

## 弘前公園中濠観光船の 船頭養成研修

弘前公園中濠で運行している観光船の船頭になってみませんか。実習を含む研修を受講し、知識や技術を習得した人には中濠観光船の船頭（期間限定のアルバイト）として従事していただきます。



- ▼とき 5月13日（月）～17日（金）の午前9時～午後4時
- ▼ところ 弘前公園中濠
- ▼対象 18歳以上で健康な人
- ▼受講料 無料
- ▼申込期限 5月9日（木）※詳しくは問い合わせを。
- ☎弘前観光コンベンション協会（☎ 35-3131）

## 求職者支援訓練

- 雇用保険を受給できない求職者の早期再就職を目指し、民間の訓練機関が国の認定を受けて実施する職業訓練です。一定の要件を満たした求職者には訓練期間中に職業訓練受講給付金が支給されます。
- 【職場で使えるパソコン基礎科】
  - ▼とき 6月11日（火）～10月10日（木）
  - ▼ところ S.K.K. 情報ビジネス専門学校徳田校舎（徳田町）
  - ▼申込期限 5月16日（木）【経理事務科】
  - ▼とき 6月24日（月）～10月23日（水）
  - ▼ところ JMTC 弘前教室（外崎4丁目）
  - ▼申込期限 5月29日（水）～共通事項～

- ▼受講料 無料（テキスト代などは自己負担）
- ▼申し込み方法 事前に弘前公共職業安定所（南富田町）で受講手続きを済ませ、申込期限までに各訓練施設へ受講申込書を提出してください。
- ▼職業訓練説明会 4月下旬および5月下旬に市民文化交流館ホール（駅前町、ヒロロ4階）で、職業訓練制度および訓練内容の説明を行います。
- ☎弘前公共職業安定所（☎ 38-8609、音声案内42 #）

## 花苗の無料配布

- ▼とき 4月21日（日）、午前10時～
- ▼ところ 弘前駅城東口緑地（表町）※無料配布はなくなり次第終了。当日は、樹木のせん定方法や雪囲いの方法など、植木や庭についての相談も受け付けます。
- ☎弘前市造園組合（三浦造園内、☎ 95-2246）

## 河川愛護モニター募集

- ▼任期 7月1日から1年間（予定）
- ▼活動地区 岩木茜橋～清瀬橋区間（岩木川左右岸）
- ▼活動内容 巡視月誌の提出（月1回）、岩木川に関する情報提供や河川の異常を発見したときの通報、河川関係行事への参加など
- ▼募集人数 活動地区付近に居住している満20歳以上の人＝2人
- ▼報酬 月額4,500円程度※詳しくは、ホームページ（<http://www.thr.mlit.go.jp/aomori/>）で確認するか、問い合わせを。
- ▼申し込み方法 5月17日

（金・必着）までに、郵送（履歴書と「川とのかかわり」について簡単に記述したもの〈任意様式〉を同封）で申し込みを。

☎青森河川国道事務所河川占用調整課（〒030-0822、青森市中央3丁目20の38、☎ 017-734-4537）

## 仕事休（やす）もつか計画

ゴールデンウィークに年次有給休暇をプラスして自分流バケーションを楽しみましょう。

～事業主の皆さんへ～

労働基準法が改正され、使用者は、10日以上の子年次有給休暇が付与される全ての労働者に、毎年5日間の年次有給休暇を確実に取得させることが必要となりました。年次有給休暇の計画的付与制度の導入を検討しましょう。

☎青森労働局雇用環境・均等室（☎ 017-734-6651）

## 第4回弘前の魅力発信 WEB コンテスト

「弘前の魅力発信」をテーマとしたWEBコンテンツを募集します。

▼対象 市内の中学生または中弘南黒地区の高校生で構成された4人以内のグループまたは個人＝15チーム（先着順）

※昨年と同じチームでの参加は不可。応募者は5月11日（土）に開催する事前説明会への参加が必要。

▼参加料 無料

▼申し込み方法 5月7日（火）までに、公式ホームページ（[http://www.hcci.or.jp/hp\\_contest/](http://www.hcci.or.jp/hp_contest/)）から申し込みを。

☎弘前商工会議所情報・教育文化部会（八木橋さん、村谷さん、☎ 33-4111）

## 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
①2019弘前さくらまつりお花見カヌー体験	4月19日・22日・23日・25日・26日、5月4日・5日の午前6時30分～7時30分	弘前公園西濠ボート乗り場	カヌーの基本技術指導、水上からのお花見	小学生以上＝各回10人（初心者、経験者各5人）	1回1,000円	参加希望日前日の午後3時までに、弘前B&G海洋センター（☎ 33-4545）へ。
②一緒に歩こう！ノルディックウォーキング	5月10日～11月8日の毎週金曜日（8月9日を除く）、午前10時～11時30分	弘前公園内	ノルディックウォーキングポールを用いたウォーキング	約5km歩ける人	2,500円※ボールレンタルは1回100円。	河西体育センター（☎ 38-3200）
③ナイターノルディックウォーキング前期	5月13日～6月24日の毎週月曜日（5月27日を除く）、午後6時30分～7時45分	弘前B&G海洋センター（八幡町1丁目）、運動公園（豊田2丁目）周辺	ノルディックウォーキングポールを用いたウォーキング	各回20人	1回200円	弘前B&G海洋センター（☎ 33-4545）
④テニス体験教室（夜）	5月7日～6月25日の毎週火曜日、午後7時～9時	運動公園（豊田2丁目）庭球場	基本のストローク	テニス初心者の市民＝各10人（学生不可）	無料	4月25日（必着）までに、市民体育館（〒036-8362、五十石町7、☎ 36-2515）へ。（※1）（⑥のみ※2）
⑤テニス体験教室（午前）	5月8日～6月12日の毎週月・水曜日、午前10時～正午					
⑥体力づくり教室	5月10日～7月19日の毎週金曜日、午前10時30分～11時30分	ヒロロ（駅前町）3階健康ホール	ストレッチ体操と筋力トレーニング	市民＝20人	無料	4月30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）（⑦のみ※2）
⑦かけっこ教室	5月10日～6月5日の毎週水・金曜日（5月17日・29日を除く）、午後4時30分～6時	河西体育センター（石渡1丁目）	走る、跳ぶ等の全身運動、用具を使用したトレーニング	小学校1年生～4年生＝20人	無料	
⑧初めまして!!水中ウォーキング教室	5月10日～24日の毎週月・金曜日、午後1時30分～2時30分		水中ウォーキング、水中ストレッチ、ゲームをしながらできる筋トレ、脳トレ	水中ウォーキング初心者の市民＝10人	無料	4月15日から、温水プール石川（☎ 49-7081）へ。
⑨ゆったりヨガ教室	5月14日・28日の午後2時～3時	温水プール石川（小金崎字村元）研修室	初心者や高齢者向けのヨガ	65歳以上の市民＝各20人（先着順）	無料	
⑩楽しく散策ウォーク	5月16日～7月25日の毎週木曜日、午前10時～正午	金属町体育センター周辺	自然を眺めながらの、楽しいウォーキング	市民＝15人	無料	4月30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）

（※1）…往復はがきに、住所・氏名（ふりがな）・年齢（生年月日）・電話番号・保護者氏名（参加者が未成年の場合）・教室名（希望コース）を記入の上、各申込先まで郵送を。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。詳しい持ち物等は各施設に確認を。

有 料 広 告

有 料 広 告