お知らせ版

みんなでつくり　みんなをつなぐ

広報ひろさき

2020 2/15

No.336

市民農園の利用者を募集します

４月に開園する小栗山農村交流公園内農園（小栗山字沢部）と相馬昴農園（湯口字二ノ安田）の利用者を募集します。郊外の空気と土に触れながら、野菜や花の栽培を楽しんでみませんか。

▼対象　農家以外の市民

▼区画数および使用料

【小栗山農村交流公園】

○１区画 50㎡＝ 100 区画／年間 5,230 円

○１区画 48㎡＝ 21 区画／年間 5,020 円

○児童が利用できる学童農園、車いすで利用できる農園＝無料（利用希望者は相談を）

※ハーフバスケットコートや多目的広場も無料で利用できます。

【相馬昴農園】

○１区画 30㎡＝ 158 区画／年間 3,140 円

○１区画 21㎡＝６区画／年間 2,200 円

○１区画 19㎡＝４区画／年間 1,990 円

▲相馬昴農園

※管理棟（集会室・休憩室）や炊事棟が有料で利用できます（農園利用者は無料）。

▼受付期間　３月２日～ 16 日（土･日曜日を除く）

▼申し込み方法　小栗山農村交流公園は農政課（市役所３階）に、相馬昴農園は相馬総合支所総務課（相馬庁舎）に、それぞれ備え付けの申請書に必要事項を記入し、持参または郵送でお申し込みください。いずれも申込者が多数の場合は抽選になります（申請書は市ホームページからもダウンロードできます）。

■問い合わせ・申込先　農政課計画推進係（〒 036-8551、上白銀町１の１、☎ 40-7102）／相馬総合支所総務課農林係（〒 036-1592、五所字野沢 41 の１、☎ 84-2111）

▲小栗山農村交流公園

このほか、農家などが運営する市民農園が開園します。詳しくは、各市民農園にお問い合わせください。

■市民農園ナリタ（乳井字石田、☎ 090-2604-7512、☎ 92-3778）

○１区画 50㎡＝ 20 区画／年間 5,000 円

■市民農園弘前アグリインホリデー（小沢字広野、☎ 87-8888）

○１区画 50㎡＝ 56 区画／年間 7,000 円

■市民農園向日葵（ひまわり）（宮地字川添、☎ 82-1055）

○１区画約 50㎡＝ 100 区画／年間 5,000 円

「広報ひろさき」録音版の配布を希望する人は障がい福祉課（☎ 40-7036）まで。

「広報ひろさき」をアプリで読めます！「マチイロ」で検索（iOS・Android 対応）

手続きは
お早めに

マイナンバーカードについて

○マイナンバーカードの電子証明書は更新手続きが必要です

マイナンバーカードに搭載されている電子証明書（公的個人認証サービス）には、有効期限が設定されています。引き続き、電子申請（e-Tax 等）を利用する人は、更新手続きが必要です。

更新対象者には、J-LIS（地方公共団体情報システム機構）から通知の封書が送付されます。有効期限の３カ月前から手続きできますので、右記窓口まで早めにお越しください。

○マイナポイント付与を受けるには…

国は、令和２年度に消費活性化策の一環として、マイナンバーカードを活用したマイナポイント（プレミアム付与）の取り組みを実施する予定です。

マイナポイントを利用するためには、マイナンバーカードの取得と、マイキー ID の設定が必要となります。

市ではマイキー ID 設定の支援をしますので、下記窓口までお越しください。

なお、窓口にお越しの際はご自身のマイナンバーカードと利用者用電子証明書の暗証番号（数字４桁）が必要です。

▼ところ　市民課・岩木総合支所民生課・相馬総合支所民生課

■問い合わせ先　市民課住民記録係（☎40-7020）、岩木総合支所民生課市民係（☎82-1628）、相馬総合支所民生課市民係（☎84-2113）

申請を
忘れずに

国民年金保険料免除等の申請

経済的な理由等で国民年金保険料の納付が困難な場合は、「保険料免除制度」、「納付猶予制度（50歳未満）」、「学生納付特例制度」があります。保険料を納め忘れの状態で、万が一、障がいや死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取れない場合がありますので忘れずに申請してください。

▼申請先　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

▼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／本人確認書類（運転免許証など）／離職票か雇用保険受給資格者証等（失業を理由とする場合）／委任者の印鑑（スタンプ印不可）および委任状（代理申請する場合）

▼申請できる期間　申請時点から２年１カ月前までさかのぼって申請できます（申請を忘れていた期間がある人は、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）／弘前年金事務所（外崎５丁目、☎27-1339）

不明な点は
問い合わせを

後期高齢者医療被保険者の皆さまへ

○保険料は納期限内に納めましょう

保険料を滞納すると、通常より有効期限が短い保険証（短期被保険者証）が交付されることがあります。災害により住宅等に著しく損害を受けた場合や、特別な事情により世帯主等の収入が著しく減少した場合は、保険料の減免等が認められることがありますので、早めにご相談ください。

○新たに後期高齢者医療制度に加入する人へ

後期高齢者医療保険料は、原則年金から特別徴収（天引き）されますが、新たに後期高齢者医療制度に加入することになった人の保険料は、特別徴収開始まで時間がかかるため、納付書または口座振替で納付していただくことになります。

口座振替を希望の場合、これまで国民健康保険料を口座振替で納付していた人も、改めて手続きが必要になりますので、ご注意ください。

■問い合わせ先　国保年金課後期高齢者医療係（☎40-7046）

意見や提案を
お寄せください

弘前市文化施設個別施設計画改訂案への意見募集（パブリックコメント）

市民の皆さんから意見や提案を募集するため、パブリックコメント（意見公募手続き）を実施します。

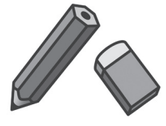
▼内容　文化施設の整備に係る個別施設計画の改訂案について

▼募集期間　２月 20 日（木）～３月 12 日（木）必着

▼閲覧方法

○市ホームページから閲覧

○次の場所で閲覧（土・日曜日、祝日を除く、午前８時 30 分～午後５時）



文化スポーツ課（市役所４階）、岩木総合支所総務課（賀田１丁目）、相馬総合支所民生課（五所字野沢）、市民課駅前分室（駅前町、ヒロロ３階）、市民課城東分室（末広４丁目、総合学習センター内）、各出張所

※市民課駅前分室は土・日曜日、祝日も閲覧可。

▼対象者

①市内に住所を有する人

②市内に事業所等を有する人または団体など

③市内に勤務する人

④市内の学校に在学する人

⑤本市に対して納税義務を有する人または寄付を行う人

⑥本計画に利害関係を有する人

▼提出方法　指定の様式または任意の様式に、住所、氏名（法人などの場合は名称および代表者氏名）、在住・在学の別（任意様式の場合は対象①～⑥のいずれか）、件名（任意様式の場合のみ、「弘前市文化施設個別施設計画改訂案への意見」など）を記入し、次のいずれかの方法で提出してください。

