

みんなでつくり みんなをつなぐ

広報

ひろさき

2021

3/1

No.361

特集

協働によるまちづくり ～市民が輝く☆ひろさき～

人生のパートナー、一緒に探します♥
引っ越しに伴う各種手続きはお早めに
新型コロナウイルス感染症ワクチン接種



「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」をアプリで読みます！
「マチイロ」で検索（iOS・Android 対応）



**弘前リードマン派遣制度**

まちづくりのほか、ねぷたや音楽、食などさまざまな分野で熱い想いを持って地域づくりで活躍している人を「弘前リードマン」に認定しています。

学校・町内会・団体が開催する研修会などの集まりで弘前リードマンが講演などをています。派遣費用は無料です。

エリア担当制度

市民の主体性の向上や、町会を基盤とする地域コミュニティの維持・活性化を図るために、「顔の見える身近な職員」として市内 26 地区に 85 人の市職員を配置しています。地区町長会議で市の施策をわかりやすく伝えたり、地域の要望や課題を担当課へつないだりする活動をしています。

**市民参加型
まちづくり 1 % システム**

個人市民税の 1%相当額を財源に、市民自らが実践するまちづくりや地域づくり活動に係る経費の一部を支援する公募型の補助金制度です。これまで、500 件以上の事業に活用されました。令和 3 年度の 2 次募集は、3 月 24 日～4 月 23 日の期間で行います。

協働って？ まちづくりって？
誰にでもできるの？

なんだか難しそうまる…
ぼくにもできることは
あるかな？



市では、平成 27 年 4 月から「弘前市協働によるまちづくり基本条例」を施行し、弘前の幸せな未来のために、市民と行政が一緒になって「市民が主役のまちづくり」に取り組んでいます。

「協働」とは、市民と行政が協力し合いながら、同じ目的に向かって活動することです。町会活動やボランティア活動、地域行事や環境美化・環境保全活動、高齢者や障がい者支援、子育て支援、交通安全・防犯・防火活動など、皆さんのが地域のために行う行動の全てが、広い意味で「協働によるまちづくり」になります。

「協働によるまちづくり」に参加資格は必要ありません。自分の住む地域のことを考え、身近なものからできる分だけ始めてみませんか。皆さんの小さな一歩がひとつずつ結び付き、市全体の大きな幸せにつながります。

地域課題を市民の皆さんと一緒に解決!
を目指しています。

市民活動保険制度

市民が行う町会活動やボランティア活動など、公益的な市民活動中のけがや事故を対象とする保険です。保険料は無料で、事前の申し込みも不要です。※保険の対象とならない活動もありますので、事前に市ホームページなどで確認をしてください。

市民協働課
小山主事

次のページで、積極的にまちづくりに取り組んでいる人を紹介します。





何気ない日常の中で 「幸せ」を感じられるように

NPO法人 SEEDS NETWORK 理事長
おおにし しょうこ
大西 晶子さん

みんなが明るい気持ちになる活動を

地域の人が元気になり、まち全体がポジティブなムードに包まれるような幅広い活動を2013年から始めて9年目になります。これまで、「食」のイベントである「あおもりべじまつり」の開催や女性同士が交流できる場の提供、学生の実践型インターンシップや子どもの職業体験イベント「おしごと体験広場キッズハローワーク」などを開催しました。

昨年は、NPOとしては県内唯一の「特例認定」を取得しました。特例認定NPO法人は、組織の運営および活動が適正であることや、公益の増進に貢献していることを認められた団体だけが認定されます。「特例認定」を取得したことで社会的信用が高まり、周りからの協力も得やすくなつたため、これからは今まで以上に活動がしやすくなっていくと思います。

誘われたことがきっかけで

活動のきっかけは、実は自分からではなく、人に誘われたことです。そして気づいた時には、団体の立ち上げ時から代表をやっていました。

団体の結成後、まずは昔からやってみた



▲幅広い世代の人で食事を共にする「みんないの食堂」

かった「食」に関するイベントを開催することにしました。そこから徐々に応援してくれる人が増えてきて、やりたいこと、できることが増えました。息切れた時もありましたが、とにかく「世代を問わず、みんながハッピーに♪」という思いで、今も家族みたいな仲間と楽しみながら活動しています。

出会いと笑顔に支えられて

毎年イベントを楽しみにしている子がいたり、イベントを通じて人と人との新たな出会いが生まれ、笑顔になるのを見たりするととても嬉しく、それが活動のやりがいとなっています。嬉しいこと、楽しいことは人に話したくなるし、聞いた方も幸せな気持ちになります。イベント規模が小さくても、参加者が満足してくれれば、そこから幸せな気持ちは広がっていくと思っています。

これからも仲間と一緒に

肩肘張らず、気楽な気持ちでやることが長続きの秘訣だと考えています。それから、なんでも一人でやろうとしないこと。それぞれが得意なことを持ち寄り、役割分担をすることでいろんなことができるし、楽しく活動できると思います。



▲りんごジュースのラベルデザインを学ぶ子どもたち

住民同士の絆を深め 地域に活力を与える

楽しいね!! 東目屋実行委員会 代表
ささや てつひと
笹谷 哲人さん



育てていきたいと思っています。

地域の活力を感じる喜び

イベントなどの準備は大変ですが、参加者の笑顔を見ると本当にやって良かったと思います。活動を通じて住民同士の絆が深まり、地域に力を与えられていることに、大きなやりがいを感じています。

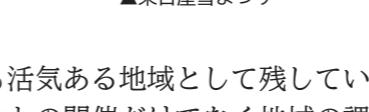
最近は地元のテレビや新聞で取り上げていただくことも増え、徐々に東目屋地区の注目度が高まっていることも実感し、嬉しいです。

「強み」と「想い」を形に

自分たちの強みを把握し、うまく活用すれば、にぎわいは作れると思っています。地域を良くしたいという「想い」が少しでもある人は、少人数からでも仲間を見つけ、スタートしてみてほしいです。同志が集まれば、きっとうまくいきます！



▲東目屋雪まつり



▲東目屋雪まつり

地域の課題を解決したくて

東目屋地区では少子高齢化などを背景に、これまで行っていた運動会など住民が集まる機会が減少していました。そんな中、住民同士のつながりを強化し、今後も活気ある地域として残していくためには、イベントの開催だけでなく地域の課題を解決していくことが重要だと感じました。最初は2~3人で始めた活動でしたが、子育て世代を中心に徐々に仲間が増えてきました。

これまで育ててくれた地域の先輩方のためにも、今後は自分たちが地域を支えていかなければなりませんし、自分たちの次の担い手もしっかりと



▲実行委員会の仲間たち



Facebookでは、協働によるまちづくりに関するいろいろな情報を発信しています。

市民協働課公式 Facebook
「弘前まちながサミット」
<https://www.facebook.com/madi20160302/>



市では、町会活性化支援補助金や、まちづくりに必要な物品の貸し出しなど、さまざまな方法でまちづくり活動を支援しています。

まずはお気軽に問い合わせください。

■問い合わせ先 市民協働課協働推進係 (☎ 40-7108)



市民協働課
スタッフ

広報ひろさき 2021.3.1

人生のパートナー、一緒に 探します♥

WITH ひろさき広域出愛サポートセンター

「はじめの一歩」は登録から

人生、何が起こるかわかりません。だからこそ大切にしたいのが「人ととのつながり」。未来をともに歩むパートナーがいれば…と思いながらも、はじめの一歩をためらっていませんか？

ひろさき広域出愛サポートセンターは、弘前圏域構成市町村（弘前市・黒石市・平川市・藤崎町・板柳町・大鰐町・田舎館村・西目屋村）に住む独身男女の婚活を応援しています。

休日登録会を開催します

▼とき 3月 21 日（日）
正午～午後4時
▼ところ ヒロ口（駅前町）
3階多世代交流室 A
※事前の申し込みは不要。

来場の際は、新型コロナウイルス感染症の予防のためマスクを着用し、体調に不安のある人は来場をご遠慮ください。

出愛サポートセンターの取り組み

お見合い支援 会員制

登録した人のプロフィール情報を見て、会ってみたい人を探すことができます。お見合いには「出愛サポート」が立ち合いますので、初対面の相手と話すのが不安な人も安心です。

婚活イベント

ひろさき広域婚活支援事業実行委員会が企画する、さまざまな婚活イベントに参加できます。

※募集人数を超えた場合、抽選となります。



これまでの利用状況

※令和3年1月時点

登録会員数
男性 185 人
女性 108 人

成婚数
20 組

お見合い実施件数
553 件

出愛サポート募集

出愛サポートは、会員からの相談対応やお見合いの立ち合いなど、キューピッド役の働きをするボランティアです。元気で明るく、やる気のある人を随時募集しています。

協賛団体・団体サポーターも募集中です。



会員の皆さんを
全力で応援します！
やりがいありますよ♥

◀出愛サポート
サイトウさん

お気軽に
お問い合わせ
ください♥

ひろさき広域出愛サポートセンター

完全予約制

ヒロ口（駅前町）3階

35-1123（日・月曜日、祝日
を除く、午前10時～午後7時） HIROSAKI
出愛



私たち、
出愛サポートセンターを
卒業しました♥
～成婚した人からのメッセージ～

ウトさん（30代）・らうみさん（30代）

令和元年12月28日 お見合い

令和2年10月25日 入籍

（妻・らうみさんより）

結婚をしたいけれど出会いがないと悩んでいた時に、広報ひろさきでサポートセンターの存在を知り、勇気を出して登録しました。

街コンや婚活イベントにも参加したことがあります。真剣に出会いを求めている人が少ない印象でした。サポートセンターの会員の皆さんには結婚を考えている方ばかりなので、安心して婚活ができました。

