を。

①住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・職業・電話番号

②「私の考える博物館」をテーマとした小論文(800字程度)

※応募用紙の様式は自由ですが、参考様式を市および

博物館のホームページに掲載しているほか、生涯学習課(岩木庁舎)、市民課総合案内、岩木総合支所総務課、相馬総合支所総務課で配布しています。なお、応募用紙は返却しませんので、あらかじめご了承ください。

▽**選考方法** 選考委員会で選考し、結果を応募者全員に通知します。

■**問い合わせ・提出先** 市立博物館(〒036・8356、下白銀町1の6、☎35・0700、ファクス35・0707、Eメール hakubutsukan@city.hirosaki.lg.jp)



市民の皆さんから
公募します

弘前市社会福祉問題対策協議会の委員を募集

弘前市社会福祉問題対策協議会は、社会福祉施策における諸問題を調査・協議し、適切な施策の推進につなげることを目的に設置する市の附属機関です。

このたび、市民の皆さんの意見を反映させるため、広く委員を募集します。

▽**応募資格** 市内に在住する平成10年4月1日以前に生まれた市民(国または地方公共団体の議員、公務員および市の他の附属機関の委員に選任されている人を除く)

▽**募集人員** 2人程度

▽**募集期間** 7月2日～27日(必着)

▽**活動内容** 主に弘前市地域福祉計画関係テーマにする予定

▽**任期・会議の開催など** 任期は委嘱した日から2年間。会議は年2回程度、原則として平日の午後開催予定

▽**報酬** 委員長に1万2,100円、委員に1万円を支

給(いずれも日額)

▽**応募方法** 次の事項を記入した応募用紙を、郵送、持参またはEメールで提出を。

①住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・職業・電話番号

②社会福祉に関する知識経験など

③「これからの地域福祉における、住民相互及び事業者、行政等の連携について、あなた自身のかかわり方」をテーマとした作文(800字程度)

※応募用紙の様式は自由ですが、参考様式を市のホームページに掲載しているほか、福祉政策課(市役所1階)でも、配布しています。

▽**選考・発表** 応募書類の記載事項を審査の上選考し、結果は応募者全員に書面で通知します。

■**問い合わせ・提出先** 福祉政策課総務係(〒036・8551、上白銀町1の1、☎40・7037、Eメール fukushiseisaku@city.hirosaki.lg.jp)



市民参加型まちづくり1%システム

3次募集を開始します!

「弘前市市民参加型まちづくり1%システム」は、個人市民税の1%相当額を財源に、市民自らが考え、企画・実践する活動に必要な経費を助成する、公募型の補助金制度です。皆さんのアイデアや経験を生かした、地域課題の解決や地域の活性化などにつながる事業の提案をお待ちしています。

「1%システムとはどんな制度?」「事業を申請したいけど、書類を作るのが大変なので教えてほしい」など、簡単な制度の概要から具体的な書類の書き方まで、1%システムに関する質問や相談については、随時受け付けていますので、気軽にお問い合わせください。

◎**募集期間**…7月31日まで(事業実施期間…10月1日～平成31年3月31日)

■**問い合わせ・提出先** 市民協働政策課(市役所2階、☎40・7108、Eメール shiminkyoudou@city.hirosaki.lg.jp)



●1%システムの情報は、市ホームページ(<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/jouhou/seido/ichipercent/>)をご覧ください。

市民協働政策課のフェイスブックでも、今後開催される採択事業の情報や、行われた事業の様子を、随時紹介していきます。

・弘前まちながサミットフェイスブック(<https://www.facebook.com/madi20160302/>)

史跡堀越城跡 整備現場見学会



史 跡堀越城跡（堀越字柏田）で5月27日、整備が進む城跡の様子が公開されました。参加者は土塁・堀や農家住宅などを見学し、係員の説明を熱心に聞き入っていました。

Hirosaki Jazz Street 2018



駅 前広場や駅前遊歩道で6月2日、市内や県内の団体による演奏が披露されました。開放的な雰囲気ジャズライブに多くの観客が耳を傾け、大いに盛り上がりました。

エコ体験教室「手づくり楽器であそぼう♪」



廃 材などを利用して楽器を作る体験教室が6月10日、弘前地区環境整備センタープラザ棟（町田字筒井）で開催され、参加した家族は夢中になって楽器作りや演奏を楽しんでいました。

第6回 弘前城リレーマラソン



手 組戦によるリレーマラソンが6月10日、弘前公園内で開催されました。子どもから大人まで幅広い年齢層の選手たちがタスキをつなぎ、完走の達成感を分かち合っていました。

弘前中央高等学校 出前講座



弘 前中央高等学校で6月15日、総合学習のカリキュラムの一環として、市の制度や取り組みなどを市職員が紹介する出前講座を10講座開催。生徒たちは市政について理解を深めていました。

第13回 古都ひろさき花火の集い



夏 の夜空を彩る花火大会が6月16日に岩木川河川敷運動公園（悪戸字鳴瀬）で開催され、たくさんの観客でにぎわいました。色とりどりの満開の花火が打ち上がり、観客を魅了しました。

もっと②♥弘前!!

学生企画コーナー

探せ! アナタのお気に入り in 津軽森



What's 津軽森

岩木山桜林公園で平成25年から毎年5月に行われているクラフトフェア。27都道府県から130人の作り手達が集い、お皿やグラス、アクセサリーの他、飲み物や食べ物、スイーツまで揃うイベントです♪

お店紹介

相性抜群! ワダコーヒー

地元・弘前のコーヒー屋と岩手県紫波郡の菓子店のコラボ! ほんのり甘いカフェオレを飲みながらオーガニック素材のケーキを食べる時間は幸せでした♪



はちすずめ菓子店

キラキラ輝く!



Silver Soul

サイズの決まっていないリング…。ぴったり合うものと出会えた時は奇跡!? ハンマーの種類や叩き方によって仕上がりが変わるそうです。



スガワラ

ここでしか買えない!

手作りの陶器のイラストは全て手描き。この可愛いイラストについついハマってしまいます(^) 発色や形など一点ものを選ぶ楽しさがあります。

つい食べ過ぎちゃう!

五所川原市のつくね芋を使用したもちもちの生地が絶品のつがる焼き! 濃厚なソースとの相性◎! 冷めても美味しく食べることができます。



つがる焼き

つがるもり実行委員会 代表・相馬仁さんにインタビュー!



ひろレポ→、相馬さん→相

♡: 津軽森を始めたきっかけは?

相: 平成13年から平成22年に、鱒ヶ沢町で『C-POINT』というクラフトフェアを行っていました。それが大好評だったことと、私自身も色々な作家さんの作品をまだまだ見たい! という思いがあり、地元弘前で新たに始めました。

♡: どんな作家さんが来るの?

相: 県内外問わず、さまざまな作家さんからの応募があります。そこから扱う作品のバランスを考えてこちらで選考しています。その際に新商品の開発もお願いしています。

♡: 開催するときに工夫していることは?

相: 利用していただく際に、自然を身近に感じながら作品を見ると、もっと気持ちがいいだろうと、岩木山のふもとで開催しています。作品ごとに分けてお店を出しているの、来場者の皆さんの移動が短く済みます。

♡: 今後は?

相: まずは“楽しむこと”が一番に続けていきたいと思っています。実行委員の私たちが楽しむことももちろんですが、作家さんやお客さんのやりとりを支え、楽しめる空間を作りたいと思っています。そのために今後も“新しい風を!” という思いで出店者の選考やイベントの試行錯誤をしていきます。

編集後記

130人の作家さんによる多くの作品と自然に触れることができ楽しい取材でした。弘前ならではのイベント! 来年は、今年参加した人も参加できなかった人もぜひ参加してみましょう(^_^)

来年楽しむためのワンポイント!