❶郵送…〒 036-8551、上白銀町１の１、文化スポーツ課宛て

❷文化スポーツ課へ直接持参（土・日曜日、祝日を除く）

❸ファクス…35-3884

❹Ｅメール…bunspo@city.hirosaki.lg.jp

❺「わたしのアイデアポスト」へ投函…市役所総合案内所、岩木総合支所総務課、相馬総合支所民生課、市民課駅前分室・城東分室、各出張所に設置

※記入漏れがある場合は意見として受け付けませんので、ご注意ください。また、電話など口頭では受け付けません。

▼意見の公表など　寄せられた意見などは、計画改訂の参考とするほか、後日集約し、住所・氏名を除き、対応状況を市ホームページで公表します。なお、個別回答はしませんので、ご了承ください。

■問い合わせ先　文化スポーツ課（☎40-7015）

あなたの力を
市政のために

非常勤職員（保健師）を募集

▼雇用期間　４月１日～翌年３月 31 日（更新あり）

▼勤務時間　午前９時～午後３時 45 分（実働６時間、週 30 時間）

▼勤務場所　国保年金課

▼業務内容　特定保健指導、糖尿病性腎症重症化予防、高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に係る個別訪問指導など

▼対象　保健師の資格および普通自動車運転免許を有する人＝３人

▼休日　土・日曜日、祝日、年末年始

▼選考方法　個人面接

▼申し込み方法　３月９日（月・必着）までに、市販の履歴書に必要事項を記入し、各種資格証（写し）を添えて郵送または持参してください（受け付けは平日の午前８時 30 分～午後５時）。

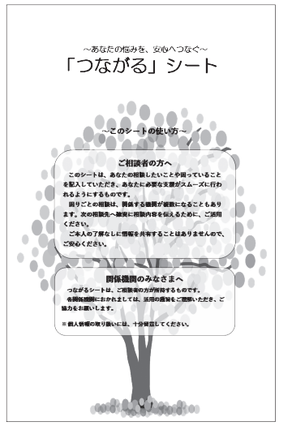
※募集要項など詳しくは、市ホームページを確認するかお問い合わせください。

※令和２年度から、会計年度任用職員制度の導入により勤務条件が変更となる場合があります。

■問い合わせ・申込先　国保年金課国保健康事業係（〒 036-8551、上白銀町１の１、☎35-1116）

早期解決の
糸口に

使ってみませんか？「つながる」シート

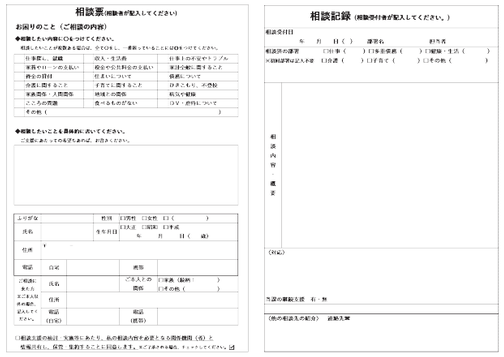


３月は自殺対策強化月間です。自殺は平均して４つ以上の原因が重なり合った末の死といわれています。市では毎年約 30 人が自殺で命を落としています。

そこで令和元年６月に「弘前市自殺対策計画」を策定し、その中で、悩みを抱える人への途切れることのない支援の実現に向けて「つながる」シートを作成しました。このシートは、相談に来た人の悩みが複数の機関に関係する場合や、悩みをうまく伝えることができない場合に、次の相談先へ確実につなげるための手段となります。このシートを活用することで、次の３つの利点があります。①次の相談先がわかり、安心してすぐに次の相談先へ行くことができる、②複数の機関との連携により、相談者の悩みが早く解決される、③同じ話をしなくても済む等の相談者自身の負担軽減になる。

誰にも相談できずに悩みを抱えている人は「つながる」シートを活用し、まずは相談してみましょう。誰かに相談することで、解決の糸口が見えてくることがあります。

シートや相談先については、市ホームページに掲載している他、各関係機関でも配布しています。


相談票（相談者が記入してください）

お困りのこと（ご相談の内容）

◆相談したい内容にＯを つけてください。

相談したいことが複数ある場合は、すべてＯを、一番困っていることに 記号をつけてください。

仕事探し、就職	借入・生活費	仕事上のトラブル	
家賃やローンの支払い	税金や公共料金の支払い	家族や親に関すること	
持ち合の日付	住まいについて	健康について	
外国に関すること	子育てに関すること	ひきこもり、不登校	
家族関係・人間関係	地域との関係	病気や障害	
こころの問題	食べるものがない	コロナ・感染について	
その他（　　）			

◆相談したいことを具体的に 書いてください。

ご記憶にあったことを思い出すように、お書きください。

ふりがな		性別　□男性　□女性　□（　　）	
氏名		生年月日	□大正　□昭和　□平成 年　月　日（　歳）
住所	〒		
電話	自宅	携帯	
心配な方	氏名	ご本人との関係	□家族（続柄：　　） □その他（　　）
本人と連絡の取れる方	住所		
	電話	電話（続柄）	

①相談支援の検討、実施等に 当たり、あの相談内容を必要となる関係機関（名）と情報共有し、保管・管理することを同意します。※どの者かを チェックしてください。は

相談記録（相談受付者が記入してください。）

相談受付日

年　月　日（　）　部署名　　担当者

相談内容の課題　□仕事（　）□生活費関係（　）□健康・生活（　）

※聞き取り記入方法　□自宅（　）□打合せ（　）□その他（　）

相談内容概要

（対応）

生活の継続支援　有・無

（他の相談先の紹介）　連絡先等

■問い合わせ先　健康増進課（☎ 37-3750）

提案や意見を
お寄せください

わたしのアイデアポスト

市民の声を聴く広聴事業の一つとして、「わたしのアイデアポスト」を設置しています。市政に関する提案や意見を多くの皆さんから伺い、市政の発展に結び付けていきますので、皆さんの声をぜひお寄せください。

郵送やファクスでも受け付けています。提案とともに、住所・氏名・年齢・電話番号・回答が必要な場合はその旨を記入し、「わたしのアイデアポスト」と明記の上、広聴広報課広聴広報係（〒 036-8551、上白銀町１の１、ファクス 35-0080）までお寄せください。

また、市ホームページ上の「WEB 版・わたしのアイデアポスト」もご利用ください。

▼**設置場所**　市役所総合案内（本館フロア案内）、岩木総合支所総務課（賀田１丁目）、相馬総合支所民生課（五所字野沢）、市民課駅前分室（駅前町、ヒロロ３階）、市民課城東分室（末広４丁目、総合学習センター１階）、各出張所