最初はなかなかうまくいかず諦めかけましたが、そんな時サポートセンターの方が親身になって相談に乗ってくれました。縁あって素敵な方を見つけることができ、結婚することができて今とても幸せです。

登録もお見合いも最初は勇気がいると思いますが、一步踏み出すことで1人でも多くの方に幸せになってほしいと思います。

ワタンブさん（50代）・Mさん（40代）

令和2年1月16日 お見合い

令和2年12月1日 入籍

（夫・ワタンブさんより）

この年になって結婚は「めんどくさい」と思っていましたが、職場の方に背中を叩かれ渋々登録したのが3年前でした。

自分も50代中盤に差し掛かり気持ちが焦っていたところ、出愛サポートや事務局の方に良い女性と巡り合わせていただき、昨年12月に結婚しました。自分の人生の中で一番の喜びとなりました。

未婚の男性諸君、結婚は面倒くさいと強がらないでください。結婚したい気持ちが少しでもあれば、サポートセンターのドアを開けてください。人生の楽しみが目の前に広がりますよ。

引っ越しに伴う 各種手続きはお早めに

3月は、進学や就職、転勤などで引っ越しが多くなる月です。月曜日や月初め・月末は、引っ越しの手続きなどで窓口が非常に混み合いますので、早めに手続きをしてください。

年度末・年度初めの土日受け付けおよび平日の窓口受付時間の延長

3月下旬から4月初めの転入・転出に伴う届け出などが大変混雑するため、土・日曜日に窓口業務を行います。また、平日の受付時間を延長しますので、ぜひご利用ください。
▼土日開庁実施日時 3月27日(土)・28日(日)、4月3日(土)・4日(日)の午前8時

30分～午後5時
▼窓口延長実施日時 3月29日(月)～4月2日(金)の午後5時～7時
▼ところ 市役所本庁舎(上白銀町)
▼取扱業務 下表参照

取扱業務	担当課
①住民異動届(転出・転入・転居など)の受け付け ②住民票の写し、戸籍証明書(謄抄本)、身分証明書、各種税証明書の発行 ③印鑑登録、印鑑証明書の発行 ※窓口に来た人のマイナンバーカード、運転免許証や健康保険証など、本人確認書類が必要です。なお、①～③について代理人が申請する場合は委任状も必要です。 ※印鑑登録は、本人が直接申請し、本人確認が得られた場合のみ即日カード交付が可能です。また、印鑑証明書の発行には、印鑑登録証(カード)が必要です。 ④ごみ分別収集日程表・分け方出し方のチラシの配布	市民課 (1階、☎ 35-1113)
国民健康保険の資格取得・喪失に関する手続き	国保年金課 (1階、☎ 40-7045)
①児童手当・児童扶養手当・特別児童扶養手当に関する手続き ②子ども医療費・ひとり親家庭等医療費の給付資格に関する手続き ③保育所・認定こども園等に関する手続き 水道の使用開始・廃止手続きは、上下水道部お客さまセンター(☎ 55-6868)で受け付けます。受け付けは平日です(電話=午前8時30分～午後6時/窓口(岩木庁舎・市役所本庁舎)=午前8時30分～午後5時/市ホームページでは常時受け付けます)。 ※3月20日(土・祝)・27日(土)、4月3日(土)は電話でのみ受け付けます(午前8時30分～午後5時)。	こども家庭課 (1階、①②☎ 40-7039、③☎ 35-1131)

住民異動届

【転出するとき→転出届】

転出する前のおおむね14日以内に届け出を。新しい住所地での転入届に必要な転出証明書の交付またはマイナンバーカードか住基カードへの特例転出処理を受けてください。

【転入したとき→転入届】

転入した日から14日以内に届け出を。前の住所地で交付を受けた転出証明書または

特例に係る処理済みのマイナンバーカードか住基カードを持参してください。

【市内で転居したとき→転居届】

転居した日から(引っ越し後)14日以内に届け出を。

※届け出には窓口に来た人の

マイナンバーカードや運転免許証、健康保険証など、本人確認書類が必要です。

また、代理人(同居の親族を除く)

が届け出をする場合は、委任状も必要です。

【マイナンバーカードの持参】

「マイナンバーカード」には住所が記載されています。転入や転居をする場合は新しい住所を記載しますので、届け出の際は必ず持参してください。

■問い合わせ・届け出先

市民課(市役所1階、☎ 35-1113)/岩木総合支所民生課(☎ 82-1628)/相馬総合支所民生課(☎ 84-2113)/各出張所

小・中学校の転校



市立小・中学校は、住んでいる地域ごとに教育委員会が定めた学区があり、その学区によって指定された学校に通学することになります。市内の

転居でも転校しなければならない場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。
■問い合わせ先 学務健康課(岩木庁舎内、☎ 82-1643)

国民健康保険



【市内で転居したとき】
被保険者証などを持参し、届け出を。

【転出するとき】
被保険者証などを返却してください。また、市外の学校に入学する場合は、在学証明

書または学生証の写しを持参してください。

■問い合わせ・届け出先 国保年金課(市役所1階、☎ 40-7045)/岩木総合支所民生課(☎ 82-1628)/相馬総合支所民生課(☎ 84-2113)

後期高齢者医療制度



【転出するとき】
被保険者証や限度額適用・標準負担額減額認定証、特定疾病療養受療証を持参し、届け出を。

【転入したとき】
県外からの場合は、前の住所地からの負担区分等証明書

を持参し、届け出を。

■問い合わせ・届け出先 国保年金課(市役所1階、☎ 40-7046)/岩木総合支所民生課(☎ 82-1628)/相馬総合支所民生課(☎ 84-2113)

国民年金



【住所を異動するとき】
年金受給中の人には手続きが必要な場合があります。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(市役所1階、☎ 40-7048)/岩木総合支所民生課(☎ 82-1628)/相馬総合支所民生課(☎ 84-2113)

介護保険



要介護・要支援認定を受けている人や認定申請中の人は、新しい住所地であらためて認定申請をしてください。詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ先 介護福祉課(市役所1階、☎ 40-7050)

子育て支援制度



【住所を異動するとき】
児童手当や子ども医療費を受給する場合、ひとり親家庭への支援や保育所等を利用する場合などには手続きが必要です。お問い合わせください。同居者が変わった場合にも手続きが必要となることがあります。

■問い合わせ先 こども家庭課(市役所1階、手当・医療費について…☎ 40-7039、保育所等の利用について…☎ 35-1131)

※岩木総合支所民生課・相馬総合支所民生課・各出張所で手続きできる制度もあります。

障がい

障害者手帳を持っている人や障害福祉制度を利用していいる人は、新しい住所地で住所変更や届出内容の変更が必要な場合があります。



■問い合わせ先 障がい福祉課
(市役所1階、☎ 40-7036)

自動車・バイクの異動



所有者の住所や名義が変わった場合または団体(法人)の代表者に異動があった場合は届け出が必要です。
▽届け出先 ① 125cc以下の原動機付自転車、小型特殊自

動車など…市民税課(市役所2階、☎ 35-1117)/岩木総合支所民生課(☎ 82-1628)/相馬総合支所民生課(☎ 84-2113)/②軽四輪自動車…軽自動車検査協会(青森市浜田字豊田、☎ 050-3816-1831)/③250cc以下の軽二輪、250ccを超える二輪の小型自動車、普通自動車…青森運輸支局(青森市浜田字豊田、☎ 青森017-739-1501)
※②・③は、弘前自動車協会(神田4丁目、☎ 32-7237)でも所変更の届け出ができます。

手続きできます(手数料が必要)。

○普通自動車税(種別割)…運輸支局に住所の変更手続きがすぐにできない場合は、まず中南地域県民局県税部納稅管理課(蔵主町、弘前合同庁舎内、☎ 32-4341)に連絡を。納稅通知書を新しい住所地に送付します。
※県ホームページ(<http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/top.html>)からも住所変更の届け出ができます。

水道



水道の使用を開始または中止・廃止するときは、希望日の原則3営業日前までにご連絡ください。中止・廃止の際は、水道使用量のお知らせや領収書に記載されている「お客様コード」をお知らせください。
▽連絡先 上下水道部お客様センター(☎ 55-6868)

※市ホームページやスマートフォン、携帯電話からも申し込みできます。右記のQRコードを読み込み、画面の指示に従って申し込みをしてください。



ごみ



市では、引っ越しなどで大量に出るごみの収集はしていません。一度に処分するとき

は、次の施設に持ち込むする(有料)か、許可業者に依頼(有料)してください。詳しくは問い合わせを。

【燃やせるごみ】弘前地区環境整備センター(町田字筒井)、休業日=第1・第3日曜日/南部清掃工場(小金崎字川原田)、休業日=第2・第4日曜日

【燃やせないごみ・大型ごみ・容器包装】弘前地区環境整備

センター
※家電リサイクル法対象品目(テレビ、エアコン、洗濯機・衣類乾燥機、冷蔵庫・冷凍庫)やタイヤなどの自動車部品、消火器など、市のごみ収集および施設での受け入れを行っていないごみがあります。

■問い合わせ先 環境課(☎ 35-1130)/弘前地区環境整備センター(☎ 36-3883)/南部清掃工場(☎ 92-2105)

※これらのほか、電気やガス、電話、NHK放送受信料、新聞などの連絡もお忘れなく。郵便局に新しい住所を届けると、1年間は前の住所宛ての郵便を転送してくれます。

環境ニュース

■問い合わせ先
環境課(☎ 32-1969)

リユースとリサイクルで
“いだわしい”をもう一度
(もったいない)



引っ越し
シーズン
到来!