- 坂が多いためスニーカーだと歩きやすい
- 日陰は肌寒いので羽織るものがあると◎
- レジャーシートやおしぼりがあると便利

ひろ♥レポとは…若者目線で弘前のことを伝えようと発足された、広報ひろさきで学生企画コーナーを担当する女子大生グループです。Facebook(<https://www.facebook.com/hiro.reporters>)もやってます! 興味のある人はどうぞ(^_^)

暮らしの Information

🎵 イベント

鳴海要記念陶房館の催し

- ◎雪雄子舞踏公演 月の子～星めぐり セタに寄せて～
▽とき 7月7日(土)、午後1時30分～3時30分
▽入場料 2,000円(ドリンク付き)
- ◎雪雄子舞踏ワークショップ
▽とき 7月11日(水)、午後1時30分～3時30分
▽参加料 1,500円(ドリンク付き)
- ◎ふぞろいの籠たち
▽とき 7月14日～22日の午前9時～午後4時(最終日は午後3時まで)
▽内容 あけび細工の籠やバックなどの展示
▽観覧料 無料
📍鳴海要記念陶房館(賀田字大浦、☎82・2902、火曜日は休み)

岩木図書館の催し

- ◎メエメエさんおはなし会
▽とき 7月の毎週土曜日、午前10時30分～11時

弘前図書館

7月の催し

- ◎おたのしみおはなし会
▽とき 7日・21日の午前11時～11時30分、14日の午後3時～3時30分
▽ところ 弘前図書館(下白銀町)1階閲覧室おはなしコーナー
▽内容 「おぼけ・妖怪・怪獣」をテーマとした、絵本の読み聞かせ、紙芝居、昔話、エプロンシアター、など
▽対象 おおむね4歳～小学校低学年の児童
▽参加料 無料
※事前の申し込みは不要。
📍弘前図書館(☎32・3794)

- ▽内容 絵本の読み聞かせ
▽参加料 無料
※事前の申し込みは不要。
- ◎工作教室
▽とき 7月21日(土)、午後1時～2時30分
▽内容 牛乳パックと拡大鏡を使ったケプラー望遠鏡作り
▽対象 小学校3年生以上=10人(先着順)
▽参加料 200円
▽申し込み方法 7月1日から、電話か窓口で申し込みを。
▽ところ 岩木図書館(賀田1丁目)
📍岩木図書館(☎82・1651)

えほんのもりのおはなしかい

- ◎えほんのもりのおはなしかい
▽とき 7月11日の午前10時30分～11時
▽内容 絵本の読み聞かせ、手遊びなど
▽対象 0歳～3歳の乳幼児とその保護者
- ◎ブックスタートおはなしかい
▽とき 7月15日・25日の午前10時30分～11時
▽内容 絵本の楽しみ方アドバイスや手遊びなど
▽対象 0歳児とその保護者
～共通事項～
▽ところ こども絵本の森(駅前町、ヒロロ3階)おはなしコーナー
▽参加料 無料
※事前の申し込みは不要。
📍こども絵本の森(☎35・0155)

弘前城植物園の催し

- ◎弘前城植物園ボランティア募集
▽とき 7月11日・25日の午前9時～午後4時
※どちらか1日のみの参加も可。
▽集合 弘前城植物園南案内所前
▽内容 草取り、かん水
▽募集人数 10人程度
▽申し込み方法 事前に電話で申し込みを。
◎散策ガイド
みどりの協会の樹木医や緑の相談

- 員が、見ごろの花や樹木を説明しながら、楽しく園内をガイドします。
▽とき 7月16日(月・祝)、午前10時～11時
▽集合 弘前城植物園南案内所前
▽参加料 無料(入園料は必要)
※事前の申し込みは不要。
- ◎苔(こけ)テラリウム作り
▽とき 7月22日(日)、午前10時～11時30分
▽ところ 弘前城植物園
▽対象 市民=15人(先着順)
▽参加料 1,500円(材料費含む)
▽持ち物 エプロン
※事前の申し込みが必要。
📍市みどりの協会(☎33・8733)

星まつり in そうま 2018

- ▽とき 7月15日(日)、午前11時30分～午後5時(雨天決行、荒天中止)
▽ところ 星と森のロマンピア(水木在家字桜井)
▽内容 よきこいチームによる「ロマンピア“舞”コンテスト」(花嵐桜組ゲスト出演)、ストリートダンス、りんご娘、地元の獅子舞・登山囃子、弘前大学アカペラサークル、出店など
▽入場料 無料
※観客の皆さんが審査員です。
📍岩木山商工会(☎82・3325)



こどもの森 7月の催し

- いずれも無料で参加できます。
- ◎ホテル観察会
▽とき 7月14日(土)、午後7時30分～8時30分(雨天中止)
※事前の申し込みは不要。
- ◎月例登山「夏山登山 ライオン岩ルート」
▽とき 7月15日(日)、午前9時

- 30分～午後2時30分(雨天決行)
※事前の申し込みが必要。
- ▽持ち物 飲み物、昼食、タオル、替えの下着・靴下、雨具
- ◎カブト・クワガタ展
▽とき 7月22日～8月5日の午前8時30分～午後4時30分
📍こどもの森ビジターセンター(坂元字山元、☎88・3923) / 市みどりの協会(☎33・8733)

相馬で夏の紙漉き体験

- ▽とき 7月21日・22日、①午前10時～、②午前11時～、③午後1時～、④午後2時～
▽ところ 交流センター紙漉の里(紙漉沢字山越)
▽内容 オリジナル色紙とはがきの作製
▽対象 市民=各回15人(先着順)
▽参加料 1回200円
※事前の申し込みを優先します。詳しくは問い合わせを。
📍中央公民館相馬館(☎84・2316)

郷土文学館の催し

- ◎スポット企画展『少年倶楽部』傑作選
▽期間 8月31日まで
▽開催時間 午前9時～午後5時
※入館は午後4時30分まで。最終日は正午で終了。
- ◎北の文脈文学講座
▽とき 7月21日(土)、午後2時～3時
▽テーマ 寺山修司と加藤謙一
▽講師 世良啓さん(文筆家)
▽受講料 無料
※事前の申し込みは不要。ただし観覧料が必要です。
▽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・中学生や外国人留学生、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。
※あおり県民カレッジ単位認定講座。

- ◎郷土文学館のお仕事やってみ隊
▽とき 7月27日・28日の午前10時～午後3時
▽内容 郷土文学館のお仕事体験
▽対象 小学校4年生～中学生=各日4人(先着順)
▽参加料 無料
▽持ち物 昼食・飲み物
▽申し込み方法 7月20日までに、電話か窓口で申し込みを。
📍郷土文学館(下白銀町、☎37・5505)

弥生いこいのひろばの催し

- ◎ホテル観察会
▽とき 7月21日(土) 午後8時～9時
▽参加料 無料
※事前の申し込みは不要。
- ◎動物観察と自然体験キャンプ会
▽日程 7月25日…午後0時30分=追手門広場集合、午後1時=出発、弥生いこいの広場泊、26日…正午=追手門広場解散(1泊2日)
▽内容 動物観察、工作、虫取りなど
▽対象 小学校3年生～6年生=30人(先着順)
▽参加料 1,500円(当日徴収)
▽申し込み受け付け 7月1日～
📍弥生いこいの広場(百沢字東岩木山、☎96・2117)

図書館のお仕事やってみ隊 参加者募集

- ▽とき 小学生コース=①7月27日と8月3日、②7月28日と8月4日の午前9時～正午 / 中学生コース=③8月5日、午前9時～午後3時
※①・②は2日間の参加が条件です。
▽ところ 弘前図書館(下白銀町)
▽内容 図書館の仕事見学やカウンター業務体験(本の貸し出しや返却)、本のコーティング作業など
▽対象 ①、②…市内の小学校4年生～6年生=各10人(先着順) / ③…市内の中学生=10人(先着順)
▽参加料 無料
▽持ち物 自分の本2冊(コーティ