■**問い合わせ先**　広聴広報課（市役所２階、☎ 35-1194）

今年度最後の
試験放送です

防災行政無線によるＪアラートの試験放送を行います

地震や武力攻撃などの発生に備え、情報伝達試験を全国一斉で行います。当市では防災行政無線から試験放送が流れます。

※今年度は計４回の試験が予定されており、今回は４回目です。

▼**とき**　２月 19 日（水）、午前 11 時ごろ

※気象状況等によっては中止することがあります。

※なお、防災行政無線の内容を確認する場合は、無料のテレフォンサービス（☎ 40-7110）をご活用ください。

■**問い合わせ先**　防災課（☎ 40-7100）

広告を
掲載しませんか

市ホームページのバナー広告と広報ひろさきに掲載する有料広告を募集しています

【市ホームページ　バナー広告】

市のホームページに掲載するバナー広告を募集しています。

▼**掲載位置**　各ページの最下段

▼**掲載料**　トップページ＝１月当たり１枠１万円（１年間継続の申し込みで１枠 10 万円）／トップページ以外＝１月当たり１枠 3,000 円（１年間継続の申し込みで１枠３万円）

▼**掲載期間**　広告の掲載期間は１カ月単位。また、連続して掲載できる期間は最大 12 カ月です。

▼**バナーの規格**　大きさ：縦 50 ピクセル、横 170 ピクセル／形式：GIF、JPEG、PNG ／容量：10 キロバイト以下

▼**申込期限**　掲載開始月の前月の 10 日

※掲載を希望する人は必ず市ホームページをご確認ください。

【広報ひろさき　有料広告】

広報ひろさきに掲載する有料広告を募集しています。掲載できる広告は、広報誌の性格上、その品位を妨げず、かつ市民に不利益を与えない中立性のあるものなど、いくつかの条件があります。詳しくは市ホームページでご確認ください。

▼**掲載位置（１日号、15 日号共通）**　最終ページ全面、半面または最終ページおよびお知らせページの最下段

▼**掲載枠・掲載料**　下表のとおり

▼**申込期限**　掲載を希望する号のおおむね 40 日前

※掲載を希望する人は必ず市ホームページをご確認ください。

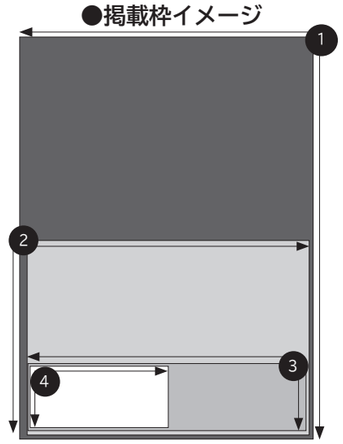
■**問い合わせ・申込先**　広聴広報課広聴広報係（市役所２階、☎ 35-1194）

●広報ひろさき掲載枠・掲載料

掲載枠	規格（縦×横）	１回の掲載料			
		お知らせページ		最終ページ	
❶全　　枠	252㎜×170㎜以内	―	―	１日号	30 万円
				15 日号	20 万円
❷２分の１枠	126㎜×170㎜以内	―	―	１日号	15 万円
				15 日号	10 万円
❸５分の１枠	45㎜×170㎜以内	１日号	６万円	１日号	９万円
		15 日号	４万円	15 日号	６万円
❹10 分の1枠	45㎜ × 85㎜以内	１日号	３万円	―	―
		15 日号	２万円	―	―

※１日号は全ページカラー、15 日号は全ページ白黒。（消費税および地方消費税を含む）

●掲載枠イメージ



環境ニュース

4月1日からはじまります！ 弘前市ごみ出しサポート事業

高齢であることや体が不自由なことなどにより介護が必要な世帯で、ごみ集積所までのごみ出しが困難となっている世帯を対象に、自宅前までごみ収集をする支援制度を開始します。

▼**対象**　ごみを集積所まで持ち出すことが困難であり、親族などの協力も得られない世帯で、原則世帯全員が下記の（1）または（2）の要件に該当している世帯

（1）高齢者等…要介護認定または要支援認定を受けていて、訪問介護または訪問型サービスを利用している人

（2）障がい者…身体障害者・愛護・精神障害者保健福祉手帳のいずれかの手帳を持っていて、居宅介護または重度訪問介護サービスを利用できる人

※このほか、特別な事情があると認められる世帯も対象となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

▼**ごみ収集方法**　大型ごみ以外のごみを、週1回、決まった曜日に収集します。ごみは各自で分別して、自宅前のふた付の容器（利用者で用意）に出してください。

▼**申し込み方法**　申請書に必要事項を記入し、記名押印の上、環境課へ申し込みください。申請書は、同課で配布するほか、市ホームページからダウンロードもできます。詳しくはお問い合わせください。

■**問い合わせ先**　環境課廃棄物政策係（市役所2階、☎32-1969）

新たに2カ所増えました！ 衣類回収ボックス

▲いとく浜の町店

市では、市内に衣類回収ボックスを設置していますが、今年度、イトーヨーカドー弘前店と、いとく浜の町店の2カ所を新たに追加し、12カ所となりました。衣替えのシーズン、買い物のついでなどに、ぜひご利用ください。

▼**設置場所**

○イトーヨーカドー弘前店（駅前3丁目）…地下1階第2立駐連絡口

○いとく浜の町店（浜の町西1丁目）…屋外リサイクルボックス隣

※衣類回収ボックス設置場所の詳細は、右記の「保存版 ごみ分別ガイドブック」や「弘前市ごみ収集アプリ」で確認できます。

■**問い合わせ先**　環境課資源循環係（☎35-1130）

ごみの分別まるわかり！ 「保存版 ごみ分別ガイドブック」

「保存版 ごみ分別ガイドブック」は、ごみの出し方の基本ルールや、分別に関する情報などをまとめたもので、広報ひろさき1月15日号と同時に各家庭へ配布しています。また、下記の場所でも配布しています。

