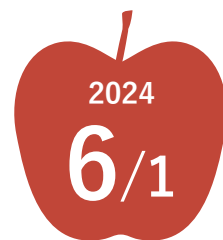


みんなでつくり みんなをつなぐ

広報 ひろさき



No.439

グラフ
特集

弘前さくらまつり 2024

令和5年度 歳入歳出予算の執行状況
「健康都市弘前」推進企業認定制度
ひろさき多子家族応援パスポート

今号の表紙

さくら舞う

4月19日・20日の2日間、満開のさくらの下、弘前公園内で「弘前城御能PR公演」を実施。来園者は足をとめて見入っていました。今年の11月3日（日・祝）には、市民会館で「弘前城御能」の公演を予定しています。



「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）



グラフィック特集

弘前さくらまつり 2024

今年の弘前公園のさくらは、平年より8日早い4月14日にソメイヨシノが開花し、19日に満開を迎えました。その後は、ソメイヨシノからバトンを受け、厳選7品種の八重桜である「弘前七桜」が次々と満開となり、ゴールデンウィーク終了まで来場者の目を楽しませ、園内を彩りました。

■問い合わせ先 広報広報課 ☎ 35-1194

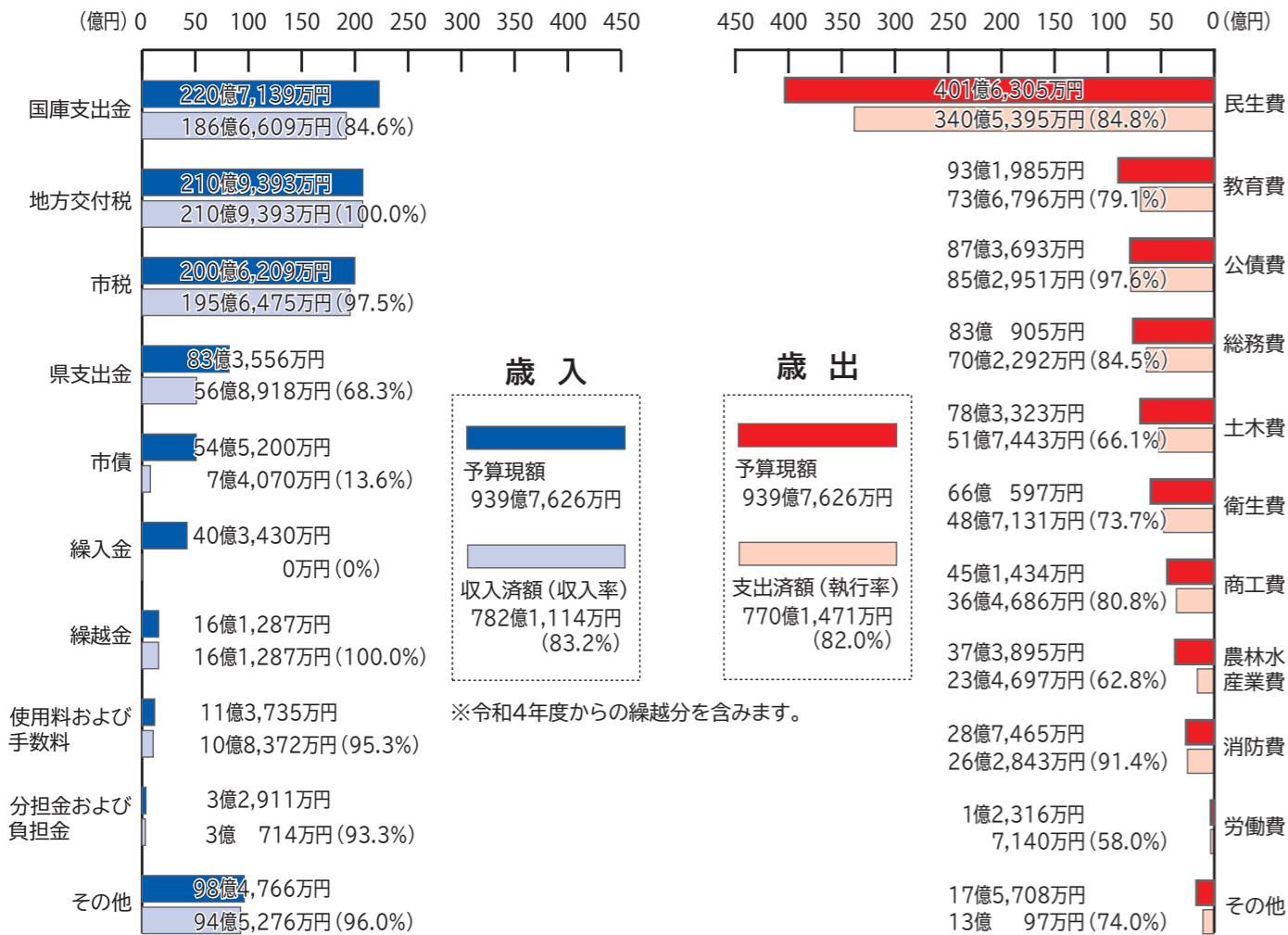


令和5年度 歳入歳出予算の執行状況

市の財政状況を、毎年6月と12月の2回、本誌で紹介しています。1回目となる今号では、令和5年度の予算執行状況（令和6年3月31日現在）を中心にお知らせします。

■問い合わせ先 財政課（☎35-1110）

一般会計



特別会計

会計区分	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険	198億1,676万円	174億1,756万円	87.9%	179億6,899万円	90.7%
後期高齢者医療	23億1,398万円	22億3,803万円	96.7%	23億482万円	99.6%