- ングの実習で使用)、昼食(③のみ)
📍7月9日から、弘前図書館(☎32・3794)へ。

こども山伏修行体験

- ▽とき 7月28日(土)、午前8時30分～午後3時(雨天決行)
▽集合 こどもの森ビジターセンター(坂元字山元)
▽内容 ほら貝吹き、数珠作り、座禅、精進料理の食事
▽対象 小学校4年生～6年生=10人(先着順)
▽参加料 1人2,000円
▽持ち物 タオル、着替え
📍7月1日から、こどもの森ビジターセンター(☎88・3923(午前9時～午後5時))へ。

旧弘前借行社保存修理工事 現場公開

- ▽とき 7月29日(日)、①午前10時30分～、②午後1時30分～、③午後3時～(所要時間約40分)
※集合時間は各回、開始の10分前。
▽集合 弘前厚生学院(御幸町)校舎玄関前
▽定員 各回25人(先着順)
▽参加料 無料
▽申し込み方法 7月23日までに、電話で申し込みを。
※動きやすい服装で参加を。弘前厚生学院の駐車場が利用できます。
📍弘前厚生学院(☎33・2102)

講演会「庭を読む」～空間と造形から読み解く名園のコンセプト～

- ▽とき 8月10日(金) 午後3時～5時
▽ところ 瑞楽園(宮館字宮館沢)
▽講師 野村勘治さん(野村庭園研究所代表)
▽対象 市民=30人(先着順)
▽参加料 1,000円
▽申し込み方法 電話かEメールで申し込みを。
📍三浦造園(三浦さん、☎95・2246、📧paysage@jomon.ne.jp)

山の日制定記念親子登山

親子で久渡寺登山をしよう。▽とき 8月11日(土・祝)、午前9時30分～午後2時

1時30分～、②午後3時30分～/7月29日(日)、①午前10時30分～、②午後1時30分～、③午後3時30分～

ヒロロスクエアのイベント

◎ママフェス&ごはんとおやつの間▽とき 7月21日(土)、午前10時～午後2時

弘前市民会館自主事業 劇団四季ファミリーミュージカル「王様の耳はロバの耳」

▽とき 9月22日(土)、午後4時開演(午後3時30分開場)▽ところ 市民会館(下白銀町)大ホール

ニア優待席(1枚1,000円、対象は65歳以上)有り。販売は市民会館窓口のみ。

教室・講座

初心者向けりんご研修会(仕上げ摘果・袋かけ)

▽とき 7月7日(土)、午前10時～11時30分ごろ

ベテランズセミナー

▽とき 7月12日(木)、午前10時～11時30分

▽申し込み方法 7月9日までに、電話かファクスまたはEメール(住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で申し込みを。

岩木川子ども水辺の安全教室

▽とき 7月16日・21日の午前9時～

東北女子大学公開講座

～草木染布を使ったものづくり講座～▽とき ①7月20日、午後6時～7時30分、②7月28日、午前9時30分～10時30分、③7月28日、午前10時30分～午後0時30分、④8月7日、午後5時30分～8時

ペーパーアート 季節のリース作り教室

▽とき 7月22日(日)、午前9時30分～正午ごろ

り▽講師 葛西美樹さん▽対象 市民=15人(先着順)▽参加料 1,000円(材料費として)

ふれあい介護者教室

▽とき 7月24日(火)、午後1時30分～3時30分▽ところ パインハウス岩木(賀田2丁目)

あおもりウィメンズアカデミー

◎地域女性リーダーコース 地域での活動の幅を広げたい女性

のための学習会です。▽とき 7月24日の午後1時30分～4時30分/8月23日の午前9時～正午/9月28日の午前9時15分～正午/10月16日の午前9時30分～午後3時30分/11月19日の午前9時30分～正午

夏休み親子体験!! カラフル石けん作り

▽とき 8月18日、①午前10時30分～、②午後1時～、③午後3時30分～

高岡の森の美術展 4月1日にオープンした「高岡の森弘前藩歴史館」の初めての展示替えです。弘前藩や津軽家に関わる絵画・書・工芸作品などを豊かな展示空間の中でお楽しみください。

緑の相談所

7月の催し

【展示会】 ●ベゴニア展 11日～16日 【講習会など】 ●アジサイの栽培とせん定 7日、午後1時30分～3時30分



The 津軽三味線 2018

▽とき 9月29日(土)、昼の部=午後2時開演(午後1時30分開場)、夜の部=午後5時30分開演(午後5時開場)

サンモードスクールオブデザイン無料公開講座

▽とき 7月25日～27日の午前10時30分～午後3時
▽ところ サンモードスクールオブデザイン(下白銀町)
▽内容 服の作り方、小物作り、メイクなど
▽定員 10人(先着順)
▽持ち物 布地、洋裁道具など
📅7月20日までに、サンモードスクールオブデザイン(☎32・0129)へ。



夏季河川清掃美化運動

市内主要河川で清掃美化運動を実施します。清掃開始時間は地区によって異なりますので、事前にお問い合わせください。
▽とき 7月22日(日)
※荒天の場合は中止。
▽ところ 団体清掃区域…土淵川・寺沢川・腰巻川・後長根川・大和沢川・前川/自由清掃区域…岩木川・戸川敷運動広場・岩木川西の夕陽水辺の楽校
📍環境管理課(☎36・0677)

合併処理浄化槽整備補助金

家庭からの生活雑排水による川や海の水質汚濁を防止し、快適な生活環境を維持するため、補助制度を設け、合併処理浄化槽の普及・促進を図っています。補助制度を活用し、生活環境の維持にご協力ください。
▽対象者 公共下水道や農業集落排水などの整備計画がない区域で、一軒家の専用住宅(住宅部分が2分の1以上の併用住宅および別荘などを含む)に合併処理浄化槽を設置する人、または設置される住宅を購入する人
▽対象となる合併処理浄化槽 処理対象人員が10人以下で、国庫補助指針に適合するもの
▽補助限度額 5人槽=35万2,000円、6～7人槽=44万1,000円、8～10人槽=58万8,000円

※実際の設置費用が補助限度額のいづれか少ない額が補助金額となります。
▽申し込み方法 環境管理課(町田字筒井)に備え付けの申請書に必要事項を記入し、提出してください。※補助金には限りがありますので、申請者全員に交付することができない場合があります。詳しくは問い合わせを。
📍環境管理課(☎36・0677)

水道の利用者・所有者の変更手続きをお忘れなく

土地や建物の売買、贈与、相続などによって給水装置(水道メーターなど)の所有者が変わる場合、変更届が必要となります。
▽受付場所 上下水道部お客さまセンター(岩木庁舎1階、市役所1階)
▽受付時間 平日の午前8時30分～午後5時(電話は午後6時まで)
▽必要書類 ①必要事項を記入した届出書(旧所有者〈被相続人の場合は不要〉・新所有者の押印がされたもの〈スタンプ印不可〉) / ②新所有者氏名や変更事由、変更年月日がわかる書類(売買契約書や登記事項証明書など)の写し
※届出書は、受付場所に備え付けているほか、市ホームページからもダウンロードできます。状況によって他の書類が必要になる場合もありますので、事前に問い合わせを。
📍上下水道部お客さまセンター(☎55・6868)

求職者支援

◎求人説明会・ミニ面接会
▽とき 7月11日・30日の午後1時30分～4時30分(受け付けは午後1時～)
▽ところ ヒロロ(駅前町)3階多世代交流室2
▽定員 20人程度(ハローワークに未登録の人も参加可)
▽参加企業数 市内企業3～5社(予定)
◎ひろさき就職説明会・面接会
▽とき 7月19日(木)、午後1時～4時(受け付けは午後0時30分～3時、入退場自由)
▽ところ アートホテル弘前シティ