▼**配布場所**

○市役所本庁舎市民課・環境課（上白銀町）

○環境課町田事業所（町田字筒井、弘前地区環境整備センター管理棟2階）

○ヒロロスクエア（駅前町、ヒロロ3階）

○総合学習センター（末広4丁目）

○岩木総合支所民生課（賀田1丁目）

○相馬総合支所民生課（五所字野沢）

○各出張所

■**問い合わせ先**　環境課廃棄物政策係（☎32-1969）

暮らしのInformation

●弘前市役所　☎35-1111
●岩木庁舎　☎82-3111／●相馬庁舎　☎84-2111
F…ファクス　E…Eメール　H…ホームページ　問…問い合わせ・申込先

イベント

鳴海要記念陶房館の催し

【詩集「ある北方的な風景」によせて】

23歳の若さで急逝した当市出身の詩人、工藤正一の詩集『ある北方的な風景』の復刻を記念した作品展です。

▼**とき**　2月23日～3月2日の午前9時～午後4時

▼**ところ**　鳴海要記念陶房館（賀田字大浦）

▼**内容**　絵画、写真、オブジェ、ガラス作品などの展示と舞踏（2月24日の午後1時30分～）、詩集朗読（2月29日・3月1日の午後1時30分～）

▼**入場料**　無料

問鳴海要記念陶房館（☎82-2902、火曜日は休み）

セカンドライフセミナー

【食と健康に関する講演会】

▼**とき**　2月26日（水）午前10時～正午

▼**ところ**　弘前愛成園（豊原1丁目）体育館

▼**内容**　「いつ食べる 何を食べるか 食を知る～マスコミでは語れない食のウソ・ホント～」をテーマに、実生活で活用できる食と健康のクイズや食育実験をします。

▼**講師**　加藤秀夫さん（東北女子大学家政学部健康栄養学科教授）

▼**対象**　50歳以上の人＝30人（先着順）

※50歳未満の人はご相談ください。

▼**参加料**　無料（飲み物付き）

問2月25日（火）までに、愛成会事務局（縄巻さん、☎33-1182）へ。

日独交流コンサート ドイツ音楽の世界

▼**とき**　2月28日（金）、午後7時～（6時30分開場）

▼**ところ**　弘前大学創立50周年記念会館（文京町）みちのくホール

▼**演奏曲**　ピアノ四重奏曲作品16変ホ長調（ベートーヴェン）／ピアノ四重奏曲第1番作品25ト短調（ブラームス）

▼**演奏者**　ピアノ＝浅野清さん／バイオリン＝ゲッツ・ハルトマンさん／ビオラ＝ローズマリー・ケラーさん／チェロ＝村上智美さん

▼**入場料**　一般＝3,500円、学生＝1,500円

▼**チケット販売所**　名曲喫茶ひまわり、弘前中三、弘前文化センター、ヒロロ1階インフォメーション

問日独交流コンサート実行委員会（山形さん、☎090-5951-6213、E barracan@hotmail.com）

弘前れんが倉庫美術館開館記念まちづくり講演会

▼**とき**　2月28日（金）午後3時30分～

▼**ところ**　ホテルニューキャッスル（上鞘師町）3階麗峰の間

▼**テーマ**　「美術館と地域のつながり」

▼**参加料**　無料

※事前の申し込みが必要。

問2月25日（火）までに、弘前市中心市街地活性化協議会事務局（弘前商工会議所内、☎33-4111）へ。

みみの日ふれあいデー

3月3日の耳の日にちなみ、聴覚障がいや手話に関するイベントを開催します。

▼**とき**　3月1日（日）、午前10時30分～午後0時30分

▼**ところ**　ヒロロ（駅前町）3階イベントスペース

▼**内容**　手話劇、手話コーラス、やさしい手話体験、ミニ講演「世界ろう者会議 in パリ」

▼**参加料**　無料

※事前の申し込みは不要。

問みみの日実行委員会（弘前市身体障害者福祉センター内、弘前市聴覚障害者協会、F88-6762、E hirosaki.deaf@gmail.com）

こどもの森3月の催し

【自然教室「雪であそぼう！」】

▼**とき**　3月8日（日）午前10時～正午

▼**ところ**　こどもの森（坂元字山元、久渡寺境内）

▼**参加料**　無料

▼**持ち物**　飲み物、替えの下着・靴下、雨具、防寒着

▼**冬季開館日**　毎週土・日曜日と祝日、小中学校の春休み期間

問こどもの森ビジターセンター（☎88-3923）／市みどりの協会（☎33-8733）

健康志向スイーツフェア

県内の菓子店が、「からだにやさしいごほうびスイーツ」をコンセプトに開発したお菓子を展示販売します。

▼**とき**　2月22日（土）の午前10時～午後5時／23日（日）の午前10時～午後4時
※商品が無くなり次第終了。
▼**ところ**　サンロード青森（青森市緑3丁目）1階サンホール
▼**内容**　展示販売／オープニングセレモニー（22日…午前11時～）／デコ和菓子づくりワークショップ（23日…①午前10時30～、②午後1時30分～、③2時30分～）など
※ワークショップは各回10人（先着順）で、当日午前10時から整理券配布。参加料500円。
問県地域産業課（☎017-734-9375）

弘前工芸舎企画展

【佐藤芳子りんご染展～早春（はる）旅立ちの季節（とき）～】

佐藤芳子さんのりんご染作品を展示販売します。若手育成に努めてきた3年間の成果として、若手作家と共同制作した作品も展示します。
▼**とき**　3月3日～10日の午前10時～午後4時
▼**ところ**　藤田記念庭園考古館（上白銀町）2階ギャラリースペース
▼**入場料**　無料
問産業育成課（☎32-8106）

農家のおかあさん直伝！「おいのまんま」

市内農家の“おかあさん”と交流しながら、農家のまかない食「おいのまんま」を作ってみませんか。
▼**とき**　3月6日（金）
午前10時～午後1時
▼**ところ**　清水交流センター（大開2丁目）
▼**内容**　赤飯などのまかない食作り
▼**定員**　30人（先着順）
▼**参加料**　2,000円
▼**持ち物**　エプロン、三角巾、布巾
※事前の申し込みが必要。

問巧みなママねっと事務局（佐藤さん、☎090-9637-6377、F96-2660）へ。

教室・講座

環境科学セミナー 聞いて、なるほど放射線！

▼**とき**　2月27日（木）、午後1時30分～4時（1時開場）
▼**ところ**　アートホテル弘前シティ（大町1丁目）3階　エメラルド
▼**内容**　福島県における農業環境の話題と放射線に関する研究成果の紹介
▼**参加料**　無料
※詳しくは環境科学技術研究所ホームページ（http://www.ies.or.jp/）で確認を。
問2月25日（火）までにファクスか郵送、またはEメールで、環境科学技術研究所（〒039-3212、上北郡六ヶ所村尾駮家ノ前1の7、F0175-72-3690、E kanken@ies.or.jp）へ。

世界腎臓デー 市民公開講座

【STOP！慢性腎臓病（CKD）～ご存知ですか？腎臓のこと～】
▼**とき**　3月7日（土）
午後2時～3時30分
▼**ところ**　弘前中三（土手町）8階多目的ホール　スペースアストロ

