

### ふるさと探訪バスツアー

圏域8市町村にあるりんご関連産業・施設を体験・見学するバスツアーです。

▼とき 9月29日(金)、午前9時30分～午後4時(雨天決行)

▼集合・解散場所 弘前駅城東口バスプール

▼行程 木のはこ屋(板柳町)でミニりんご箱のはこ打ち体験・工場見学→SPICY & CREAMY(藤崎町)で昼食→藤崎アップル球場、藤崎町ふじ

原木公園(いずれも藤崎町)で見学散策→りんご公園(弘前市)でりんごもぎ体験→シードル工房 kimori(弘前市)で見学・試飲→りんご公園で見学散策

▼対象 弘前市、黒石市、平川市、藤崎町、板柳町、大鰐町、田舎館村、西目屋村に在住の人=20人

▼参加料 1人2,500円(昼食、体験料金など全て含む)

▼応募方法 8月31日(木・消印有効)までに、はがきまたはEメール(郵便番号・住所・氏名〈ふりがな〉・年齢・電話番号を記入)で申し込みを。

※1通の応募で2人まで申込可(2人目の情報も記入が必要)。

▼その他 応募者多数の場合は抽選を行い(初めて参加する人を優先)、当選者にのみ当日の日程などを9月12日(火)に発送します/このバスツアーは添乗員が同行します。

詳細は津軽広域連合ホームページ(<http://tsugarukoiki.jp>)をご覧ください。

〇日専連旅行センター弘前支店「ふるさと探訪バスツアー」係(〒036-8003、駅前町10の5、日専連ビル7階、☎ 36-4649、E hirosaki-5@nissenren-travel.com)

### 四流合同お茶の会



今年度の第54回弘前市民文化祭「四流合同お茶の会」で、初心者向けに茶道の作法を学びながらの茶席を設けます。

▼とき 10月8日(日)、午後1時から(約45分)

▼ところ 禅林街(西茂森)

▼流派と開催寺院 ①表千家流…蘭庭院、②裏千家流…京徳寺、③江戸千家…万蔵寺、④遠州流茶道弘前支部…長勝寺

▼対象 茶道に関心がある未経験の人=各寺院15人

▼参加方法 9月1日(金)以降に、弘前市民文化祭実行委員会事務局に問い合わせの上、茶券(1,000円)の購入を。

※初心者向けではない通常の茶席の茶券(時間・流派により寺院指定)も同日から販売します/初心者向け・通常ともに当日券はありませんので、前日までに茶券の購入を/自家用車での参加はご遠慮ください。

〇弘前市民文化祭実行委員会事務局(市社会教育協議会内、☎ 26-6168、E h.syakyo@sunny.ocn.ne.jp)

### 教室・講座

#### 瑞楽園で箱庭教室

箱庭の作り方を学べます。

▼とき 8月26日(土)、午前10時30分から

▼ところ 瑞楽園(宮館字宮館沢)

▼定員 10人程度

▼参加料 1,500円

※事前の申し込みが必要。〇瑞楽園(☎ 55-6806) / 三

浦造園(F 95-3705、E pay sage@jomon.ne.jp)

### ボランティア講座 コミュニケーション編

ボランティア活動や日常生活で活用できるコミュニケーション技術を学ぶ講座です。

▼とき ①基礎編…8月31日(木)、②実践編…9月14日(木)の午後6時30分～8時(開場は午後6時)

※①・②いずれか1日のみの参加も可。

▼ところ ヒロロ(駅前町)4階市民文化交流館ホール

▼講師 大庭輝さん(弘前大学大学院保健学研究科准教授)

▼対象 ボランティア活動に興味がある人

▼定員 各回40人(先着順)

▼参加料 無料

※事前の申し込みが必要。

〇ひろさきボランティアセンター(☎ 38-5595、E hvcc@city.hirosaki.lg.jp)