(大町1丁目)3階プレミアホール
▽対象 ハローワークに求職登録している人(当日、会場でも登録可)
▽参加企業数 30社程度
▽持ち物 履歴書、ハローワークに求職登録している人はハローワークカード
～共通事項～
▽参加料 無料
※事前の申し込みは不要。
▽その他 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ご確認ください。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(事前の申し込みが必要)。気軽にお問い合わせください。
📍I・M・S(弘前就労支援センター内、駅前町、ヒロロ3階、☎55・5608)

弘前マイスターを募集

地域産業を支える優れた技能・技術の継承と人材育成を目的に、「弘前マイスター制度」を制定しています。
サービス業、製造業、建設業・農林漁業といった多様な分野を対象に、その産業を長年支え、特に優れた技能・技術を有する人の応募をお待ちしています。なお、他薦でご応募ください。
▽応募資格 市内に5年以上在住、または在勤する現役の技能・技術者で、対象職業に20年以上の従事経験を有する卓越した技能・技術者
▽申込期限 8月17日
※制度の要綱および認定申込書は、市ホームページからダウンロードできます。
📍商工政策課(☎35・1135)

ひとり親家庭等就業支援講習会

ひとり親家庭の親または子および寡婦で、全日程出席できる人を対象に開催します。
◎パソコン講習会(個別指導)
▽とき 9月14日～12月14日(全34時間)
▽ところ パソコンスクールJOY(松ヶ枝3丁目)

▽定員 11人
◎調理師試験準備講習会
▽とき 9月7日・10日
▽ところ 市民会館(下白銀町)
▽定員 本年度の調理師試験を受験する人=4人
～共通事項～
▽受講料 無料(教材費、受験料は自己負担)
▽申し込み方法 7月13日～8月3日に、申込書に写真(縦4cm×横3cm)を貼付し、子育て支援課(市役所1階)へ提出してください。
※申込書は同課で配布。申し込み多数の場合は抽選で決定します。
📍子育て支援課(☎40・7039)

排水設備工事責任技術者試験

▽とき 10月17日(水)、午後2時～(受け付けは午後1時30分～1時50分)
▽ところ 中央公民館岩木館(賀田1丁目)2階大研修室・視聴覚室
▽受験料 8,000円(振込手数料を除く)
▽申し込み方法 7月2日～31日(土・日曜日、祝日を除く)に、上下水道部総務課(岩木庁舎1階)で申込書を配布・受け付けします。
▽合格発表 11月8日の午前9時に上下水道部総務課窓口合格者一覧を掲示します。
📍上下水道部総務課(☎55・6895)

夜間・休日納税相談

収納課では、日中や平日に納税相談ができない人のために、夜間・休日納税相談日を設けています。
▽夜間納税相談 7月13日、17日～20日の午後5時～7時30分
▽休日納税相談 7月22日の午前9時～午後4時
※特別な理由がなく、納付および連絡がない場合は、差し押さえ処分を執行することもあります。
📍収納課(市役所2階、☎40・7032、40・7033)

行政書士コスモス会による無料相談会

▽とき 7月10日(火)、午後1時30分～3時30分

▽ところ ヒロロ(駅前町)3階多世代交流室1
▽内容 相続・遺言を中心とした相談
▽相談料 無料
※事前の申し込みは不要。
📍弘前コスモス会(ふたば行政書士事務所、二葉さん、☎88・8781)

環境ニュース

●やめよう!不法投棄
ごみを人目につかない山林や、空き地などに捨てる人がいます。不法投棄されたごみにより、自然環境や景観が悪くなるだけでなく、元に戻すためには多くの労力と費用を要します。また、家庭ごみ集積所においても、故意に市で収集しないごみを捨てたり、事業活動に伴って排出されるごみを捨てる行為は不法投棄にあたる場合があります。不法投棄は犯罪です。絶対にやめてください。
●野焼きはやめましょう
家庭や事業所から出たごみを、ドラム缶に入れて焼却したり、空き地や河川敷などで焼却したりする「野焼き」は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で禁止されています。
野焼きは、悪臭や煙による近隣トラブルにつながるほか、ダイオキシン類などの有害物質を発生させるなど、健康への影響が心配されます。
例外として農業を営むためにやむを得ないものとして行う焼却は法律で禁止されていませんが、周辺住民などからの苦情が出ないように、煙やにおいには注意を払ってください。
●重い罰則が科せられます!
不法投棄や野焼きは、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により、5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金(法人は3億円)またはその両方の罰則が課せられます。
📍環境管理課(☎35・1130)

出張譲渡キャラバン「あなたの思いが命を救う！」

犬と猫の出張譲渡会です。
▽とき 7月19日(木)
▽ところ 弘前保健所(下白銀町)
▽内容 ①譲渡前講習会(犬や猫を飼うに当たっての必要な知識など)

…午後1時30分～ / ②抽選および譲渡手続き…午後3時～
※講習会のみとなる場合もあります。
▽譲渡手数料 3,000円
※詳しくはホームページ(http://www.aomori-animal.jp/)で確認するか、電話で問い合わせを。
📍青森県動物愛護センター(☎青森017・726・6100)

プラネ夕日ウム [弘前文化センター]

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

□…一般投影を午後1時30分～、午後3時～の2回投影
▣…一般投影を午前10時30分～、午後1時30分～、午後3時～の3回投影
■…わくわく☆こどもプラネを午前10時30分～の1回、一般投影を午後1時30分～、午後3時～の2回投影
■…休み

★投影プログラム
【一般投影 / 45分間】
▽テーマ 空を見上げて
▽観覧料 一般=240円 / 小・中学生、高校生=120円
※障がい者、65歳以上の市民、市内の小・中学生や外国人留学生、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。
【わくわく☆こどもプラネ / 30分間】
▽テーマ 夏の夜空の大きな三角
▽観覧料 無料
【スターウィーク特別投影 / 30分間】
▽とき 8月1日～6日の午前10時30分～、午後1時30分～、午後3時～
▽テーマ 火星がぼくらに会いにくる
▽観覧料 無料
📍中央公民館(☎33・6561、火曜日は休み)

7月の投影日程

東北 U・I ターン大相談会 in 東京

弘前市の相談ブースを出展します。首都圏に弘前への移住を検討している知り合いがいる人は、周知のご協力をお願いします。

▽とき 7月15日(日) 午前11時～午後5時
▽ところ 東京交通会館(東京都千代田区有楽町)12階ダイヤモンドホール
🗺ひろさき移住サポートセンター 東京事務所(☎東京03・6256・0801)

あおもり UIJ ターン 創業相談会 in 東京

首都圏に弘前で創業・起業を検討している知り合いがいる人は、周知のご協力をお願いします。

▽とき 7月21日(土)、①午前10時～11時40分、②午後1時10分～2時40分、③午後3時10分～4時40分

▽ところ 東京交通会館(東京都千代田区有楽町)8階青森暮らしサポートセンター

▽申し込み方法 7月17日までに、所定の申込書に必要事項を記入の上、ファクスかEメールで申し込みを。

※詳しくは県ホームページ(https://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/shoko/support_for_entrepreneurs.html)をご覧ください。

🗺青森県商工労働部地域産業課創業支援グループ(☎青森017・734・9374、📠017・734・8107、📧chiikisangyo@pref.aomori.lg.jp)

フォークリフト運転技能講習

▽とき 普通自動車以上運転免許証保有者=7月30日～8月2日/大型特殊自動車運転免許証保有者(カタピラ限定除く)=7月30日・31日

▽ところ 学科=サンライフ弘前(豊田1丁目)/実技=つがる弘前農協・河東地区りんご施設(悪戸字芦野)