▼**内容**　講演1「腎臓が悪くなるとどうなるの？」…講師・藤田雄さん（弘前大学大学院医学研究科循環器腎臓内科学講座講師）／講演2「高血圧と腎臓病との関わりについて」…講師・富田泰史さん（同講座教授）／講演3「明日からできる腎臓にやさしい食事とは？」…講師・三上恵理さん（弘前大学医学部附属病院栄養管理部管理栄養士長）
▼**対象**　どなたでも
▼**参加料**　無料
※事前の申し込みは不要。
※来場者の質問に答えるコーナーもあります。
問弘前大学大学院医学研究科循環器腎臓内科学講座（☎39-5057）

市民公開講座「大人のがん教室」

▼**とき**　3月8日（日）
午後1時～4時30分
▼**ところ**　アートホテル弘前シティ（大町1丁目）3階　エメラルド
▼**内容**　基調講演「がんてどんな病気－原因を知れば怖くない」…講師・横山良仁さん（弘前大学大学院医学研究科産科婦人科学講座教授）ほか、最新治療の話、治療にかかるお金の話等「がん」に関する講演
▼**定員**　100人
▼**参加料**　無料
※事前の申し込みは不要。
問弘前大学がんプロ事務局（宮本さん〈医学研究科学務グループ内〉、☎39-5410）

かっこいい大人養成講座4

【紅茶教室～今こそ知りたい紅茶の世界～】

紅茶の歴史や効能、さまざまな種類の紅茶を学ぶとともに紅茶の入れ方や味わい方など、手軽な紅茶の楽しみ方を学びます。
▼**とき**　3月8日（日）
午前10時～正午
▼**ところ**　弘前文化センター（下白銀町）3階調理実習室
▼**講師**　塩崎雅子さん（紅茶&ハーブコーディネーター）
▼**対象**　市内に在住または通学・勤務している、18歳から50歳までの人＝20人（先着順）
▼**参加料**　1,000円（材料費として）
▼**持ち物**　筆記用具
問3月1日（日）までに、電話、ファクスまたはEメール（住所・氏名〈ふりがな〉・年齢・電話番号を記入）で、中央公民館（☎33-6561、F33-4490、E chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み）へ。

和菓子作り教室

▼**とき**　3月11日・18日・25日（いずれも水曜日）の午前10時～正午
▼**ところ**　北辰学区高杉ふれあいセンター（独狐字山辺）
▼**内容**　各回2品ずつの季節の和菓子作り
▼**講師**　須藤峰雄さん（あずき庵）
▼**定員**　各回＝12人
▼**参加料**　1回700円
▼**持ち物**　エプロン、三角巾、手拭きタオル
問3月4日（水）までに、高杉ふれあいセンター（☎95-3601、月曜日休館）へ。

ほっと・ぼらんてぃあ 参加者募集

気軽に誰でも参加し、情報収集ができるボランティア講座です。
▼**とき**　3月14日（土）、午後1時30分～3時30分
▼**ところ**　ヒロロ（駅前町）3階ヒロロスクエア　多世代交流室1
▼**テーマ**　「絵本とおはなし」～子どもたちに絵本を読んでみませんか？～
▼**講師**　齋藤眞琴さん（おはなしるんるん）
▼**参加料**　無料

問ボランティア支援センター（市民参画センター内、☎38-5595）

高岡の森弘前藩歴史館 第5回ロビーコンサート

菊地謙太郎さん（チェロ）、鈴木愛理さん（コントラバス）による二重奏です。事前の申し込みは不要ですので、お気軽にお越しください。
▼**とき**　3月7日（土）、午後2時30分～3時30分
▼**定員**　30人
▼**参加料**　無料（ただし観覧料が必要）
▼**観覧料**　一般＝300円／高校・大学生＝150円／小・中学生＝100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。
問高岡の森弘前藩歴史館（高岡字獅子沢、☎83-3110）

ベテランズセミナー

▼**とき**　3月12日（木）、午前9時30分～11時40分
▼**ところ**　弘前文化センター（下白銀町）2階中会議室
▼**内容**　①ホントは知らないごみのお話～減量化って？資源化って？～／②緊急時に備えて「弘前市安心カード」を用意しましょう／③閉講式
▼**対象**　おおむね60歳以上の市民＝30人程度（先着順）
▼**受講料**　無料
問3月11日（水）までに、電話かファクスまたはEメール（住所〈町名まで〉、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を記入）で、中央公民館（☎33-6561、F33-4490、E chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み）へ。

市民ボランティアによるパソコン講座

【インターネット講座】
▼**とき**　3月16日･23日（いずれも月曜日、2日間で1セット）の午前10時～午後3時
▼**ところ**　総合学習センター（末広4丁目）
▼**内容**　インターネットの利用方法など
▼**対象**　パソコンの基本操作ができる市民＝30人（先着順）
▼**参加料**　無料
▼**持ち物**　筆記用具、昼食
▼**申し込み受け付け**　2月23日（日）から
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）

スポーツ

エアロビクス＆サーキットトレーニング教室

▼**とき**　3月3日・10日・17日（いずれも火曜日、全3回）の午後7時～9時
▼**ところ**　勤労青少年ホーム（五十石町）
▼**定員**　10人（先着順）
▼**参加料**　無料
▼**持ち物**　室内用シューズ、タオル、飲み物、運動できる服装
▼**対象**　市内に勤務または居住する働く青少年（おおむね35歳まで）
問2月29日（土）までに、勤労青少年ホーム（☎34-4361）へ。

スロージョギング教室

▼**とき**　3月5日～26日の毎週木曜日、午前10時～11時45分
▼**ところ**　金属町体育センター集会室
▼**内容**　簡単なウォーミングアップ運動とスロージョギングの姿勢や走り方の指導
▼**対象**　市民＝10人程度
▼**参加料**　無料
▼**持ち物**　室内用シューズ、タオル、飲み物、運動できる服装
▼**申し込み方法**　往復はがきに、住所・氏名（ふりがな）・性別・年齢（生年月日）・電話番号・教室名を記入し、2月28日（金・必着）までに申し込みを。
※家族や友人同士での参加は、はがき1枚で応募可。多数の場合は抽選で決定。
問金属町体育センター（〒036-8245、金属町1の9、☎87-2482）

三省地区交流センター「ヨガ教室」

▼**とき**　3月7日･14日（いずれも土曜日）の午前10時～11時
▼**ところ**　三省地区交流センター（三世寺字鳴瀬）
▼**内容**　無理せず手軽にできる初心者向けヨガ
▼**講師**　下山明子さん
▼**定員**　20人（先着順、どちらか1日のみの参加も可能）
▼**参加料**　500円
▼**持ち物**　ヨガマット（持っていない人には貸出あり）、タオル、動きやすい服装、飲み物
問2月29日（土）までに、三省地区交流センター（☎95-3760、月曜日休館）