ごみの出し方の
ポイント



まだ使える家具や家電、
衣類はリユースへ

リユースショップ、フリマアブリ、ジモティー、衣類回収ボックス、ひろさきリユース促進掲示板などをご利用ください。

ジモティー



かん、ペットボトル、古紙類などは資源物回収へ

かんやペットボトル、古紙類(新聞、雑誌・雑がみ、ダンボール)などは資源物回収へ。お近くの回収場所は、資源物回収拠点マップで確認を。



携帯電話などは小型家電
回収ボックスへ

携帯電話やゲーム機、ドライヤーなどの小型家電は、小型家電回収ボックスへ。回収ボックスの場所は、資源物回収拠点マップで確認を。



出し忘れない注意!
燃やせないごみ・大型ごみ

燃やせないごみ、大型ごみの収集は月1回なので出し忘れない注意! 収集日程表で確認を。



ごみはごみ処理施設に
直接持ち込みできる

収集日に出せない場合や大量に出る場合は、弘前地区環境整備センター(町田字筒井)か南部清掃工場(小金崎字川原田)に持ち込みできます。詳しくは市ホームページ「市で収集しないごみ」で確認を。

家電リサイクル法の対象品目は収集に出せない

家電リサイクル法対象品目(テレビ、エアコン、洗濯機、冷蔵庫)は市では回収せず、ごみ処理施設にも持ち込みできません。詳しくは市ホームページ「家電リサイクル法対象品目」で確認を。

困ったらごみ分別ガイドブックを開いてみよう!

分別に迷ったらコレ!
弘前市ごみ分別ガイドブック

ごみ収集アプリで
全部解決!

ごみ分類検索や通知機能など便利な機能が満載! QRコードからダウンロードを。

iPhone



Android



資源物回収拠点マップ、収集日程表、ごみ分別ガイドブックは市ホームページでダウンロードできるほか、市役所や各公共施設でも配布しています。

市ホームページ「ごみ・リサイクル」
<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/kurashi/gomi/>
(トップページ▶くらし▶ごみ・リサイクル)

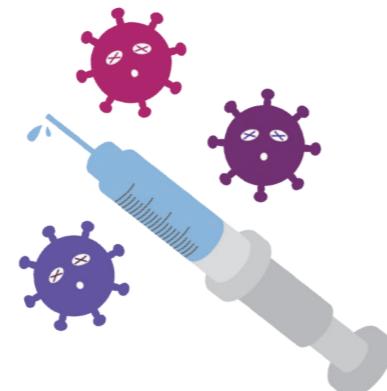
新型コロナウイルス感染症ワクチン接種について

市では、①65歳以上の人、②65歳未満の基礎疾患がある人や高齢者施設等で従事している人、③それ以外の人の順で、ワクチンを接種できるよう準備を進めています（令和3年2月17日現在の予定です）。

後日、接種券を住所地に郵送しますので、届いたら大切に保管してください。接種開始日・接種場所・予約方法など、詳しいことが決まり次第、チラシや広報ひろさき、市ホームページでお知らせします。

■問い合わせ先 新型コロナウイルスワクチン接種対策室（☎ 38-3190）

※電話は3月2日以降開通予定です。



高齢者を守る取り組みです

弘前市ただいまサポート事業に登録しませんか

「弘前市ただいまサポート事業」は、認知症やその疑いのある高齢者が道に迷ったり、自宅がどこかわからなくなったりした際に、無事に帰宅できるようにするための仕組みです。安全・安心に暮らせるよう、ぜひご登録ください。

▼事業内容

①事前登録…高齢者が保護された時、身元確認を迅速に行えるように、高齢者の情報を事前に登録し、市は登録者の情報を弘前警察署に提供します。登録者には登録番号入りの身元確認用キー（ホルダーや反射シールなどの見守りグッズを配布しますので、つえやバッグ、衣類、靴などにつけてください）。



②行方不明発生時の連携…弘前警察署から市役所を通じて、地域包括支援センターや協力機関（介護保険事業所、宅配業者、新聞配達業者、燃料販

売業者、公共交通機関ほか民間事業所など）に発見協力を依頼し、行方不明者の早期発見・保護を図ります。

▼対象者 満65歳以上で認知症やその疑いがあり、行方不明になるおそれのある人（若年性認知症の場合は65歳未満でも対象）

▼事前登録の方法 申請書に必要事項を記入し、本人の写真を添付して提出を。申請書は市ホームページに掲載しているほか、介護福祉課でも配布しています。

▼協力機関の募集 行方不明高齢者の発見活動に協力できる事業所を随時募集しています。協力内容は、通常の業務の範囲内で、行方不明の高齢者を見かけた場合に弘前警察署に連絡してもらうことです。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。

■問い合わせ・申請先 介護福祉課自立・包括支援係（市役所1階、☎ 40-4321）



希望者は
申し込みを

弘前駅前北地区都市再生住宅の入居者を募集

ること（世帯状況により別途控除があります）。

▼月額使用料 1LDK…5万800円～5万8,900円／2LDK…5万9,600円～7万1,300円（所得額により異なります）

▼共益費（月額） 2,000円

▼敷金 使用料の3カ月分

▼設備 オール電化／システムキッチン／各戸専用物置／エレベーター

▼その他 駐車場は民間事業者と別途契約。入居は令和9年9月まで。持ち家がある場合や税金の滞納がある場合は入居できませんのでご注意ください。

なお、申し込み資格や必要書類など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

■問い合わせ先 都市計画課（☎ 34-3233、Eメール toshikeikaku@city.hirosaki.lg.jp）



希望者は
登録申請を

NET119緊急通報システムの運用を開始しました

手帳を持している人

▼登録方法 消防本部通信指令課に備え付ける登録申請書に必要事項を記入の上、消防本部通信指令課または最寄りの消防署に持参か郵送で申請してください。

※NET119の詳細については、弘前地区消防事務組合ホームページ（<http://www.hirosakifd.jp/>）で確認するか、消防本部通信指令課までお問い合わせください。

■問い合わせ・申請先 消防本部通信指令課（〒036-8203、本町2の1、☎ 32-5101、ファックス33-0119）

最終回

たか丸くんと学ぼう♪
おもてなし
Omotenashi English
英会話

国際的なおもてなしを学ぼう！

Lesson 19
May I come in?
入ってもいいですか？

Sure! Please take off your shoes here.
オフ ユア シューズ ヒア
もちろんです。ここで靴を脱いでください。

たか丸くんのひとこと
今回で最終回！今までのフレーズ、使ってもらえたたら嬉しいな♪

われらが街の 誘致企業

株式会社バリューHR

▼本社 東京都渋谷区千駄ヶ谷
 ▼所在地 富田3丁目9の4ほか
 ▼従業員数 193人（3事業所計）
 ▼操業開始 2009（平成21）年7月
 ▼主な業務 健康管理サービスの運営（健康診断の予約手配、健診結果のデータ入力など）
 ▼会社概要（沿革）

当社は2001（平成13）年に東京都渋谷区に創業し、健康管理システム「バリューカフェテリア」や健康新情報を集約したポータルサイトの運営、健康診断業務などを行っています。

顧客サービスの拡張と健康管理サービスの需要拡大に伴い、2009（平成21）年7月に弘前市内に弘前データセンター、2015（平成27）年11月に弘前カスタマーサポートセンター、2019（令和元）年7月に弘前オペレーションセンターを開設しました。

『健康管理のインフラ』を目指し、顧客一人ひとりの健康支援と健康情報の一元管理を強みとするオンラインのビジネスモデルで、全国の企業や健康保険組合向けに健康管理サービスを提供しています。

健康管理サービス

「バリューカフェテリア」できること

健康リスクの改善指導

健診の予約・受診

福利厚生でリフレッシュ



健診結果の管理

個人でも団体でも入会できます。
 詳しいサービス内容はWEBサイト（QRコード）でもご覧になれます。



誘致企業の中には、事業拡大と人材確保の可能性を当市に感じ、第2、第3と事業所を拡大した企業があります。

今回は、近年急成長中の健康管理サービス分野で業界をけん引し、令和元年に3カ所目の事業所を開設した企業を紹介します。

■問い合わせ先 産業育成課（☎ 32-8106）

働く人からひと言！



▲矢代さん
(2018年入社)

私の家は、日ごろから食事のバランスに気を配ったり、休日のウォーキングを楽しんだりしている健康家族。健康管理に関わる仕事に魅力を感じて、当社に入社しました。



▲オフィス外観



▲電話対応するスタッフ

健康寿命を延ばすには、日々の健康管理も重要ですが、定期的な健診受診による疾病の早期発見・治療が大切です。私たちは、健康保険組合や事業所の健診に関わる煩雑な事務を代行し、お客様の健診受診をサポートする仕事をしています。

私の現在の業務は、主に人間ドックや生活習慣病の健康診断に関する電話でのお問い合わせへの対応です。内容はさまざままで、健診の受診日や内容の変更、お客様が所属する団体の補助制度の説明、弊社の提供する健診予約システムの操作方法の案内などがあります。

業務を覚えるのは大変ですが、電話で直接お客様から「ありがとう」と感謝の言葉をいただけるのが嬉しいです。

高校卒業後、社会経験が乏しいまま入社しましたが、電話応対やメールの書き方など、基礎的なことから周りの先輩が優しく教えてくれました。私も今年で入社4年目となるので、新人の社員のお手本となるような電話応対をしていきたいです。