▽対象 ①申し込み時に求職中で、雇用保険を受給している35歳以上の人(雇用保険の受給期間を終えてなお求職中の人を含む)/②申し込み時に失業中で、ハローワークに登録している求職中の35歳以上の人/③出稼労働者手帳を所持している18歳以上の人

▽定員 10人(先着順)
▽受講料 普通自動車以上運転免許証保有者=1万円、大型特殊自動車運転免許証保有者(カタピラ限定除く)=4,000円(どちらも別途テキスト代1,620円が必要)

▽申込期間 7月6日～13日(土日曜日を除く)

※申し込みには、印鑑、写真(縦30mm×横24mm)1枚、雇用保険受給資格者証かハローワークカードまたは出稼労働者手帳(有効期限内のもの)、自動車運転免許証を持参してください。なお、代理人による申請はできません。
🗺商工政策課(市役所5階、☎35・1135)

「弘高ねぶた」運行

18台のねぶたを運行します。
▽とき 7月18日(水)、午後6時30分～8時30分
※雨天の場合は翌日に順延。

▽運行コース 弘前高校→一番町→中央通り→北大通り→土手町→一番町→弘前高校

▽その他 ねぶた運行後、企業や団体などにねぶたを譲渡します(有償)。

▽申込期限 7月14日、午後4時
🗺弘前高等学校生徒指導部(☎32・0251)

作業実務科オープンスクール(見学会)

▽とき 7月20日(金)、午前10時～正午(受け付けは午前9時40分～)

▽ところ 県立障害者職業訓練校作業実務科実習棟(緑ヶ丘1丁目)

▽内容 ①訓練見学:園地(畑)、介護実習、清掃実習/②訓練内容、就職状況などの説明

▽対象 知的障がいのある人とその家族、支援機関などの人

▽持ち物 室内用シューズ

※園地(畑)を見学するため、汚れてもよい履物でおいでを。

▽申し込み方法 7月2日～13日(必着)に、申込書(ホームページからダウンロードできます)に必要事項を記入の上、郵送かファクスまたはEメールで申し込みを。

🗺県立障害者職業訓練校作業実務科(三上さん、☎036・8253、緑ヶ丘1丁目9の1、☎36・6882、📠36・7255、📧shokunko@pref.aomori.lg.jp、🌐https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/shoko/shokunko/event.html)

青森県立弘前高等技術専門校 オープンキャンパス

▽とき 7月28日(土)、午前の部=11時～正午/午後の部=1時～2時

※施設公開は午前9時～午後3時。

▽ところ 県立弘前高等技術専門校(緑ヶ丘1丁目)

▽技能教室の内容 ①ホバークラフト製作/②木製ティッシュボックス製作/③コケ玉製作/④塩ビ管を用いたウェルカムボード製作

▽定員 ①=午前・午後各20人/②=午前・午後各15人/③・④=午前・午後各10人(いずれも先着順)

▽参加料 無料
※小学生は保護者同伴。

▽申し込み方法 申込書(ホームページからダウンロードできます)に必要事項を記入の上、7月2日～19日(必着)に、ファクスで申し込みを。

🗺県立弘前高等技術専門校訓練課(☎32・6805、📠35・5104、🌐http://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/hi-gisen_top.html)

今月の市税などの納期

納期限 7月31日

- 固定資産税 第2期
- 国民健康保険料 第1期
- 介護保険料 第1期
- 後期高齢者医療保険料 第1期

☆今月は第4日曜日が納税相談日です。
☆納税は便利で確実な口座振替のご利用を。
☆納期限を過ぎると督促手数料や延滞金に加算される場合があります。

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体ひきしめ!ヨガ教室	7月2日・9日・23日の午後7時～8時	弘前B&G海洋センター(八幡1丁目)武道館	ストレッチおよび体引き締め効果のあるヨガ	各回20人(先着順) ※ヨガマット持参(貸し出し有り(有料))	1回500円(保険料含む)	弘前B&G海洋センター(☎33・4545)
②体すっきり!有酸素運動&ストレッチ体操	7月6日～9月28日の毎週金曜日(8月10日を除く)、午前10時～11時		足踏み運動やストレッチ	市民=40人(先着順)	3,000円(保険料含む)	
③2018 カヌー・リング&ノルディックウォーキング	7月16日(月・祝)、午前9時～午後3時	津軽富士見湖(鶴田町)、つがる地球村(つがる市)	カヌーか、ノルディックウォーキング	カヌーの部=10人/ノルディックウォーキングの部=15人	カヌーの部…中学生以上=3,000円、小学生以下=2,500円、親子=5,000円/ノルディックウォーキングの部=2,500円	
④第5回レディースゴルフコンパ	7月22日(日)、午前8時30分～午後1時	岩木川市民ゴルフ場(清野袋2丁目)	18ホールズストロークプレイ、ダブルバリア方式(打ち切りなし)	高校生以上の女性=16人(4組)	1人3,500円(昼食付き)	岩木川市民ゴルフ場(☎36・7855)
⑤夏休みかけっこ教室(1～3年生クラス)	7月27日・30日、8月1日・3日・6日・8日の午前10時～11時20分	河西体育センター(石渡1丁目)	走る・跳ぶ等の全身運動、足を動かすトレーニングなど	市内の小学校1～3年生=20人	無料	7月14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)
⑥夏休みかけっこ教室(4～6年生クラス)	7月27日・30日、8月1日・3日・6日・8日の午前11時30分～午後0時50分			市内の小学校4～6年生=20人	無料	7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)
⑦ソフトバレーボール体験教室	7月31日～8月28日の毎週火曜日、午前10時30分～正午	金属町体育センター体育室	ボール慣れ、基本練習、ゲーム	市民=12人	無料	7月15日(必着)までに、克雷トレーニングセンター(☎036・8101、豊田2丁目3の1、☎27・3274)へ。(※1)(※2)
⑧寝ながら骨盤&股関節体操教室	8月1日～9月19日の毎週水曜日、午前コース=10時～11時、午後コース=1時30分～2時30分	克雷トレーニングセンター(豊田2丁目)トレーニング室	呼吸法を取り入れたエクササイズ、骨盤のゆがみを改善する体操など	市民=各コース10人 ※ヨガマット持参。	無料	
⑨骨盤体操&脂肪燃焼エクササイズ	8月2日～9月20日の毎週木曜日、午前コース=10時～11時、午後コース=1時30分～2時30分		骨盤のゆがみを改善するストレッチ、脂肪燃焼エクササイズなど	市民=各コース8人 ※ヨガマット持参。	無料	
⑩お腹スッキリ!骨盤リセット体操教室	8月7日～9月25日の毎週火曜日、午前コース=10時～11時、午後コース=1時30分～2時30分		ストレッチポールを使った動きやすい体づくり、骨盤体操	市民=各コース15人 ※ヨガマット持参。	無料	
⑪ヒロ口健康サークル	8月7日・21日・28日の午前10時30分～11時50分	ヒロ口(駅前町)3階健康ホール	ひろさき健康増進リーダーによる、あつがる体操、あつがるストレッチなど	継続して参加できる40歳以上の市民=30人	無料	7月13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)
⑫第11回弘前スポレク祭&第72回弘前市民体操祭	10月8日(月)、午前9時30分～	市民体育館(五十石町)	体操、エアロビクス、ダンスなど	4人以上のグループ	大学生以上1人100円、高校生以下1人50円	7月24日までに弘前体操連盟(宮地さん、☎32・2988)
⑬韓氏意拳武術講習会	①初級講習会=7月6日、午後6時～ ②養生功講習会=7月7日、午後1時15分～ ③剣術研究会=7月7日、午後3時30分～	清水交流センター(大開2丁目)	①中国武術、②③木刀や杖を用いた自然な動きなど	①②20人程度、③10人程度	①5,000円、②③4,000円	日本韓氏意拳学会青森分館(櫻庭さん、☎携帯090・7065・9076)