シニアエアロビクス

▼**とき**　3月12日・26日（いずれも木曜日）の午前10時～11時
▼**ところ**　温水プール石川（小金崎字村元）研修室
▼**内容**　軽く飛んだり跳ねたり、音楽に合わせて全身を動かす有酸素運動
▼**対象**　65歳以上の市民＝各回25人
▼**参加料**　無料
▼**持ち物**　室内用シューズ、タオル、飲み物、運動できる服装
▼**申し込み受け付け**　2月20日（木）から
問温水プール石川（☎49-7081）

その他

人権擁護委員の退任と就任について

地域住民の人権擁護と人権思想の普及高揚にご尽力された、鶴谷郁子さん、小田桐ミツエさんが、1月1日付けで人権擁護委員を退任しました。長い間、ありがとうございました。
1月1日から、大高義昭さん、黒石勝治さんが、新しく人権擁護委員に就任しました。任期は3年間です。
問市民生活センター（☎33-5830、34-3179）

第5回 市立博物館歴史講座

▲これまでの歴史講座の様子

「津軽三十三観音霊場へのいざない－霊場の歴史と現在を読み解く－」を大きなテーマとし、歴史講座を開催します。
▼**とき**　3月15日（日）、午後2時～3時15分ごろ
▼**ところ**　市立博物館
▼**テーマ**　土地利用から見た津軽三十三霊場と現在の周辺環境
▼**講師**　加藤千尋さん（弘前大学農学生命科学部助教）
▼**定員**　100人（先着順）
▼**参加料**　無料（別途観覧料が必要）
▼**申し込み方法**　2月21日から、電話で申し込みを。
問市立博物館（☎35-0700）

高齢者健康トレーニング教室

6種類のトレーニングマシーンを使った軽い負荷による運動プログラムを実施しています。専門のスタッフがサポートしますので、健康増進、介護予防にご利用ください。

【ロマントピア教室】
▼**開催日**　毎日
▼**ところ**　星と森のロマントピア（水木在家字桜井）森林科学館内
▼**定員**　各回＝6人
※事前の電話予約が必要。
※初回時のみ、年齢が確認できるもの（運転免許証、健康保険証、マイナンバーカードなど）をお持ちください。
問ロマントピア教室（☎84-2236）

【ヒロロ教室】
▼**開催日**　4月～9月の毎週月曜日～土曜日（週1回。利用開始から最長6カ月）
▼**ところ**　ヒロロ（駅前町）3階高齢者健康トレーニング教室
▼**定員**　100人
▼**申し込み方法**　3月7日（土・必着）までに、往復はがき（住所・氏名・生年月日・電話番号・利用希望曜日と時間〈第1希望から第3希望まで〉を記入）で申し込みを。
※家族や友人同士での応募は、はがき1枚に連名で記載可。応募多数の場合は抽選で決定（新規利用者を優先）し、3月中旬以降結果を郵送します。
問高齢者健康トレーニング教室（〒036-8003、駅前町9の20、☎35-0161）

～共通事項～
▼**対象**　65歳以上の市民
▼**参加料**　無料
▼**持ち物**　室内シューズ、飲み物、タオル
▼**開催時間**（各回40分程度）

①	午前8時50分～
②	午前9時50分～
③	午前10時50分～
④	午後1時40分～
⑤	午後2時40分～
⑥	午後3時40分～

※教室は、温水プール石川（小金崎字村元、☎49-7081）でも実施しています。内容や開催時間など詳しくは直接問い合わせを。

ひろさき広域出愛サポートセンター休日登録会

サポートセンターでは、結婚を希望する独身男女が会員に登録し、お見合いをする支援をしています。これまでに17組が成婚に至りました。休日登録会は、毎月第4日曜日開催、事前予約不要で当日受付しています。

▼**とき**　2月23日（日）
正午～午後4時
▼**ところ**　ヒロロ（駅前町）3階多世代交流室A
問ひろさき広域出愛サポートセンター（☎35-1123〈日・月曜日、祝日を除く、午前10時～午後7時〉）

スポーツ安全保険に加入しましょう

スポーツ安全保険とはスポーツ活動、文化活動、ボランティア活動、地域活動などを行う社会教育活動（4人以上の団体）を対象とした保険です。

▼**対象となる事故**　団体活動中、往復中の事故など。
※自動車事故による賠償責任保険は適用外です。
▼**補償内容**　傷害保険（通院、入院、後遺障害、死亡）、賠償責任保険、突然死葬祭費用保険
▼**加入受付期間**　3月2日～翌年3月30日
▼**保険期間**　4月1日の午前0時～翌年3月31日の午後12時まで
※令和2年4月1日以降に加入手続きをした場合は、翌日の午前0時から翌年3月31日午後12時まで。
▼**掛金**　1人年額800円～1万1,000円
※団体の活動内容、年齢などにより異なります。
問スポーツ安全協会青森県支部（☎017-718-1136）

桜のせん定枝を無料配布

弘前公園のせん定した桜の枝を無料で配布します。

▼**とき**　2月28日（金）、3月6日（金）・13日（金）・19日（木）の午前9時から（なくなり次第終了）
▼**ところ**　弘前公園内「緑の相談所」前
▼**その他**　①1人3本まで。ただし、販売目的等での持ち帰りは禁止します。／②作業状況や天候により準備できない場合もありますので、ご了承ください。
※せん定作業中は高所から枝の落下があるなど、大変危険ですので近づかないようにしてください。
問公園緑地課（☎33-8739）

自動車税（種別割・環境性能割）の減免制度

令和元年10月1日から、自動車税は「自動車税種別割」、自動車取得税は「自動車税環境性能割」に名称が変更されました。身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育（愛護）手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人またはその人と生計を一にする人が、これらの手帳の交付を受けている人のなりわい、通院、通学などのために自動車を利用している場合で、その障がいの程度や自動車の使用状況などが一定の条件に該当するときには、申請により自動車税（種別割・環境性能割）の減免を受けることができます。詳しくはお問い合わせください。
※軽自動車税については、市民税課へお問い合わせください。
問中南地域県民局県税部納税管理課（☎32-4341）

弘前税務署からのお知らせ

【所得税・消費税・贈与税確定申告書作成会場の開設】
▼**とき**　2月17日～3月16日の平日、午前9時～午後4時
▼**ところ**　市立観光館（下白銀町）1階多目的ホール
※申告書の作成指導等を希望する人は、開設期間中に市立観光館へお越しください。
※混雑状況によっては、受け付けを早めに終了する場合があります。開設時間内に申告書を作成できるよう午後3時前のご来場にご協力ください。
※会場の駐車場は有料です。また、駐車台数には限りがありますので、お越しの際は公共交通機関等をご利用下さい。
問弘前税務署個人課税第一部門（☎32-0331、自動音声に従って「2」を選択）