「入社してみたいけど、覚えることが多そうで不安…」という方は、安心してぜひ応募してください！

博物館のお宝 拝見

第12回 猪形土製品 十腰内(2)遺跡出土

今回は世界的に有名なイノシシを紹介します。

1960（昭和35）年に、岩木山東麓の十腰内（2）遺跡の発掘調査で見つかったもので、およそ4000年前の縄文時代後期のものだと分かっています。

猪形土製品は、縄文時代後期～晩期の遺跡で主に北海道から関東地方にかけて出土しています。市立博物館のイノシシは、全長18cm、高さ9.7cm、厚み4.8cmと他に比べて大型で、イノシシの姿を躍動的に捉えた見事な造形物です。

何のために作ったのか4000年前の人に聞いてみたいのですが、狩猟の豊穣を願う儀礼などに使われたと考えられています。多産を表す雌でしょうか。口元に牙のようにも見える線（写真右下）が描かれているので、猛々しい成獣の雄とも考えられます。逆立ったたてがみ（写真左下）に、ピ

ンと立てたしっぽ、怒ったようなつり目。ひづめの切れ込みの入った脚をふんばって、今にも突進しそうな猪突猛進のイノシシです。

縄文時代の精神文化の一端を示す比類ない資料として高く評価され、過去にはアメリカのクリーブランド、イギリスのロンドン、フランスのパリでも展示されました。2011（平成23）年には国の重要文化財に指定され、愛称を「いのっち」と命名されました。



弘前の偉人たち

第12回 幕末から明治にかけての教育者

兼松石居（1810-1877）



石居（せっきょ）は1810（文化7）年、江戸本所にあった津軽上屋敷で、弘前藩の武士・兼松久庸（ひさよし）のもとに生まれました。剣術、槍（やり）、馬術などの武芸に熱心で、負けん気の強い子でした。

学問にも非常に優れていた石居は、昌平坂学問所（今の東京大学）で学び、30歳で藩の侍に学問を教える書院番という役職に就きました。教えられる者の在り方を「教室で学問をするからには、邪心を去り、心を込めて受けなければならない」と考えていた石居は、教室を乱す者や怠ける者に非常に厳しい先生でした。一方、この頃は安政江戸地震や黒船来航など、江戸に激震が走った時代。武芸に優れ、蘭学を学び新しい知識を身につけていた石居は、防備隊の番頭も務めました。

市教育委員会が発刊している「新・弘前人物志」から、弘前が生んだ偉人たちを毎月紹介します。皆さんのが知らない偉人と、出会えるかもしれません。

■問い合わせ先 教育センター（☎ 26-4803）

48歳の時、国もとの津軽で、藩の学問所である稽古館（後の東奥義塾。陸羯南、珍田捨己（※）など著名人を輩出）の先生となり、同年、学習塾「麗沢堂」を開きます。68歳の時、教壇で倒れ亡くなりましたが、石居の下で学んだ者が教えを受け継ぎ、その先の未来を築きました。

※陸羯南は本誌の令和2年9月1日号、珍田捨己は10月1日号の「弘前の偉人たち」で紹介しています。

「弘前人物志」は、弘前が生んだ偉出した人物を中学生の皆さんに知ってもらいたいという目的で、1982（昭和57）年に初めて発刊されました。紹介した人物をもっと詳しく知りたい人は、「新・弘前人物志」をぜひご一読ください。



暮らしの Information

広報ひろさきに掲載した各種催しについて

広報ひろさきに掲載した各種催しや教室などは、新型コロナウィルスの感染予防と拡大防止の観点から、中止や内容が変更となる場合がありますので、ご了承ください。詳しくは市ホームページまたは各問い合わせ先で確認を。

また、催しなどに参加する際は、マスクを着用するなど、感染症対策への協力をお願いします。

イベント

弘前工芸舍企画展 「五十嵐實 津軽土面展」



招福除厄の縁起物として扱われる「面」を津軽の土を用いて作りました。厳しい冬、桜咲き乱れる春、まつりに燃える夏、そして実りの秋、津軽の四季の喜怒哀楽を焼き込めた「土面」をぜひご覧ください。

▼とき 3月3日（水）～15日（月）の午前10時～午後4時
▼ところ 藤田記念庭園（上白銀町）考古館2階ギャラリー

ペース
▼入場料 無料
問産業育成課（☎ 32-8106）

東日本大震災からの復興を考える～チーム北リアスの10年～

弘前大学と弘前市が協働で東日本大震災の被災地支援活動を行って10年間。これまでの活動を振り返るシンポジウムを開催します。

▼とき 3月10日（水）、午後6時～8時30分

▼ところ 市民文化交流館ホール（駅前町、ヒロ口4階）
※Zoomによるオンライン配信も同時に行います（接続のためのZoomミーティングID…677 563 6879／パスワード…32683198）。

▼講師 寺本弘伸さん（日本災害救援ボランティアネットワーク）他
▼参加料 無料

※事前の申し込みは不要。詳しくは弘前大学地域創生本部ボランティアセンターのホームページ（<https://huvc.net>）で確認を。

問弘前大学地域創生本部ボランティアセンター（☎ 39-3268）

令和2年度 津軽塗技術保存会成果発表会



伝承者養成事業の研修生や正会員が制作した、幕末から明治初期の津軽塗の再現作品を展示する成果発表会です。

▼とき 3月12日（金）～14日（日）の午前10時～午後3時

▼ところ 旧紺屋町消防屯所（紺屋町）
※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

▼内容 伝承者養成研修生の作品展示、正会員による再現作品の展示、津軽塗に関する道具や解説パネルなどの展示

▼入場料 無料
※事前の申し込みは不要。

※マスクの着用、手指の消毒など感染症対策にご協力ください。

問鳴海要記念陶房館（☎ 82-2902、火曜日は休み）

鳴海要記念陶房館の催し

【こぎん刺し体験と小物販売】

▼とき 3月14日（日）・28日（日）の午前10時～午後3時（体験受け付けは午後2時30分まで）

▼内容 岩木かぢやらす会によるこぎん刺しの体験指導・販売

▼体験料 250円～（コースターなど）

【岩崎鉄平陶芸展 小さくて宇宙】

▼とき 3月17日（水）～28日（日）の午前9時～午後4時（最終日は午後3時まで）

▼内容 器・人形などの展示・販売

【電動ロクロ体験】

▼とき 3月19日（金）・20日（土・祝）の午前10時～午後3時

▼内容 電動ロクロを使った器作り

▼講師 佐藤学さん（津軽千代造窯）

▼体験料 1,600円（飲み物付き）

※所要時間約45分。予約優先。

当日受け付けも可。

～共通事項～

▼ところ 鳴海要記念陶房館（賀田字大浦）

※マスクの着用をお願いします。混み合った際には入館制限する場合があります。また、コロナウィルス感染状況によっては、中止する場合があります。

問鳴海要記念陶房館（☎ 82-2902、火曜日は休み）

poco a poco アートのたまご

【赤ちゃんも！音楽ファンも！みんなのコンサート】



▼とき 3月14日（日）・18日（木）の午前10時30分～11時（開場は午前10時）

▼ところ 市民文化交流館ホール（駅前町、ヒロ口4階）

▼内容 ショパンやドビュッシーなどの明るく朗らかなピアノ音楽

▼出演 演奏…宮本香織さん（弘前大学非常勤講師）、司会・お話…朝山奈津子さん（同大学講師）

▼定員 45人程度（先着順）

▼参加料 無料

▼申し込み方法 Eメール、電話または専用ホームページ（<https://home.hirosaki-u.ac.jp/artworld/contact/concert2020/>）で申し込みを。

▼その他 演奏中の入退場は自由。ベビーカーのまま入場可。マット席有り。

問アートワールドひろさき（朝山さん、☎ 39-3381、Eartworld

@hirosaki-u.ac.jp）

※令和2年度市民参加型まちづくり1%システム採択事業。

感覚の実験室 「ロマンスラボ展」

味覚を中心とした感覚同士を掛け合わせる新しい体験型アート展を開催しています。

▼とき 2月27日（土）～3月14日（日）の火～金曜日・日曜日=午前11時～午後6時（最終入場は午後5時30分）／土曜日=午前11時～午後9時（最終入場は午後8時30分）
※月曜日は休み。

▼ところ 弘前オランド（百石町）ギャラリースペース

▼内容 誰もが楽しめる作品鑑賞の入り口として味覚に着目し、レシピ次第で多様な表現力があるチョコレートを味わいながら、彫刻や音楽など弘前ゆかりの作家4人によるさまざまなジャンルの作品を体験する展覧会

▼制作者 チョコレート制作…須藤銀雅さん、彫刻制作…塚本悦雄さん、音楽制作…fugさん、漫画制作…もなかさん、詩制作…福田藍至さん

▼入場料 1,000円（体験用チョコレート付き）

※障害者手帳を提示した人は無料。

問HIROSAKI_AIR（樽澤さん、☎ 050-5375-7294、Ehirosakiair@gmail.com）
※令和2年度市民参加型まちづくり1%システム採択事業。

～津軽ライフ～ 津軽の昔コを英語で語ろう

語り部の団体「和の昔コ」による語りと、弘前大学の学生による英語での朗読をコラボレー

トした津軽の昔語りのオンライン発表会です。

▼とき 3月16日（火）、午後2時～3時30分（予定）

▼観覧方法 オンライン（各自Zoomアプリ〈無料〉をダウンロードしてください）

▼参加料 無料

▼申し込み方法 3月14日（日）まで、Eメール（件名を「英語の昔コ」とし、氏名・フリガナ・Eメールアドレス・日中連絡の取れる電話番号・郵便番号・住所・申し込み理由・興味のある分野を記入）で申し込みを。