※1…往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・年齢(⑤⑥は学年)・電話番号・教室名(⑧⑨⑩は希望コースも)を記入の上、各申込先まで申し込みを。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。/※2…室内用シューズの持参を。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。各自傷害保険に加入を。

有料広告

有料広告

健康の掲示板

弘前市保健センター（健康づくり推進課内、野田2丁目） ☎ 37・3750

母子保健

母子健康手帳の持参を。場所は弘前市保健センター（各指定医療機関での個別健診を除く）で、料金は無料です。なお、発熱など体調不良の場合は、次回に受診してください。★は対象者に受診票を送付します。

名称	とき	内容	対象	申込先
健乳健康幼児健診の	4か月児★ 7か月児★	各指定医療機関での個別健診		
	1歳6か月児	7月25日・26日/受付=午後0時30分～1時15分	平成29年1月生まれ	7月2日～20日に、弘前市保健センターへ。
	3歳児	7月11日・12日/受付=午後0時30分～1時15分	平成26年12月生まれ	
	1歳児歯科	7月18日・19日/受付=午後0時30分～1時	平成29年7月生まれ	
2歳児歯科★	対象=平成28年1月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診			
離乳食教室	7月24日(火)、午後1時～2時30分/受付=午後0時30分～1時	離乳食講話/育児相談 ※母子健康手帳、赤ちゃんに必要なもの(パスタ、おむつ、ミルクなど)の持参を。	平成30年2月生まれ	

検診 病気の早期発見、早期治療のために、健(検)診を受診しましょう。年度内で対象になった歳に年1回、下記の料金で受診できます。

検診名	内容	対象・料金など
がん検診	胃がん検診	胃部エックス線検査 40歳以上、1,000円(市の国保加入者は500円) 50歳以上(2年に1回偶数歳) ※今年度、胃内視鏡検査と胃部エックス線検査の両方を受診することはできませんので、胃内視鏡検査を希望する人は、胃部エックス線検査を受診しないようご注意ください。対象者には7月下旬に受診券を郵送しますので、届き次第、受診券に記載の医療機関へ直接ご予約ください。
	大腸がん検診	便潜血反応検査 40歳以上、500円(市の国保加入者は250円)
	肺がん検診	胸部エックス線検査 40歳以上、400円(市の国保加入者は200円)、問診により喀痰(かくたん)検査あり
	子宮がん検診(女性)	子宮頸部細胞診 20歳以上の女性(2年に1回偶数歳)、700円(市の国保加入者は350円)
	乳がん検診(女性)	マンモグラフィー検査 40歳以上の女性(2年に1回偶数歳)、700円(市の国保加入者は350円)
	前立腺がん検診(男性)	血液検査(PSA値測定) 50歳以上の男性(2年に1回偶数歳)、500円(市の国保加入者は250円)
その他の健(検)診	国保特定健診	身体計測、血圧、血中脂質、肝機能、血糖、尿検査など 40歳～74歳の国保加入者、無料(生活習慣病の早期発見早期治療に着目した健診、対象者には受診券が送付されます)
	後期高齢者健診	後期高齢者医療制度加入者、無料(生活習慣病の早期発見早期治療に着目した健診、対象者には受診券が送付されます)
	結核検診	胸部エックス線検査 65歳以上、無料
	肝炎ウイルス検診	血液検査(HCV抗体検査・HBs抗原検査) 40歳以上(B型・C型ウイルス検査や治療を受けたことがない人)、500円

※70歳以上の人、生活保護受給世帯の人、住民税非課税世帯の人(世帯全員が非課税)、65歳～69歳で後期高齢者医療制度に加入している人は各種検診料金が無料です。

★受診場所

弘前市医師会健診センター	胃・大腸・肺・子宮・乳・前立腺がん検診、骨密度検診、結核検診、肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診、国保特定健診、後期高齢者健診が受診できます。☎フリーダイヤル0120・050・489、平日午前8時～午後4時(正午～午後1時を除く)へ。
ヒロロ3階	7月13日～11月9日(毎月第2・第4金曜日)※8月10日を除く。特定健診・後期高齢者健診、胃・大腸・肺・前立腺がん検診が受診できます。受診希望日の1週間前までに、健康づくり推進課へ。※定員になり次第締切。
市内医療機関	胃・大腸・子宮・乳・前立腺がん検診、骨密度検診、結核検診、肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診、特定健診、後期高齢者健診は、各医療機関でも受診できます。詳細は「健康と福祉ごよみ」を確認してください。

※市に住民票のある協会けんぽ加入者(被扶養者)は、協会けんぽの特定健診とがん検診等を同時に受診できる場合があります。詳しくは申し込み時に確認を。

検診名	とき	内容	対象	料金	問い合わせ・申込先
20歳～39歳の健診	20・30代健診	7月9日・12日・18日・22日・24日・26日・28日、8月2日・6日 ※7月26日は託児日(乳幼児10人まで)	20歳～39歳(職場で生活習慣病に関する健診を受診できる人は除く)		受診希望日の1週間前までに、健康づくり推進課へ(次月以降の受診日は、問い合わせを) ※それぞれ定員になり次第締め切り。受診場所は医師会健診センター。
		身体計測、血圧、血液検査(血中脂質、血糖など)、尿検査など生活習慣病の早期発見、早期治療に着目した健診	500円(市の国保加入者は無料)		

定期予防接種など

【B型肝炎・ヒブ・小児肺炎球菌・4種混合・不活化ポリオ・BCG・水痘・麻疹風疹混合・日本脳炎・2種混合・子宮頸がん予防ワクチン】

通年接種です。接種年齢から外れると有料になりますので、体調のよい時に計画的に接種しましょう。

結核は、年間1万7,000人以上の新しい患者が発生しています。抵抗力が弱く重症化しやすい乳幼児には、予防接種が有効です。BCGの対象になっている子どもは、生後5か月を目安に予防接種を受けましょう。

【高齢者肺炎球菌感染症の予防接種】

対象者には個別に通知しています。すでに23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けた人は対象外です。接種の際には、指定医療機関にお問い合わせの上、送付された予診票を忘れずに持参してください。

▽実施期間 平成31年3月31日まで

▽自己負担 5,000円

※生活保護受給者は無料。

【おたふくかぜワクチンの接種費用助成】

おたふくかぜは難聴等の合併症を起こす危険性がありますが、ワクチンを接種することで予防できます。対象者には個別に通知していますので、できるだけ接種しましょう。

【風しん抗体検査とワクチン接種費用を全額助成】

▽対象 市内に住所を有し、平成2年4月1日以前に生まれた人で、妊娠を予定している女性と、風しん抗体価が低い妊婦の同居家族
※過去に風しんにかかったり、助成を受けたことがある場合は対象外。
※助成希望者は、健康づくり推進課(弘前市保健センター内)で事前の申請が必要。妊婦の同居家族の場合は、申請時に母子健康手帳の持参を。



おしらせ

成人歯科健診

健診は指定の医療機関で各自の都合に合わせて受診できます。対象者には受診券を送付しますので、この機会に受診しましょう。

▽対象 平成31年3月31日までに、30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる人

▽内容 虫歯や歯周病の早期発見、口腔内の清掃状態やかみ合わせなどの健康チェック

▽料金 無料

※健診後の治療費は自己負担。

夏休み親子料理教室

▽とき 8月5日(日)、午前10時30分～午後1時

▽ところ ヒロロ(駅前町)3階健康ホール

▽内容 食育講話、親子料理・試食(炊飯器で簡単チキンライス、野菜と豆のしゃかしゃかサラダ、ビスケットヨーグルトケーキ)