### 市民ボランティアによる パソコン講座

【エクセル2019応用講座】

▼とき 9月5日・12日・19日(いずれも火曜日)の午前10時～午後3時

※3日間で1セットの講座。

▼ところ 総合学習センター(末広4丁目)

▼内容 表計算ソフト(エクセル2019)の活用方法など

※エクセル2019以外のバージョンを使っている人は操作方法が異なりますのでご注意ください。

▼対象 エクセル2019入門講座を受講した市民、または普段からエクセル2019を使用している市民

▼定員 16人(先着順)

▼参加料 無料

▼持ち物 筆記用具、USBなどのメモリ、昼食

〇8月20日(日)以降に、学習情報館(総合学習センター内、☎ 26-4800)へ。

### 中央公民館文化グループ 「手編みの会」会員募集

手編み作品を作ってみませんか。初心者も大歓迎です。事前見学もできますので、お気軽にお問い合わせください。

▼活動日時 水曜日(月3回)の午前9時15分～11時45分

▼ところ 弘前文化センター(下白銀町)

▼講師 加藤桃子さん

▼会費 月額2,000円

〇中央公民館(☎ 33-6561、F 33-4490、E chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp)

### 健康サポート教室～太極拳～

自然呼吸でゆっくり体を動かし、日常生活に必要な筋肉を鍛えて免疫力を高めませんか。

▼とき 9月7日(木)・21日(木)の午前10時15分～11時15分

▼ところ 温水プール石川(小

金崎字村元)研修室

▼講師 鹿内武次さん(弘前市武術太極拳連盟)

▼対象 両日受講できる65歳以上の市民=12人(先着順)

▼参加料 無料

※事前の申し込みが必要。

▼持ち物 内履き、タオル、飲み物、動きやすい服装

〇8月20日(日)以降に、温水プール石川(☎ 49-7081、午前9時～午後5時)へ。

### 柴田学園大学短期大学部 公開講座

▼とき 9月16日(土)、午前10時～午後0時30分

▼ところ 柴田学園大学短期大学部(上瓦ケ町)

▼講座名 缶詰で簡単料理～手軽に魚が食べられるフライパン料理～

▼対象 中学生以上=28人

▼受講料 500円

▼申し込み方法 ホームページ、Eメールまたはファクス(希望講座名・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で決定/受講者にははがきで受講票を

送りますので、当日持参を。

そのほか出前講座も行っています。詳しくはホームページ(QRコード)で確認を。



〇柴田学園大学短期大学部(☎ 32-6151、F 32-6153、E jc\_chibunsen@shibata.ac.jp)

### その他

#### みんなのおうち調査にご協力ください



日本の住戸と居住する世帯に関する実態を明らかにするため、令和5年住宅・土地統計調査を実施します。

9月上旬から調査員が調査対象地域を巡回し、調査対象となった住戸には9月下旬に伺いますので、ご協力をお願いします。

▼調査対象 無作為に選ばれた約4,100住戸

▼回答方法 インターネット回答、郵送、調査員による直接回収

※調査票に記入した内容は適切に保護し、統計作成の目的以外に使用することはありません。

〇広聴広報課(☎ 40-7016)

### ひろさき生活・仕事応援センターの 就労準備セミナー

#### 【救命入門講座】

安心・安全な社会生活を送るため、救急医療に対する理解と認識を深め、スキルアップにつなげませんか。

▼とき 9月6日(水)、午前10時～11時30分

▼ところ ヒロロ3階多世代交流室1

▼講師 東消防署職員

▼参加料 無料

▼申込期限 8月30日(水)



#### 【アルモンデ料理を楽しもう！】

家にあるもので料理をする講座です。仕事と生活のバランスを考えて食事を見直しませんか。

▼とき 9月20日(水)、午前10時～正午

▼ところ ヒロロ3階健康ホール

▼講師 弘前市食生活改善推進員

▼参加料 500円(材料費)

▼持ち物 エプロン、三角巾、マスク

▼申込期限 9月13日(水)