問弘前大学教養教育開発実践センター（ソロモン・ジョシュアさん、Ejsolomon@hirosaki-u.ac.jp）

緑の相談所 3月の催し

【講習会】

●春の庭木のせん定
6日（土）、午後1時30分～3時30分

●春の庭木の病害虫防除
13日（土）、午後1時30分～3時30分

●シンビジウムの植替え
20日（土・祝）、午後1時30分～3時30分
※定員＝各20人（先着順）／事前の申し込みが必要。

【展示会】

●花の写真展
7日（日）まで

●桜の花展
12日（金）～21日（日）

～共通事項～
△料金 無料

問緑の相談所（弘前公園内、☎ 33-8737、午前9時～午後5時、月曜は休み）



藤田記念庭園 冬季開園のお知らせ

▼開園日 4月上旬まで毎日、午前9時～午後5時
 ▼ところ 洋館（大正浪漫喫茶室、藤田謙一資料室、会議室）、匠館（クラフト展、和カフェ）、高台部のみ
 ▼入園料 無料
 ※会議室は有料です。
 開場 藤田記念庭園（上白銀町、☎ 37-5525）

ヒロロマルシェ～ひろまる～

▼とき 3月7日（日）
 午前10時～午後3時
 ▼ところ ヒロロ（駅前町）3階イベントスペース
 ▼内容 ハンドメイド雑貨やアクセサリーの展示・販売／物作りワークショップ／お菓子の販

売
 ※事前の申し込みは不要。
 ※マスクの着用をお願いします。
 開場 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30分～午後9時）
 ※詳しくはヒロロスクエアホームページ（<http://www.hirorosquare.jp/>）のイベントカレンダーで随時情報公開しています。

大島理紗子 Violin Live Vol. 2

洋楽、邦楽、映画音楽などのポピュラーな楽曲を演奏するヴァイオリン、ピアノ、チェロの編成によるライブです。
 ▼とき 3月14日（日）、午後2時30分開演（開場は午後2時）

▼ところ 弘前文化センター（下白銀町）ホール

▼出演者 ヴァイオリン…大島理紗子さん、ピアノ…野口紗依子さん、チェロ…グレイ理沙さん

▼入場料 高校生以上＝2,800円、小・中学生＝2,000円

※未就学児は無料。

▼チケット取扱所 中三弘前店インフォメーション、さくら野弘前店インフォメーション
 開場 「アートフェスティバル」実行委員会本部（櫻庭さん、☎ 090-2959-4102）

弘前ライブラリーシネマ

▼とき 3月20日（土・祝）、午後1時30分～4時（開場は午後1時）

▼ところ 弘前図書館（下白銀町）2階視聴覚室

▼内容 映画「父と暮らせば」の上映会

▼定員 25人（先着順）

▼申し込み方法 3月5日（金）から弘前図書館カウンターまたは電話で受け付け

開場 弘前図書館（☎ 32-3794）

高岡の森弘前藩歴史館 令和2年度 第8回ロビーコンサート



▼とき 3月21日（日）、①午後1時30分～2時30分／②午後3時30分～4時30分

▼ところ 高岡の森弘前藩歴史館（高岡字獅子沢）

▼内容 チェロとコントラバスによる二重奏（各回同じ内容）

▼出演 チェロ…菊地謙太郎さん、コントラバス…鈴木愛理さん

▼定員 各回25人（先着順）

※事前の申し込みが必要。①、②どちらかのみの申し込みとなります。

▼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。

※マスクの着用にご協力を。

開場 3月1日（月）以降に、高岡の森弘前藩歴史館（☎ 83-3110）へ申し込みを。

こどもの森3月の催し

【春の久渡寺登山】



▼とき 3月21日（日）、午前9時30分～午後2時30分

▼ところ こどもの森ビジャーセンター（坂元字山元、久渡寺境内）

▼対象 登山の経験があり、冬山登山の装備で参加できる人

▼持ち物 昼食、飲み物、タオル、替えの下着・靴下、防寒着、雨具

▼参加料 無料

※事前の申し込みが必要。

【冬季開館日】

毎週土・日曜日、祝日と小・中学校の春休み期間

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

【楽しく話しておもてなしドイツ語1】

ドイツ語で津軽地域の案内ができるよう、外国人の先生と観光客を想定した会話を収録動画を見ながら練習します。

▼とき 3月15日（月）から1ヶ月間

▼対象 ドイツ語が好きな人、国際交流に関心がある人

▼参加料 無料

▼申し込み方法

3月14日（日）まで右記QRコードの申し込みフォームに必要事項を記入し、お申し込みください。



開場 弘前大学学務部教務課教務グループ（☎ 39-3106、✉ jm3106@hirosaki-u.ac.jp）



3月 図書館休館日

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

※変更となる場合があります。

開場 弘前図書館（下白銀町）

☎ 32-3794

開場 岩木図書館（賀田1丁目）

☎ 82-1651

開場 こども絵本の森（ヒロロ（駅前町）3階）☎ 35-0155

相馬ライブラリー（相馬やすらぎ館（五所字野沢）内）☎ 84-2316

冬の岩木山で 雪と友達になろう！

岩木山ウィンターフェスティバル2021

雪国ならではのスポーツであるクロスカントリースキーの記録会のほか、毎年好評のチューブそりなど、冬ならではの遊びを体験できる絶好の機会です。今年は室内で新競技のビームライフル射撃体験を行います。ぜひご来場ください。

▼とき 3月14日（日）、午前10時～午後3時

▼ところ 岩木青少年スポーツセンター（常盤野字湯段范）

▼内容 クロスカントリースキー記録会および講習会、チューブそり、スノートレッキング、スノーストライダーエクスペリエンス、ニュースポーツ体験（ビームライフル射撃体験など）

※スキーの無料貸し出し有り。

▼参加料 無料

アクティビティシニア向け講座

【まちなか体操教室「生きがい型デイサービス体験編】

デイサービス利用者と一緒に、動画を見ながらの体操、有酸素運動、ボルトレーニング、ストレッチなどを行います。



▼とき ①3月16日(火) / ②18日(木)の午前10時~正午

▼内容 一般向け運動施設は敷居が高いと思う人や、運動を手伝うボランティアに興味がある人向けの体験会(①…足腰に自信がない人向け/②…体力に自信がある人向け)

▼持ち物 内履き、タオル、飲み物

▼参加料 無料

▼定員 各回5人

▼申込期限 3月15日(月)

【まちなかシニアサロン「入居者と交流編】



▼とき 3月20日(土・祝)、午後2時30分~3時30分
▼内容 高齢者向け住宅の入居者と一緒に『高齢者向け住宅での暮らし』をテーマに気軽にお話しできる機会です。

▼参加料 500円

▼定員 8人

▼申込期限 3月18日(木)

~共通事項~

▼ところ サンタハウス弘前公園(元大工町)

▼対象 50歳以上の人(50歳未満の人は要相談)

※先着順、事前の申し込みが必要。

▼その他 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のためマスクの着用をお願いするほか、体調に不安のある人は参加をご遠慮

ください。
問 サンタハウス弘前公園(☎ 88-7707)

ベテランズセミナー

▼とき 3月11日(木)、午前10時~11時30分

▼ところ 弘前文化センター(下白銀町)2階大会議室

▼内容 津軽の一代様

▼講師 須藤光昭さん(久渡寺住職)

▼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

▼申し込み方法 3月10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)で申し込みを。

▼その他 新型コロナウイルス感染予防のため、マスクの着用をお願いします。当日は検温および体調確認を行いますのでご了承ください。

問 中央公民館(☎ 33-6561、FAX 33-4490、E chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み)

スポーツ
スポーツレクリエーション
体験祭り!

▼とき 3月21日(日)

午前10時~午後3時

▼ところ ヒロロ(駅前町)3階イベントスペース・4階ホール

▼内容 体験型プログラム(ボッチャ他)、教室型プログラム(ヒップホップダンス・キッズチアダンス・ミニバスケットボール他)予定。

▼対象 3歳以上(大人も参加

できます)

▼参加料 無料(体験型プログラムは当日参加自由。スタンプラリー形式で参加賞があります)

※教室型プログラムは事前の申し込みが必要(先着順)。

▼その他 マスクの着用をお願いします。

※詳細はヒロロスクエアホームページ(<http://www.hiroro-square.jp>)で確認を。

問 ヒロロスクエア賑わい創出委員会(市民文化交流館内、☎ 35-0154、午前8時30分~午後9時)

毎週木曜日、午前10時~11時

▼内容 ストレッチ体操と簡単なエクササイズ、自重で行う筋トレなど

~共通事項~

▼ところ 市民体育館(五十石町)第3・4会議室

▼対象 市民=20人程度

▼参加料 無料

▼申し込み方法 3月25日(木・必着)までに、往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・年齢(生年月日)・電話番号・教室名を記入の上、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。/室内用シユーズ・飲み物・タオルなどを持参の上、運動のできる服装で参加してください。/各自傷害保険に加入を。/詳しい持ち物などは問い合わせ先に確認してください。

問 弘前B&G海洋センター(〒036-8057、八幡町1丁目9の1、☎ 33-4545)

市民体育館のスポーツ教室

【ストレッチ体操教室】

▼とき 4月5日~6月28日の毎週月曜日、午後1時30分~2時30分

▼内容 ストレッチ体操と簡単な筋力トレーニング

【ボディバランス改善教室】

▼とき 4月8日~6月24日の

毎週水曜日は外食気分♪

弘前エール飯マーケット



新型コロナウイルス感染症の影響により、外食を自粛している人のために、テイクアウト商品販売促進事業「弘前エール飯マーケット in 弘前市役所」を開催しています。

市内飲食店のさまざまなテイクアウト商品を事前予約制、数量限定で販売しますので、ぜひお買い求めください。

▼とき 3月31日までの毎週水曜日
午後4時~6時

▼ところ 市民ギャラリー(市役所1階)

▼購入方法 購入する週の月曜日までに、専用の注文フォームによる事前の予約が必要。

▼その他 出展店舗、販売スケジュール、注

文フォームについては、弘前エールプロジェクト実行委員会 Facebook(右記QRコード)をご覧いただき、お問い合わせください。
問 弘前エールプロジェクト実行委員会事務局代行(☎ 33-2468)

特別番組 市内の小学生の卒業メッセージをラジオで紹介!