▽対象 小学生とその保護者=10組(先着順)

▽参加料 無料

▽持ち物 エプロン、三角巾、はし

▽申し込み方法

7月20日までに、健康づくり推進課(☎37・3750)へ申し込みを。



各種相談

こころの健康相談

本人や家族のこころの悩み、家族を自死で亡くした人の悩みについて、保健師が相談に応じます(無料)。希望する人は事前に電話で弘前市保健センターへ申し込んでください。

▽とき 7月17日(火)
午前9時～11時

▽ところ 弘前市保健センター

▽対象 市民

▽予約受付時間 午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

※「こころの病気」の治療をしていない人を優先します。現在治療中の人は、まず主治医に相談してください。

のびのび子ども相談

▽とき 7月30日(月)、午前9時30分～午後3時(受け付けは午後2時まで)

※時間予約制。相談が終わり次第終了。

▽ところ 弘前市保健センター

▽内容 発達相談(ことばが遅い、落ち着きがないなど)

▽対象 市民(1歳以上の幼児とその家族)

▽相談料 無料

▽持ち物 母子健康手帳

▽申し込み方法 7月9日～27日に、健康づくり推進課(☎37・3750)へ申し込みを。

ヒロロすこやか相談

▽とき 7月23日(月)、午前10時～10時30分

※相談が複数ある人は、早めにおいでください。

▽ところ 駅前こどもの広場(駅前町、ヒロロ3階)

▽内容 育児、母乳、食事や栄養、歯みがきなどの相談

▽対象 0～5歳児の家族

▽相談料 無料

▽持ち物 母子健康手帳、歯の相談希望者は普段使っている歯ブラシ

※事前の申し込みは不要。

たか丸くんの ひんぐすの答え

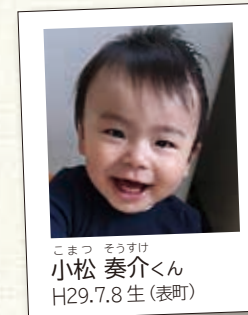
正解は①の「眠り流し」だよ。全国各地に残る「眠り流し」という盆行事が起源となっているんだ。友達や家族に教えられるように覚えておこう!



※問題は10ページに掲載。



Smile
通信
7月生まれ



8月1日号の投稿募集

8月生まれ写真募集中!

1歳の記念に写真を掲載してみませんか。

★対象 平成30年8月に1歳の誕生日を迎える市内在住の子
★掲載内容 子どもの写真・氏名(ふりがな)・生年月日・住所(町名まで)

★応募方法 ①子どもの写真1枚(プリント・データのどちらか)に、②子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・性別、住所、保護者氏名、電話番号を記入したものを添えて、7月9日(必着)までに、郵送、持参またはEメールで応募を。

～川柳のお題～
「二」
…お題から自由に発想して、一句ひねってみてください。
▼応募方法 次の事項を記入し、7月9日(必着)までに、郵送、持参、ファクスまたはEメールで応募を。
①住所・氏名・ペンネーム(希望者のみ)・電話番号
②川柳(1人一句まで)
※なお、応募多数の場合は、採用されない場合もあります。

【問い合わせ・応募先】

広聴広報課(〒036-8551、上白銀町1の1、市役所2階、☎35-1194、ファクス35-0080、Eメール kouhou@city.hirosaki.lg.jp)

さらっと一句・川柳

今月のお題「日」

選・広聴広報課

娘来て食費がかかる曜日かな
制服を脱いで土日は農夫なり
短命県返上一役休肝日
日除けにとゴーヤ育てて夏を待つ
二日酔い胃のテストする迎え酒
日脚伸び猫と居場所を分かち合う
休肝日決めて父の日酒届く
日めくりが後半になり夏本番
日曜日子達の遊ぶ声が無い
誕生日妻の遺影にケーキあげ
ファッションと日除けを兼ねた傘えらび
餌くれと雀のこえに日に三度
梅雨空にお日様覗いて蒲団干し
日の本の揺らぐ少子化間に合わせ
日向ぼこ心豊かな笑顔あり
日向葵が背伸びしながら夏を待つ
安息と明日への不安日曜日
ふりかえり日暮れの道を帰る子ら
薄化粧昼行燈と日傘旅
誕生日三歳孫はボク五さい
ボーナス日夢見た計算壊される
木漏れ日に珈琲香る揺れる影
日曜は昼まで眠って朝食を

※川柳は、すべて応募者の表記にしたがっているため、一部当て字などで表記する場合があります。

兼子 智恵子
一戸 勇
紺屋の山椒
城子 敬一郎
佐藤 敬一郎
仁志 参
工藤 澄雄
藤代 藤子
相馬 道子
神 夢
工藤 京子
須藤 秋男
對馬 義秀
安倍 はな
長内 よう子
ののじ
関 柳人
畑中 秀子
菜緒 姫
豆助
ペ・ヨンジュン先生
南柳
三窓

ニッポン駄菓子工場
Beretta 著、雷鳥社



モロッコフルーツ、都こんぶ、棒きなどなど…。昔食べた駄菓子から大人になっても食べている定番の駄菓子まで、32商品が生産されている工場をご案内。(弘)(二)

マネキンさんがきた
村中李衣 作、武田美穂 絵、BL出版



ある日、サトシとトオルは川でマネキンの頭部を拾った。先生を驚かせようと学校へ持っていきとクラスを巻き込んで大騒ぎに…。自分とは違う存在を受け入れ成長していく物語。(弘)(二)

小さな暮らしのおすそわけ
ミスミノリコ 著、主婦と生活社



お菓子や果物などのおすそわけ。ちょっとしたアイデアをプラスするだけで、おすそわけもより楽しくなる。受け取った相手が笑顔になるようなラッピングのアイデアと方法を写真で紹介。(岩)(二)

NEW BOOKS COMING UP

弘前市立図書館近着図書紹介

◆所蔵館の情報は()で表示しています。(弘):弘前図書館/移動図書館 (岩):岩木図書館 (二):こども絵本の森 (相):相馬ライブラリー

麗しの陶磁器
阿部出版



酒器、茶器をはじめとした多様な陶磁器を、質感の伝わる鮮明な写真と共に紹介。実際に足を運ぶことのできる全国のギャラリーも掲載しており、陶磁器の魅力を味わい尽くせる一冊。(弘)

わんぱくだんのおにわのようせいたち
ゆきのゆみこ・上野与志 作、末崎茂樹 絵、ひさかたチャイルド



『ようせいずかん』をみていたわんぱくだんの3人。妖精に会いたくなりお庭を探していると…。今回はどんなことが起こるのかな?わんぱくだんシリーズ第22弾。(弘)(二)

各図書館の休館日

- ◆弘前図書館(下白銀町) ☎ 32・3794
毎月第3木曜日(祝日の場合は翌日に振替)、年末年始、蔵書点検期間
- ◆岩木図書館(賀田1丁目) ☎ 82・1651
毎週月曜日、年末年始、蔵書点検期間
- ◆こども絵本の森(ヒロロ内)
☎ 35・0155
毎月第3木曜日(祝日の場合は翌日に振替)、蔵書点検期間
- ◆相馬ライブラリー(相馬やすらぎ館内)
☎ 84・2316
毎週水曜日、年末年始、蔵書点検期間

2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて

「ホストタウン」として台湾、ブラジルを応援します!