青森鉄道少年団団員募集

幅広い活動を通じながら公徳心豊かな青少年の健全育成を目的に新団員を募集します。

▼**募集期間**　2月17日～3月19日
▼**募集定員**　小学校4年生～小学校6年生＝若干名
※令和2年4月現在の学年。
▼**活動内容**　乗車マナー啓発活動、クリスマス会、スポーツ大会など
※おおむね月1回（土･日曜日）開催予定。
▼**活動場所**　県内
▼**参加料**　年会費3,000円、制服代1万4,000円（入団時のみ）
問青森鉄道少年団事務局（☎017-734-6734、平日の午前9時～午後4時）

弘前日本語クラブボランティア募集

弘前近郊に住む外国人への日本語学習をサポートするボランティアを募集しています。また、日本語を勉強したいという外国人も募集しています。

▼**活動日**　毎週金曜日の午後7時～9時
▼**活動場所**　ヒロロ（駅前町）3階ヒロロスクエア
※活動部屋については、クラブへ問い合わせを。
▼**参加料**　前期（4月～7月）、後期（10月～12月）＝各1,500円
問弘前日本語クラブ（金子さん、☎080-5559-7527、E hnc1900@yahoo.jp、H http://hnc.g1.xrea.com）

テレビカウンセリング（就職相談）してみませんか？

個別就職相談ができる「テレビカウンセリング」です。

▼**利用時間**　平日の午前9時、10時30分、午後1時、2時30分、4時
※利用は随時可能ですが、上記の時間での予約をお勧めします。
▼**ところ**　ジョブカフェあおもりサテライトスポット弘前（駅前町、ヒロロ3階、弘前就労支援センター内）
▼**内容**　キャリアカウンセラーによる相談や応募書類の添削指導など
▼**対象**　15歳～44歳の人
▼**利用料**　無料
▼**その他**　テレビカウンセリングのほかにも、仕事に関する相談や各種セミナーの開催など、多様なサポートを行っています。詳しくはホームページをご覧ください。
問ジョブカフェあおもりサテライトスポット弘前（☎32-8033、H https://www.jobcafe-aomori.jp/）

休日在宅当番

▼**診療時間**　**内科**…午前9時～正午／**耳鼻咽喉科・眼科、歯科**…午前10時～午後4時

内科		
3/1	今村クリニック（松原西2）	☎88-3090
8	さがらクリニック（桔梗野1）	☎37-2070
15	千葉胃腸科内科医院（石渡3）	☎36-7788
22	弘前温泉養生医院（真土）	☎82-3377
29	佐藤内科小児科取上医院（取上2）	☎33-1191

耳鼻咽喉科・眼科		
3/8	EST クリニック（福村）	☎29-5500
22	やすはら耳鼻咽喉科（安原3）	☎88-0087

歯科		
3/1	ふじた歯科医院（石渡4）	☎37-3118
8	松山歯科医院（富田3）	☎33-2020
15	明本歯科医院（大町3）	☎35-4774
20	やぎはしファミリー歯科（富田町）	☎36-4180
22	ひまわり歯科クリニック（早稲田2）	☎29-3738
29	矯正歯科じん歯科クリニック（大町2）	☎37-1182

◎予定が変更となる場合がありますので、受診する際は事前に弘前市医師会・弘前歯科医師会ホームページや電話でご確認ください。
◎休日の救急病院などについては、消防本部の救急病院案内専用電話（☎32-3999）へお問い合わせください。

人の動き Population

		前月比
・人口	170,268人	（－97）
男	77,938人	（－53）
女	92,330人	（－44）
・世帯数	72,033世帯	（＋10）

令和2年1月1日現在（推計）

女性のための法律・税務・心の相談会

女性司法書士・女性税理士・女性公認心理師が、相続・成年後見・借金・税金・家族間の問題などを抱えた女性の相談に無料で応じます。

▼**とき**　2月29日（土）
午前10時～午後4時
▼**ところ**　アスパム（青森市安方1丁目）5階あすなろ
※事前の申し込みは不要。
問青森県司法書士会（☎017-776-8398）

労働相談会

青森県労働委員会では、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を解決するため、無料の相談会を開催します。

▼**とき**　3月3日（火）の午後1時30分～3時30分／3月15日（日）の午前10時30分～午後0時30分
▼**ところ**　青森県労働委員会（青森市新町2丁目）
▼**対象**　県内の労働者、事業主
※事前の予約を優先します。
問青森県労働委員会事務局（☎017-734-9832、F017-734-8311）

くらしとお金の安心相談会

▼**とき**　3月4日（水）
午前10時～午後4時
▼**ところ**　市民生活センター（駅前町、ヒロロ3階）
▼**内容**　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
▼**利用料**　無料
※事前に申し込みが必要。
問消費者信用生活協同組合青森事務所（☎017-752-6755）

行政書士弘前コスモス会による無料相談会

相続・遺言を中心とした相談会です。なお、事前の予約は不要です。

▼**とき**　3月11日（水）、午後3時30分～5時30分
▼**ところ**　ヒロロ（駅前町）3階多世代交流室
問弘前コスモス会（ふたば行政書士事務所、二葉さん、☎88-8781）

司法書士による高齢者よろず電話相談会

高齢者の権利擁護を目的とした無料電話相談を行います。

▼**とき**　3月14日（土）、午前10時～午後4時
▼**相談電話番号**　☎017-752-0440
▼**内容**　貧窮問題、財産管理、空き家問題、消費者被害、相続・遺言、成年後見など
※具体的な手続きが必要になる場合、別途費用がかかりますので相談員にご確認下さい。
問青森県司法書士会（☎017-776-8398）

子ども予防接種週間

3月1日～7日は、子ども予防接種週間です。通常の診療時間内に予防接種を受けにくい人も、3月1日（日）と7日（土）は定期の予防接種を受けることができます。接種を希望する人は、お問い合わせください。
問弘前市医師会事務局（☎32-2371）

藤田記念庭園洋館でコンサートをしませんか？

藤田記念庭園洋館ホールではピアノや各種楽器、オペラなどのコンサートを行うことができます。ピアノはドイツ、ベヒシュタイン社のモデルA 1900年製です。

▼**ところ**　洋館1階ホール
▼**使用料**　無料
※控室等で会議室を使用する場合は有料となります。
※施設利用など詳細は藤田記念庭園ホームページ（http://www.hirosakipark.or.jp/hujita/）で確認を。
問藤田記念庭園（上白銀町、☎37-5525）