メモリアルグラデュエーション2021

~小学校卒業生のメッセージ~

弘前市のコミュニティラジオ局「FMアップルウェーブ(78.8MHz)」では、小学校を卒業する6年生児童一人一人が、将来の夢や小学校での思い出などを語る特別番組を放送します。

この番組には、市内の小学校20校が参加し、卒業生や担任の先生、校長先生からの贈る言葉と、各学校の校歌が紹介されます。希望にみち溢れた子どもたちの声、そして懐かしい学び舎を思い出させる校歌を聴いてください。未来に羽ばたく子どもたちから元気もらえる2時間です。お楽しみに!

▼放送日 3月22日~28日の午後7時~9時

問 FMアップルウェーブ(☎ 38-0788)



放送日	放送校
3月22日	青柳小学校、岩木小学校、桔梗野小学校、高杉小学校
23日	大和沢小学校、東小学校、堀越小学校
24日	小友小学校、千年小学校、文京小学校
25日	附属小学校、松原小学校
26日	時敏小学校、相馬小学校、和徳小学校
27日	豊田小学校、船沢小学校
28日	朝陽小学校、新和小学校、福村小学校

※五十音順(放送順ではありません)。

セカンドライフセミナー ～太極拳教室～

高齢者でも無理なくできる柔らかく、ゆったりとした動きを呼吸に合わせて行う運動です。



▼とき 3月20日（土・祝）、①午前9時～10時／②午前10時15分～11時15分／③午前11時30分～午後0時30分
▼ところ 弘前愛成園（豊原1丁目）体育館
▼講師 さくら太極拳クラブ
▼対象 50歳以上の市民（50歳未満でも興味のある人は相談を）
▼定員 各回5人（先着順）
▼参加料 無料
▼持ち物 動きやすい服装、内履き、タオル、飲み物
▼申込期限 3月19日（金）
※市内の新型コロナウイルス感染症の発症状況によっては、中止となることもありますので、ご了承ください。
問 愛成会（繩巻さん、☎ 33-1182）

春休みかけっこ教室

▼とき 3月26日（金）・29日（月）・31日（水）、4月1日（木）・5日（月）の①午後

1時～2時30分／②午後3時～4時30分（どちらとも参加可能な場合は①・②両方記入）

▼ところ 3月26日・29日・31日…河西体育センター、4月1日・5日…市民体育館（五十石町）

▼内容 上手に体を使うための運動や、音楽に合わせたトレーニングなど

▼対象 市内の小学生=20人程度

▼参加料 無料

▼申し込み方法 3月15日

（月・必着）までに、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・教室名を記入の上、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。／室内用シユーズ・飲み物・タオルなどを持参の上、運動のできる服装で参加してください。／各自傷害保険に加入を。／詳しい持ち物などは問い合わせ先に確認してください。

問 河西体育センター（〒036-8316、石渡1丁目19の1、☎ 38-3200）



有料広告

有料広告

金属町体育センターの スポーツ教室

【ソフトバレーボール体験教室】

▼とき 4月6日～6月15日の毎週火曜日（5月4日を除く）、午前10時30分～正午

▼ところ 金属町体育センター体育室

▼内容 ソフトバレーボールの基本や、ゲーム

▼対象 市民=15人

【～認知症を予防しよう！～☆
楽しく健康教室】

▼とき 4月6日～5月25日の毎週火曜日（5月4日を除く）、午後1時30分～2時30分

▼ところ 金属町体育センター集会室

▼内容 軽いリズム体操や脳トレなど

▼対象 市民=12人

～共通事項～

▼参加料 無料

▼申し込み方法 3月15日（月・必着）までに、往復はがきに、住所・氏名（ふりがな）・年齢（生年月日）・電話番号・教室名を記入の上、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。／室内用シユーズ・飲み物・タオルなどを

持参の上、運動のできる服装で参加してください。／各自傷害保険に加入を。／詳しい持ち物などは問い合わせ先に確認してください。

問 金属町体育センター（〒036-8245、金属町1の9、☎ 87-2482）

第2回弘前市民ソフトテニス講習会

▼とき 4月6日～11月30日の毎週火曜日、午前10時～正午

▼ところ 運動公園（豊田2丁目）テニスコート

▼内容 ソフトテニスの基本からゲーム、最新のルール

▼対象 市民=10人（先着順）

▼参加料 月額3,000円

※2人目以降の家族は2,000円／見学・体験は2回まで無料。

▼申込期限 3月25日（木）

問 弘前ソフトテニス協会（丹藤さん、☎ 090-1939-6891、☎ 兼F 87-5266）

筋膜リリース×ストレッチ教室

▼とき 4月7日～6月9日の毎週水曜日、午前10時～11時

▼ところ 克雪トレーニングセンター

▼内容 筋膜リリースやストレ

ッチなど

▼対象 市民=10人

▼参加料 無料

▼申し込み方法 3月15日（月・必着）までに、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・教室名を記入の上、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。／ヨガマット・飲み物・タオルなどを持参の上、運動のできる服装で参加してください。／各自傷害保険に加入を。／詳しい持ち物などは問い合わせ先に確認してください。

問 市民課（☎ 35-1113）

便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

なお、住民票発行や印鑑登録などの業務は通常通り行います。

問 市民課（☎ 35-1113）

図書館臨時休館のお知らせ

蔵書点検のため、下記の期間はそれぞれの図書館を休館します。ご不便をおかけしますがご協力をお願いします。

【こども絵本の森】

▼休館期間 3月9日（火）～11日（木）

※休館中の返却は、こども絵本の森事務室の扉付近、総合学習センター、まちなか情報センター、弘前駅自由通路（JR改札口付近）にある返却ポスト、または弘前図書館、岩木図書館、相馬ライブラリーをご利用ください。

問 こども絵本の森（☎ 35-0155）

【岩木図書館】

▼休館期間 3月15日（月）～22日（月）

※休館中の返却は、岩木図書館入口左側、総合学習センター、まちなか情報センター、弘前駅自由通路（JR改札口付近）にある返却ポスト、または弘前図書館、相馬ライブラリー、こども絵本の森をご利用ください。

問 岩木図書館（☎ 82-1651）



その他

ヒロ口総合行政窓口での戸籍証明書発行休止のお知らせ

戸籍システムの改修作業のため、3月6日（土）は、総合行政窓口（駅前町、ヒロ口3階）

での戸籍証明書（謄抄本）発行の取り扱いが出来ません。ご不



郷土文学館の展示替え休館のお知らせ

展示替えのため下記の期間は休館します。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

▼休館期間 3月22日（月）

～31日（水）

問 郷土文学館（☎ 37-5505）

有料広告

有料広告

夜間・休日納税相談のご利用を

収納課では、平日の日中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 3月22日～26日の午後5時～7時30分

▼休日納税相談 3月21日・28日の午前9時～午後4時

納期限までに納付できない事情がある人は、未納のままにせず、ぜひ相談においてください。

今月の休日納税相談日は第3、4日曜日です。この日は電話での相談や、市税などの納付もできます。

※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。

問 収納課（市役所2階、☎ 40-7032、40-7033）

マイナポイントの対象期間が延長されます！

3月末までにマイナンバーカードを申請した人は、9月末までにマイナポイントを申し込みし、キャッシュレス決済サービスを利用することで、マイナポイントを取得できます。なお、マイナポイントの予約者上限も4,000万人から5,000万人に拡充される予定です。



まずは、3月末までにマイナンバーカードの申請を。

※国の予算等の都合で変更される場合があります。

※既にマイナポイントの手続きを行っている人が、再度マイナポイントをもらえるわけではありません。

りません。1人につき1回限定です。

問マイナンバー総合フリーダイヤル（☎ 0120-95-0178）（音声ダイヤルに従って「5番」を選択してください）、平日午前9時30分～午後8時、土・日曜日、祝日の午前9時30分～午後5時30分）／総務省（<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>）／市民課マイナンバーカード普及促進対策室（☎ 40-0506、平日午前8時30分～午後5時）

自動車税（種別割）についてのお知らせ

【自動車税（種別割）の住所変更届について】

自動車税（種別割）の納税通知書は、原則として自動車検査証（車検証）に記載された住所に送付しています。

転居等で住所が変わった場合は、運輸支局で住所の変更登録手続きをしなければなりませんが、事情によりすぐに住所の変更登録ができない場合は、中南地域県民局県税部へご連絡ください。また、県ホームページ（<https://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/top.html>）からも届け出ることができます。「自動車税種別割住所変更届」をご覧ください。

【自動車税（種別割）の口座振替について（6月納期分）】

自動車税（種別割）の納付は、便利で安全・確実な口座振替をご利用ください。

令和3年度の口座振替の申込期限は4月30日（金）です。申込用紙は、各取扱金融機関・中南地域県民局県税部の窓口に備え付けてありますので、お気軽にお問い合わせください。