東京2020大会参加国・地域との相互交流を図る自治体を全国に広めるため、国が推進する「ホストタウン」に市が立候補し、「台湾」、「ブラジル」のホストタウンとして登録されました。

台湾は経済・観光などを通じ、弘前とのつながりが深く、市でも果物交流や青少年の相互交流を続けてきました。

ブラジルは当市出身の柔道家・前田光世がブラジルに渡り、柔道を広めた人物である縁がきっかけとなりました。

台湾とは女子ソフトボール代表、ブラジルとはパラリンピック柔道代表の事前合宿地としてそれぞれ協定等を結んでおり、昨年度に続き、今年度も当市で強化合宿が行われます。

このうち、ブラジル視覚障がい者柔道チームが7月10日～25日に市内で強化合宿を行うのに合わせ、来日記念シンポジウムを開催します。ブラジルと日本のパラ柔道メダリストによるディスカッションなどを通じ、競技の魅力



を存分に伝えてもらうと同時に、共生社会の実現に向けた市民の心構えや課題、街の可能性を語ってもらいます。お気軽にお越しください。

来日記念シンポジウム2018
視覚障がい者柔道の魅力を知ろう!

～日本×ブラジル
レジェンドからのメッセージ

- とき 7月14日(土)、午後3時～
- ところ 弘前プラザホテル(代官町)
- 参加料 無料
- ※事前の申し込みは不要。
- 問い合わせ先 弘前市国際スポーツプロジェクト実行委員会事務局(文化スポーツ振興課内、☎ 40・0583)

弘前市食生活改善推進員会副会長

THE 弘前人
File.04

たんどろ けいこ
丹藤 恵子さん



おいしく食べてもらうことが一番のやりがい

プロフィール

「食」を通じた健康づくり活動を行う食生活改善推進員会の一員として、幼稚園や小学校、福祉施設などに出向き、バランスの良い食習慣について指導をしている。現在は副会長として、推進員の指導なども行う。

もともと料理を作るのが好きだったので、養成講座を受けて食生活改善推進員になりました。私たちは「自分たちの健康は自分たちの手で守りましょう」というスローガンのもと、小さなお子さんから高齢の方々まで、幅広い年齢の方への食育活動を行っています。

第一に、皆さんの健康を考えた減塩レシピを伝えることが私たちの役目だと思っています。「塩分の代わりにだし」。これが重要なんです。昆布や煮干しなどを水と一緒に一晩置いておくと、しっかりだしが出て、

そのままみそ汁やあえ物に使うことができます。そのだしがあれば塩分を控えてもしっかり味のある料理が作れるんです。子どもが小さいうちから薄味に慣れてもらうことが大切ですので、若いお母さんたちにもぜひ実践してほしいですね。

それから、料理は味だけでなく見た目も大切です。ほうれんそうだけでなく、にんじんを入れて赤色を添えたり、デザートにはハーブをのせたりと目でも料理を楽しんでもらえるように工夫をしています。

とにかく私たちが気を付けている

ことは「バランスよく、おいしく食べてもらうこと」。そういった料理を皆さんに食べていただいて健康になってもらうことがこの活動を続けていく上での一番のやりがいです。



◎このコーナーでは、当市で頑張っている人を毎月紹介します。

食改さん
おすすめ
レシピ
File.79

電子レンジで簡単レシピ 蒸し野菜のバジルみそかけ

弘前市食生活改善推進員会

材料(4人分)

- 長なす……………100g(1本)
- きゃべつ 150g(葉3枚)
- 赤みそ…大さじ1、小さじ1
- 白すりごま ……大さじ2
- 水……………大さじ1
- 酢……………小さじ2
- さとう ……小さじ2
- バジル(乾)……小さじ1

- ①なすは洗ってヘタを切り、竹ぐしで皮全体を刺してからラップで包み電子レンジ(600W)で2分くらい加熱する。ラップをとり少し冷ましてから、半分に手で裂き、さらに3等分くらいに裂いて、長さを3等分に切っておく。きゃべつは洗って2cm角に切り、耐熱容器に入れラップをかけ電子レンジ(600W)で1分30秒くらい加熱して、冷ます。
- ②Aの調味料を小鉢に入れよく混ぜる。
- ③器に野菜を盛り合わせ、バジルみそをかける。



ポイント!

- 乾燥バジルを使用しましたが、生のバジルを刻んで加えると風味が増します。バジルを青じそに替えてもおいしくできます。
- 野菜をあと1皿、毎日の食卓に増やしましょう。

■1人分の栄養量: エネルギー/60kcal、タンパク質/2.1g、カルシウム/97mg、食塩相当量/0.8g



弘前 ねぶた まつり

8月1日～7日



開幕まであと1カ月!

津軽の夏の夜空を彩る弘前ねぶた
まつりの季節が近づいてきました。
熱い津軽魂が一堂に会する弘前ねぶ
たまつりへどうぞおいでください。

有料観覧席の販売開始

有料観覧席は、桜大通りとJR弘前駅前前のタクシー乗り場、アートホテル弘前シティの前などに設置されます。販売は7月1日からです。

▽料金

○桜大通り 指定観覧席(いす席) …2,000円(ガイドブック、うちわ、りんごジュース付き) / 桟敷席 …高校生以上=2,000円(ガイドブック、うちわ、りんごジュース付き)、小・中学生=1,000円(うちわ、りんごジュース付き)

○駅前 指定観覧席(いす席) …2,000円(ガイドブック、うちわ、りんごジュース付き)

▽販売場所 市立観光館、まちなか情報センター、チケットぴあ

■問い合わせ先 弘前観光コンベンション協会(☎35・3131)

ねぶたミニ展作品募集

ねぶたミニ展の作品を募集します。応募作品は、7月31日から8月7日まで、市立観光館(下白銀町)2階ロビーに展示します。

▽募集作品 ○ねぶた鏡絵(縦74cm×横55cm以内) / ○見送り絵鏡絵(縦163cm×横74cm以内) / ○金魚ねぶた(直径20cm以上)

▽対象 小学生以上のアマチュアの人

▽応募方法 住所・氏名・年齢・職業(学校名学年)・電話番号を明記したものを作品の裏に貼り付け、7月1日～26日(必着)に、弘前観光コンベンション協会(下白銀町2の1、市立観光館内1階管理事務所)へ、持参してください。なお、作品の返却は8月11日～9月30日です。

■問い合わせ先 市立観光館(☎37・5501)

ファッション甲子園 2018 最終審査会

チケット販売中!

高校生のファッションデザイン全国No.1を競う「ファッション甲子園」が今年も開催されます。

第18回目を数える今年は、全国3,136点のデザイン画の中から審査で選ばれた35点(チーム)が弘前に集い、ファッションショー形式の公開審査で上位を競います。本県からは弘前実業高校、柴田女子高校、千葉学園高校、五所川原第一高校の4校が出場します。7月1日から販売開始となる入場券を購入すると、どなたでもご覧いただけます。

▽とき 8月26日(日)、午後1時～(正午開場)

▽ところ 市民会館(下白銀町)大ホール

▽ゲスト審査員 廣川玉枝さん(「SOMARTA」ファッションデザイナー)

▽アトラクション ゲスト審査員

廣川玉枝さんによるファッションショー

▽入場料 500円(全席自由)

▽入場券販売所(販売は7月1日から) 弘前商工会議所、まちなか情報センター、さくら野弘前店、市立観光館、中三弘前店、弘大生協シェア店、ヒロロ、弘南鉄道弘前駅・中央弘前駅、市民会館 ほか

▽その他の催し 出場校デザイン画展示、前回大会上位入賞作品展示やインスタグラムコーナー、来場者が審査に参加できる企画など

▽その他 会場の様子をインターネットでライブ配信します(無料ですが、会員登録が必要です)

○アップルストリーム <http://applestream.jp/>

■問い合わせ先 ファッション甲子園実行委員会事務局(弘前商工会議所内、☎33・4111)

ファッション
甲子園2018
ポスターイラスト



昨年の優勝作品

富山第一高校
テーマ「溶解」



広報ひろさきは環境にやさしい
インキを使用しています。

