

ベテランズセミナー

▼とき 7月20日(木)、午前10時～11時
▼ところ 弘前文化センター(下白銀町)2階第3会議室
▼テーマと講師 「脳・心・腎を守るためのヒント」…市国保年金課職員・保健師
▼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

※事前の申し込みが必要。

▼申し込み方法 7月16日(日)までに、電話またはファクス、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。
☎中央公民館(☎33-6561、F33-4490、Echuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み)

柴田学園大学 食と栄養の公開講座

食と栄養の疑問に答えます。
▼とき 7月21日(金)、午後1時30分～午後3時30分(受け付けは午後1時～)
▼ところ ヒロロ(駅前町)4階市民文化交流館ホール
▼参加料 無料
▼申し込み方法 7月19日(水)までに、申し込みフォーム(QRコード)から。
☎柴田学園大学(☎33-2289、Euniv_t-shigen@shibata.ac.jp)

今すぐできる予防法を学べる認知症対策講座

物忘れが増えたなど、心当たりがあれば認知症予備軍の可能性あります。すぐできる認知症予防方法を学びませんか。

▼とき 7月25日(火)、午後1時30分～午後2時30分
▼ところ 町田地区ふれあいセンター(町田1丁目)
▼講師 大島陽子さん(第二包括支援センター保健師)
▼定員 20人(先着順)
▼参加料 無料
☎7月23日(日)までに、町田地区ふれあいセンター(☎32-8980)へ。

点字講習会

視覚に障がいがある人に点字で情報提供をするボランティアを養成する講座です。
▼とき 8月1日～令和6年3月26日の毎週火曜日、午前10時～正午
▼ところ 市身体障害者福祉センター(賀田字大浦)
▼対象 点字をこれから始めてみたい人やスキルアップしたい人=5人程度
▼受講料 無料(別途テキスト代1,540円が必要)

☎7月18日(火)までに、市身体障害者福祉センター(☎88-6761、F88-6762)へ。

“津軽の味っこ” 伝承料理講習会



▼とき 8月3日(木)、午前10時～午後1時
▼ところ 清水交流センター(大開2丁目)調理実習室
▼内容 とうもろこしご飯、イカメンチ、なすのずんだ和え、ピーマンの佃煮の調理実習
▼募集人数 20人程度
▼参加料 1,200円(当日徴収)
▼持ち物 エプロン、三角巾、マスク
▼申し込み方法 7月11日(火・必着)までに、往復はがきの「往信用」の裏面に住所・氏名・年代・

電話番号を、「返信用」の表面に住所・氏名を記入し、弘前地区生活改善グループ連絡協議会(清野優美子さん、〒036-8265、下湯口字青柳64の1)へ。
※応募多数の場合は抽選で決定し、7月14日(金)以降に通知。
☎中南地域県民局農業普及振興室(神さん、☎33-4821)

弘前大学公開講座「夏休みの数学2023」

▼とき ①8月5日(土)、②8月6日(日)の午前10時30分～午後2時30分(昼休憩1時間を含む)
▼ところ 弘前大学理工学部(文京町)
▼内容 ①不思議な図形・フラクタル～フラクタルの森のお散歩～、②黄金比in弘前とハノイの塔を漸化式で徹底解明!
▼対象 中学校・高校の数学担当教員、数学に興味がある高校生以上の市民
▼定員 ①25人、②40人
▼受講料 無料

▼申し込み方法 7月3日(月)～7月24日(月・必着)に、申し込みフォーム(QRコード)または郵送、ファクスで申込書(ホームページ<https://www.st.hirosaki-u.ac.jp/~mathsci/mathphys/>に掲載)を提出
☎弘前大学大学院理工学研究科総務グループ総務担当(〒036-8561、文京町3、☎39-3510、F39-3513)
※あおり県民カレッジ単位認定講座。

柴田学園大学短期大学部 公開講座

▼とき 8月5日(土)、午前10時～11時

▼ところ 柴田学園大学短期大学部(上瓦ケ町)
▼講座名 はじめての医療事務～カルテの見方～
▼対象 中学生・高校生=10人
▼受講料 無料
▼申し込み方法 ホームページまたはEメール、ファクス(講座名・氏名<ふりがな>・住所・電話番号・Eメールアドレス・年代・職業<学校名・学年>を記入)で申し込みを。



※応募多数の場合は抽選/受講者にははがきの受講票を送りますので、当日持参を。

▼その他 出前講座も行っていきます。詳しくはホームページ(QRコード)を確認を。



☎柴田学園大学短期大学部(☎32-6151、F32-6153、Ejc_chibunsen@shibata.ac.jp)

オンライン講座「第3回 英語を使ってみよう、弘前大学イングリッシュ・ラウンジで」

小中学校の夏休みに楽しく参加できるオンライン(Zoom)講座です。弘前大学の多国籍の教員の話聞き、簡単な英語を使って自分のことを話します。中学生の部では、グループで外国出身の人にインタビューを行い、得た情報を報告し合います。

▼とき 8月19日(土)、①午前11時～正午、②午後1時～2時30分
▼対象 ①小学校3～6年生=15人程度、②中学生=15人程度
▼参加料 無料
▼申し込み方法 8月16日(水)までに、申し込みフォーム(QRコード)から。
※前日までにZoomのリンクを通知します。

☎弘前大学教養教育開発実践センターイングリッシュ・ラウンジ(多田さん、Eediec@hiro.saki-u.ac.jp)

弘前圏域成年後見制度普及・啓発講座

ひとり暮らしの高齢者などが増加し家族による支援が難しくなる中で、成年後見制度をより身近なものにするため、普及・啓発講座を開催しています。

今回は、財産管理などを代わりに行う人を自ら選び、契約で決めておく「任意後見制度」を学びます。

▼とき 8月26日(土)、午前10時～午後0時30分
▼ところ 藤崎町文化センター(藤崎町西豊田1丁目)
▼テーマと講師 「備えあれば憂いなし～任意後見制度について～」…小山浩幸さん(弘前公証役場公証人)
▼対象 弘前圏域8市町村に住んでいる人
▼参加料 無料

▼申し込み方法 8月16日(水)までに、ファクスまたはEメール(住所・氏名・電話番号を記入)で申し込みを。
☎弘前圏域権利擁護支援センター(☎26-6557、F26-6567、Eh8-kenri@titan.ocn.ne.jp、日・月曜日は休み)

伝統文化親子日本舞踊教室

日本の舞踊を通して、礼儀作法やゆかたの着方を楽しく学びませんか。
▼とき 令和6年1月までの毎月2回(第1・第3の土曜日または日曜日)、午前10時30分～午後0時30分



※発表会を年2回開催。
▼ところ 宮川交流センター(堅田2丁目)
▼対象 4歳～高校生(保護者の参加も可)
▼参加料 無料
詳しくは問い合わせを。
☎西川菊静日本舞踊教室(☎090-6629-4287)

その他

ヒロロ総合行政窓口 戸籍証明書の発行休止

7月15日(土)は、戸籍システムの改修作業のため、ヒロロ総合行政窓口での戸籍証明書(謄抄本など)の発行を休止します。ご不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。
☎市民課(☎35-1113)、ヒロロ総合行政窓口(駅前町、ヒロロ3階、☎31-0260)

7月 図書館休館日

Calendar table for July showing library closure days. The table has columns for days of the week and rows for dates. Closure days are marked with '休' (closed).

- ☎弘前図書館(下白銀町) ☎32-3794
☎岩木図書館(賀田1丁目) ☎82-1651
☎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