ウィークエンド子どもクラブ 会員募集！

小・中学生を対象に、ボランティアの皆さんを講師として、初心者向けのスポーツや文化・芸術など、さまざまな内容のクラブを開講します。

▼**申し込み方法**　はがきかファクスまたはEメール（住所・氏名〈ふりがな〉・性別・電話番号・保護者名・4月からの学校名・学年・希望するクラブ名〈複数可〉を記入）で、3月13日（金・必着）までに、中央公民館「ウィークエンド子どもクラブ」係（〒036-8356、下白銀町19の4、ファクス33-4490、Eメールchuuoukou@city.hirosaki.lg.jp）へ。
※複数のクラブに申し込むことができますが、活動日が重複するクラブがあります／応募多数の場合は抽選で決定します／また、各クラブの開始日などは、後日はがきかEメールでお知らせします。
■**問い合わせ先**　中央公民館（☎33-6561）

クラブ名	活動日程（原則として）	会場／内容	対象／参加料
子どもせん茶道クラブ	毎月第2・4土曜日の午前10時～午後3時	総合学習センター茶室／せん茶道のけいこ	小・中学生＝6人／毎月600円 ※低学年の場合、保護者との参加可。
やきもの子どもクラブ	毎月第1土曜日の午前9時30分～11時30分	総合学習センター工芸室／やきものの制作	小学校2年生～中学生＝20人／毎回100円
女子ソフトテニスクラブ	毎週土曜日の午前9時30分～正午	市内体育施設／ソフトテニスの基礎	小学校3年生～小学校6年生の女子＝20人／年間2,000円
いけばな子ども教室	毎月第1日曜日の午前9時30分～11時30分	弘前文化センター／いけばなの基礎	小・中学生＝30人／毎回600円
子どもお琴クラブ	毎月第1土曜日（5月以降）の午前9時30分～11時50分	弘前文化センター／琴演奏の基礎と合奏練習	小学校3年生～中学生＝若干名／無料（ただし、1年間継続できる人）
弘前ねむの会ファミリーコーラスノーザンウイング	毎月第1・3土曜日(春・夏・冬休み期間中を除く)の午後1時30分～4時	桔梗野小学校音楽室／手話・英語・ミュージカルソングを通しての自己表現能力の学習	小・中学生＝20人／毎月500円
日本舞踊を楽しむ会	毎月第1土曜日の午前10時～11時	総合センター茶室／着物の着付けや和服での所作、礼儀作法の学習	小・中学生＝10人／無料

※上記の内容については変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。

第18回
春の文化芸能祭

▼**とき**　3月1日（日）
午後1時～（開場は午後0時30分）
▼**ところ**　岩木文化センターあそべーる（賀田1丁目）
▼**内容・出演**　右表のとおり
▼**入場料**　無料
※事前の申し込みは不要。
■**問い合わせ先**　岩木文化協会（長谷川さん、☎090-4638-4322）

♪オープニング　みんなで歌おう あそべーる歌の会、ジャズアンサンブル百石粋族館による「青い山脈」
♪第一部…ジャズアンサンブル百石粋族館（ジャズ演奏）／相馬まどかさん（歌謡）／あそべーる歌の会（歌謡）／岩木手踊り会（手踊り）／西川菊静会（日本舞踊）／弘前相撲甚句愛好会（相撲甚句）／長谷川清一さん（新舞踊）／弘前櫻会（よさこいソーラン）／JAZZ BAND いおあ（バンド演奏）／ピアノデュオグループ　Piece Harmony（ピアノ連弾）
♪第二部…ひろさき演人による朗読劇「陰陽の戦（いくさ）～津軽家軍師の妖怪討伐～」

生きがいセンターの教室

各教室の受講者を募集します。期間はいずれも４月～翌年３月の１年間です。

▼**ところ**　生きがいセンター（南袋町）
▼**対象**　65 歳以上の市民
▼**受講料**　無料（一部の教室は教材費が必要）
▼**申し込み方法**　はがきに住所・氏名（ふりがな）・生年月日・性別・電話番号・教室名（１人２つまで。健康料理教室は①または②のいずれか１つ）を記入し、２月 29 日（当日消印有効）までに、生きがいセンター（〒 036-8272、南袋町１の 20）へ。
※電話での申し込みはできません。
※受講希望者が定員を超えた場合は、抽選で決定。より多くの市民に参加してもらうため、同じ教室での受講が初めての人、連続して３年を超えない人の順に優先します。結果は後日通知します。

■問い合わせ先　生きがいセンター（☎ 38-0848、月曜日は休み〈月曜日が祝日の場合は翌日が休み〉）

教室名	主な活動日程	定 員
書道教室	毎月第１・３水曜日、午後１時 30 分～３時 30 分	35 人
クレヨン画教室	毎月第１・３水曜日、午前 10 時～正午	40 人
日本舞踊教室	毎月第２・４水曜日、午前 10 時～正午	20 人
茶道教室（表千家）	毎月第１・３木曜日、午前 10 時～正午	15 人
茶道教室（裏千家）	毎月第２・４木曜日、午前 10 時～正午	15 人
健康料理教室①	毎月第３金曜日、午前 10 時～午後１時	25 人
健康料理教室②	毎月第４金曜日、午前 10 時～午後１時	25 人
健康体操教室	毎月第１・３土曜日、午前 10 時～正午	25 人
歌謡(カラオケ)教室	毎月第２日曜日の午後３時～５時と毎月第４日曜日の午後２時～５時	40 人
社交ダンス教室	毎月第１・３日曜日、午後１時 30 分～３時 30 分	男性＝ 15 人／女性＝ 25 人

広報ひろさきをスマホで見よう！

マチイロ

いつでも、どこでも「広報ひろさき」を見ることができる無料アプリ、「マチイロ」で情報収集してみませんか。

【「マチイロ」の主な特徴】
◎最新号が発行されると、アプリにお知らせが届きます。
◎ページめくりや拡大縮小なども簡単にできます。
◎範囲を指定して画像を保存したり、メールへの添付、SNS サービスへの投稿も可能です。
◎全国約 700 の自治体が導入しているので、皆さんにとってゆかりのあるまちの広報誌も見られるかもしれません。
※アプリは無料ですが、通信費は利用者の負担となります。また、アプリ閲覧中は広告が表示されますが、その内容に弘前市は一切責任を負いません。操作方法など、詳しくはホープへお問い合わせください。

ダウンロードはこちらから

■問い合わせ先　アプリに関すること…ホープ（☎ 092-716-1404）／広報ひろさきに関すること…広聴広報課（☎ 35-1194）

VEGETABLE OIL INK 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。

■編集発行　弘前市企画部広聴広報課　〒 036-8551　弘前市大字上白銀町 1-1　☎ 35-1111　ファクス 35-0080
■ホームページ　http://www.city.hirosaki.aomori.jp　■公式フェイスブック　https://www.facebook.com/hirosakicity
※「広報ひろさき」は市の主な施設や市内の金融機関、郵便局、スーパーマーケットなどにも備えてあります。