なお、車検の継続検査時、運

輸支局では、データ上で自動車税（種別割）の納税確認を行い、自動車税（種別割）納税証明書の提示が不要であるため、口座振替済の通知書（兼納税証明書）は送付しません。

問中南地域県民局県税部納税管理課（☎ 32-4341）

行政書士弘前コスモス会による無料法律相談会

相続・遺言・成年後見などに関する無料相談会です。事前の予約は不要です。

▼とき 3月10日（水）、午後1時30分～3時30分

▼ところ ヒロ口（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）

求人説明会・ミニ面接会

市内企業の人事担当者が、仕事内容などを生の声で伝えます。求職中であれば誰でも無料で参加でき、面接も可能です。



▼とき 3月3日（水）・11日（木）の午後1時30分～4時30分（受け付けは午後1時～）

▼ところ 市民文化交流館ホール（駅前町、ヒロ口4階）

▼定員 20人程度

▼参加企業数 3社以上（予定）

▼その他 当日までの申し込みが必要です。ハローワークに未登録の人も参加できます。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

ン求職者はインターネットによるテレビ電話で面談可能です（開催日の7日前までの申し込みが必要）。

問I・M・S（弘前就労支援センター内、駅前町、ヒロ口3階、☎ 55-5608）

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2日（火）の午後1時30分～3時30分／3月

21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※随時受付（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、F 017-734-8311／労働相談ダイヤル☎ 0120-610-782）

「みちのく・ふるさと貢献基金」助成事業募集

個人、団体、NPO法人、企業等が、地域の発展・地域貢献

に資するために実施する活動に対し、必要な費用を助成します。

▼対象事業 教育・福祉・環境に関する活動

▼助成金額 限度額100万円（必要経費以内）

▼応募期間 4月1日から6月30日まで

▼応募方法 申請書に必要事項を記入して送付

※申請書はみちのく・ふるさと貢献基金事務局ホームページ（<http://www.michinoku-furusato.or.jp>）からダウンロードできます。

問みちのく・ふるさと貢献基金事務局（☎ 017-774-1179）

第36回弘前城ミス桜コンテスト



「第36回弘前城ミス桜コンテスト」を開催します。選ばれた皆さんには、市の四大まつりや、県内外での各種イベントやキャンペーンなどで弘前をPRするために活躍していただきます。

▼とき 4月4日（日）、午後1時30分～

▼ところ 岩木文化センター「あそべーる」（賀田1丁目）ホール

▼選出 ミス桜グランプリ＝1人／ミス桜＝2人

※ミス桜グランプリには総額約60万円相当の賞金・賞品を、ミス桜には総額約20万円相当の賞金・賞品を贈呈。

▼選出方法 一次審査（書類審査）で15人程度を事前に選出し、会場での決勝審査で決定。書類審査の結果は、応募者全員に通知します。

※当日体調が悪い人（発熱などの風邪症状がある）／同居家族や知人に新型コロナウイルスの感染が疑われる人がいる人／当日から2週間以内に新型コロナウイルスの感染が拡大している国や地域を訪問した人は決勝審査に出場できません。

▼応募資格 満18歳以上の独身女性（高校生・他のミス任期中の人は除く）で、市内もしくは県内在住で弘前に愛着のある人

※入賞者は、任期中の1年間は他のコンテストへは応募できません。

▼その他 コンテストは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策を講じた上で実施します。来場者は検温・マスク着用などへの協力をお願いします。観覧者数が多数の場合、入場を制限する場合があります。また、感染拡大状況により、イベントの内容は予告なく中止または変更する場合があります。

問3月19日（金・必着）までに、申込用紙に住所・氏名・生年月日・電話番号・学歴・職業（勤務先）・自己PRなどを記入し、顔写真・全身写真を各1枚貼り、次の①か②に持参または郵送を。申込用紙は①および②に設置するほか、市ホームページよりダウンロードできます。

①東奥日報社弘前支社（〒036-8207、上白銀町3の4、☎ 34-5151）／②観光課（〒036-8551、上白銀町1の1、市役所5階、☎ 40-0236）



健康の掲示板

※新型コロナウイルス感染拡大の状況などによって適宜見直すことがあります。ご理解とご協力のほど、よろしくお願いします。

弘前市保健センター（健康増進課、野田2丁目）☎ 37-3750



母子保健

乳幼児の健康診査および離乳食教室の対象者には、個別に通知しています。詳しくは個別通知をご覧ください。

なお、いずれの健診も受診の際は母子健康手帳を持参してください（★の健診は、健康診査票が必要です）。

名 称	とき・内 容	とこ・予約先	
乳幼児の健康診査	4か月児★ 7か月児★ 1歳6か月児★ 3歳児 1歳児歯科 2歳児歯科★	各指定医療機関での個別健診 保健センターでの健診の日程＝3月17日（水）・18日（木）／受付＝午後0時20分～2時15分 ※保健センターでの健診を受ける前に必ず各指定医療機関での個別健診の受診を。（※1） 3月10日（水）・11日（木）／受付＝正午～午後1時25分（※1） 3月の健診は中止します。 対象＝平成30年9月生まれ／各指定歯科医療機関での個別健診	
離乳食教室	初期（3～6か月児） 中期・後期（7～11か月児）	3月16日（火）、①午後0時30分～1時10分（受付＝正午～午後0時30分）／②午後2時30分～3時10分（受付＝午後2時～2時30分）（※1） 4月9日（金）、①午前10時10分～10時50分（受付＝午前10時～10時10分）／②午前11時20分～正午（受付＝午前11時10分～11時20分）（※1）	弘前市保健センター（☎ 37-3750） 駅前こどもの広場（駅前町、ヒロ口3階、☎ 35-0156）
		（※1）…予約制です（対象者には個別に通知）。詳しくは個別通知をご覧ください。	



検 診

市で実施している健（検）診の詳しい内容は、毎戸配布している「健康と福祉ごよみ」をご覧ください。健（検）診を受診し、精密検査の判定があった場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

健康と福祉ごよみはこちらから



インターネット予約はこちらから



弘前市食生活改善推進委員会

File.111

食改さんおすすめ レシピ

電子レンジで簡単レシピ

キャベツシュウマイ

材料 2人分（6個）

キャベツ	100 g (葉2枚)
豚ひき肉	100 g
玉ねぎ	50 g (1/4個)
しょう油	小さじ1
酒	小さじ1
オイスターソース	小さじ1
ごま油	小さじ1
片栗粉	大さじ1
塩、こしょう	各少々
生姜チューブ	2cm程度
蒸し大豆	6粒

- ①キャベツの葉は洗って、電子レンジ（600W）で2分くらい加熱する。冷ましてから縦3等分に切り、芯の部分は薄くそぐ。キャベツの芯と玉ねぎはみじん切りにする。
- ②ボウルにひき肉を入れ、Aの調味料を加えしっかりとこねる。粘りがでたら、みじん切りのキャベツの芯と玉ねぎを加え、よく混ぜて6等分し丸める。
- ③①のキャベツで②の肉だねを筒状に包み、底の部分はキャベツを肉だねに押し込むようにして形を整えて、蒸し大豆を上に乗せる。
- ④耐熱皿に③を並べ、ふんわりとラップをかけて電子レンジ（600W）で5分加熱する。

※冷蔵庫にある野菜や余ったキャベツを千切りにして耐熱皿に敷き、その上にシューマイをのせて加熱するとさらに野菜たっぷりになります！



おすすめポイント♥

シューマイの皮をキャベツに替えることでヘルシーになり、レンジ加熱で調理できるので手軽です。糖質制限やダイエットを気にしている人に特におすすめです。おいしく食べて健康に！コロナ太りにご用心！



■1人の栄養量

エネルギー／194kcal、たんぱく質／11.5g、脂質／11.5g、カルシウム／36mg、食塩相当量／1.1g

定期予防接種など

【子どもの定期接種】

定期の予防接種は、ワクチンで防げる感染症の発生やまん延を予防するためにとても重要です。新型コロナウイルスに伴う外出自粛等により、必要な予防接種を控えることのないようにしましょう。

来年度就学予定の幼児で、麻しん風しん混合（第2期）を済ませていない幼児は、3月31日を過ぎると接種費用が自己負担となりますので、ご注意ください。

さい。小学校6年生の児童で、まだ2種混合（ジフテリア・破傷風）を受けていない人も忘れずに接種しましょう。

日本脳炎第1期1回目と2回目の標準的な接種時期は、3歳となっています。まだ接種していない幼児は、かかりつけ医に相談して受けましょう。

【高齢者肺炎球菌感染症の定期接種】

肺炎は、季節を問わず誰でもかかる可能性があり、かかると急激に症状が進んでしまうことがあります。

今年度助成を受けることができる対象の人には個別に通知しています。

▼接種期間 3月31日（水）まで

▼自己負担額 5,000円（生活保護受給者は無料）

【風しんの追加的対策（風しん第5期定期接種）】

今年度は、昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性に無料クーポン券を送付しています。クーポン券には有効期限がありますのでご注意ください。

各種相談

名 称	内 容	と き	と こ
こころの健康相談	本人や家族のこころの悩み、新型コロナウイルス感染症などの影響による生活への不安や悩み。	3月9日（火）、午前9時～11時（事前の予約が必要。「こころの病気」の治療をしていない人を優先）	弘前市保健センター（野田2丁目、☎ 37-3750）
のびのび子ども相談	発達相談（ことばについて心配、落ち着きがないなど）。対象は市民で1歳以上の幼児とその家族。母子健康手帳の持参を。	平日の午前9時30分～午後2時、1組あたり1時間程度（相談日の前日までに予約が必要）	弘前市保健センター（野田2丁目、☎ 37-3750）

お 酒 の 適 量 を 守っ て い ま す か

市では「“赤ちゃんから高齢者まで”市民みんなが健康でいきいきとした生活が送れるまち」を目指し、弘前市健康増進計画「健康ひろさき21」を策定しています。計画の目標である「健康寿命の延伸」に向け、市民に期待する健康づくりの取り組みを「健康ひろさき12か条」としてまとめ、その中の一つに「節度ある適度な量の飲酒を心がける」があります。弘前

市では、国保特定健診の結果から多量飲酒している人の割合が男性約2割、女性約1割となっています。適量を超えると、体にさまざまな影響を及ぼし生活習慣病のリスクを高めます。

休肝日をつくり、お酒の適量を知って飲み過ぎないように気をつけましょう。



【お酒の適量】

お酒の種類	ビール	チューハイ	焼酎	日本酒	ウイスキー	ワイン
アルコール度数(目安)	5%	7%	25%	15%	40%	12%
適量 (アルコール20g相当)	500ml (ロング缶1本)	350ml (缶1本)	100ml (焼酎1本)	180ml (1合)	60ml (ダブル1杯)	200ml (グラス2～3杯)

Smile 通信



Happy 1st Birthday ❤



4月1日号の投稿募集

応募締め切り
3月8日(月・必着)

Smile 通信

1歳の記念に
写真を掲載
しませんか?

川柳のお題 「嘘」

▼対象 令和3年4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・丁目まで)
▼応募方法 ①写真1枚(プリントまたはデータ)に、②子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・住所・保護者氏名・電話番号を添えて、郵送、持参またはEメールで応募を。

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、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)
※応募多数の場合は、掲載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)
※Eメールで投稿した人には受信完了メールを送信しています。受信完了メールが届かない場合は掲載できない場合があるので、必ず電話でお問い合わせください。

※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。

梅待たず部屋を彩る桃の花
初成の桃をみんなであじみする
桃節句九十年の無事に感謝する
桃花菜生けて手作り雛飾る
桃栗は三年待つと希望来る
ももくり
ひな祭りかざってうれしい桃の花
今は夢桃の流れて来ない川

工藤 早紀子
吉川 テツ子
木村 ヨシ
よし子
三浦 康貞
スミレ
豊田 昭二

桃缶がご馳走だつた幼き日
桃の花この色は孫のホッペかな
桃食べていんごおいしいと幼孫
桃色の時もあつたよ爺と婆
我が髪と妻の桃尻今いすこ
桃のよなうぶげの子の頬チヨンと押す
雪残る先祖の墓に胡桃餅
仏壇も桃の節句のひなあられ
桃の花何より好きな亡母でした
ひこ孫よ桃の節句で笑顔まし
風やわらぐ三月鉢植えの桃一つ咲き
桃の枝ハウスに入れて出番待つ
初孫に桃の節句で笑顔まし
幸あれと嫁ぐ娘に桃の花
咲くを待つ梅桜さあ林檎
鉢植えの桃のつぼみに春近し
桃の花蕾ふくらみ香り喫ぐ
孫生まれ桃ちゃん可愛い8人目
春告げて咲く桃の花邪氣払う

裕泉 宮本 愛子
細川 安津子
福士 長五郎
藤代 藤子 對馬 義秀
古山 和子 格 和代
格 和代
藤代 藤子 對馬 義秀
三上 桂子 古山 和子
浜ちゃん 関 柳人
安倍 はな 長内 よう子
浜ちゃん 関 柳人
神 夢 宮本 愛子
宮本 愛子
細川 安津子
福士 長五郎
藤代 藤子 對馬 義秀
三上 桂子 古山 和子
城子 鰐簾パバ
村長 テル
鎌田 テル
一戸 一彦
豊田 昭二

今月のお題 「桃」

さくらつと一句・川柳

選・広聴広報課



フォトコレ in ひろさき

親子でひろエネ Lab



1月16日 南富田町体育センター

イズや実験を通して断熱材について学ぶ
イベントに4組の親子が参加。さまざまな材質の
断熱材で作成したミニ省エネハウスに温風をあてて断
熱効果を検証し、工夫の成果を発表していました。

火災防ぎよ訓練



1月24日 旧弘前偕行社（御幸町）

建物内での出火を想定し、消防士が逃げ遅れた
人の有無や消火の手順を確認し、放水訓練を行いました。参加者たちは人命と大切な文化財を守るため、真剣な表情で取り組んでいました。

冬のアートフェスタ



2月6日・7日 運動公園（豊田2丁目）ほか

昨年雨により消失し、幻となったスノーアート
を再現した「冬の球場アート」のほか、大鰐町の「おおわにらんたんアート」が開催され、多数の来場者がアートを鑑賞していました。

各地で行われた
イベントやまちの話題をお届けします★

弓矢体験



1月17日 こどもの森（坂元字山元）

子どもを対象に弓矢の制作体験を開催。木の枝を拾ってのこぎりで切り、糸を張って弓を作りました。ヨシズで作った矢がうまく的に命中すると、子どもたちは歓声を上げて喜んでいました。

大王を作ろう！



1月31日 ヒロロ（駅前町）3階健康ホール

軽で昔から愛されるお菓子「大王」。その制作体験に子どもたちが参加しました。子どもたちは白あんを木型で形作って大王を作った後、イモ当てなど昔ながらの遊びに親しんでいました。

弘前城雪燈籠まつり



2月10日～14日 弘前公園

像や雪燈籠、大雪像（今年は弘前れんが倉庫美術館）が設置されたほか、まつり初の試みとなるスカイランタン体験などの催しが行われ、来場者たちは思い思いに雪とのふれあいを楽しんでいました。

まんか前人

File.35

まんなかづくり実行委員会 代表
わたなべ ゆりか
渡辺 由里香 さん

みんなの表現したい気持ちを「まんなか」に

学生や若手クリエイターが参加する「まんなかづくり実行委員会」が運営する「ギャラリーまんなか」は、弘南鉄道大鰐線中央弘前駅にあるアートスペース。乗客がふらっと立ち寄れる、ちょっと不思議な空間です。

元々写真を撮るのが好きで、大鰐線沿線の魅力を発信するFacebookページ「大鰐線ナビ」に実行委員会の前代表である清藤慎一郎さんとともに1年間写真を投稿し、その写真展を中心弘前駅で開催したことからギャラリーが始まりました。

何もないところから始まった手作りギャラリーなので、立ち上げ時は、メンバー集めや寄付金などの資金集め、壁の板材やペンキなどの資材集め、設営作業など、苦労もありました。学業やアルバイトとの両立は容易ではありませんが、弘南鉄道の寛大な協力で、自分の思いを自由に表現できる場を与えてもらえることを幸運に感じています。

展覧会の企画は、創作活動をしている地元の人からの持ち込み企画の他、雑談やお客様との会話など、いろんな場面で生

れます。昨年開催した、昔の弘前の日常風景を紹介する写真展「写真と言葉の展覧会」は、年配のお客さんに聞いた話から生まれた企画です。



▲写真と言葉の写真展（平成31年度市民参加型まちづくり1%システム採択事業）

ねぷたまつりが中止になった昨年、野村雄大さんを筆頭に9人の若手絵師と協力して、ねぷた絵を車内に飾った「ねぷた列車」を企画しました。反響が大きく、参加した絵師からも「やりがいがあった」とうれしい声をもらいました。



▲ねぷた列車の車内

他にも、毎回来てくれる常連客ができたり、アーティストの

ごみ減量速報

令和2年12月の
ごみ排出量
(燃やせるごみ)
4,257t 185t減!
(昨年同月比)

新生活はリユースのチャンス♪
引っ越しの季節！もう使わないもの、
新しく必要なものを賢くリユースしよう！地球にも財布にも優しいよ♪

■問い合わせ先 環境課廃棄物政策係 (☎ 32-1969)

今号の表紙+1枚

上手にできた！

雪燈籠まつり開会の前日、ひかりこど園の園児と保護者が雪像作りに挑戦しました。お気に入りのキャラクターをリアルに再現しようと、子どもも大人もみんな真剣！雪の中で一生懸命作った記憶は、いつか家族の宝物になるでしょう。



投票総数 1845 票

弘前ポスター展総選挙

結果発表！



グランプリ
名曲＆珈琲 ひまわり

その他の受賞作品などは、市ホームページ(右のQRコード)をご覧ください。



準グランプリ
利研刃物店



準グランプリ
学生ショップ マルヨシ

昨年10月10日～1月11日に開催した「弘前ポスター展総選挙」の結果を発表します。たくさんの投票と温かいコメントをありがとうございました。1月30日に表彰式を開催し、受賞した高校生の皆さんに賞状などが贈られました。

■問い合わせ先 未来の担い手・地域づくり推進委員会事務局（広聴広報課内、☎ 40-0494）

いいかも!!
弘前 インスタグラムで
写真投稿を募集中

1月15日～2月28日に実施したインスタグラムキャンペーンに参加した人の投稿写真をいくつか紹介します。キャンペーンは終了しましたが、引き続き地域に潜在する「いいかも!!」と思う弘前の魅力をインスタグラムで募集しています。

- 弘前の季節ならではのキレイな光景
- 日常のちょっとした場面
- あまり知られていない美しい風景
- 弘前ならではのグルメ写真

などを、ハッシュタグ #ecomeonhirosaki をつけて投稿してください。

投稿された写真は、市公式インスタグラムや広報ひろさきで紹介することができます。

■問い合わせ先 広聴広報課（☎ 40-0494）

市公式インスタグラム
「いいかも!!弘前」
(@e_comeonhirosaki)



@takachanxv7



@yohei.mikami



@yusa3602



@ebisoh_12



@noize_80



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。