介護保険	222億9,500万円	176億286万円	79.0%	188億2,718万円	84.4%

市有財産

市有財産とは、市所有の建物や土地のほか、特定の目的のために積み立てる基金などの財産のことです。※令和6年3月31日現在/水道・下水道を除く。

土地	1,481万8,854㎡
うち山林	762万5,000㎡
建物	69万3,265㎡
立木	9万9,066㎡
有価証券	2億4,462万円
出資による権利	7億5,497万円
債権	5,504万円
基金	
現金	158億5,152万円
国債など	11億8,938万円
土地など	5万9,397㎡
自動車	263台

一時借入金残高の状況

1億3,951万円

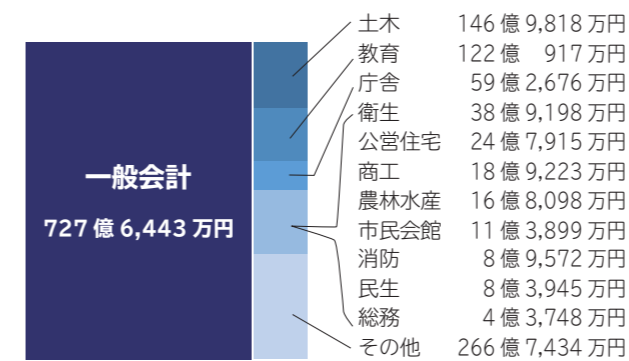
※令和6年3月31日現在。

一時借入金とは、国の補助金が収納される前などに、一時的に支払資金が不足する場合、金融機関などから借り入れる資金のことです。

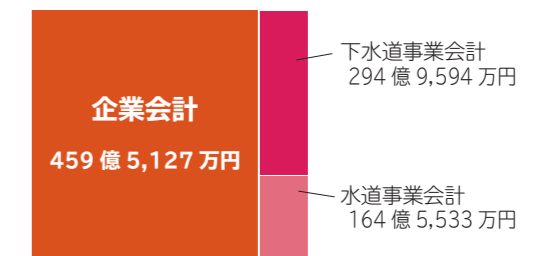
市債の状況

市債残高合計

1,187億1,570万円



市債とは、市が多額の経費を要する事業を行う場合に、国などから借入れをするもので、その借入金を財源として事業を進めています。この借入金は、長期にわたり計画的に返済を行うことから、世代間の公平化が図られます。



企業会計

水道事業

■問い合わせ先 上下水道部総務課（☎55-9660）

収益的収支

収入			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
水道事業収益	43億393万円	39億3,831万円	91.5%

支出			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
水道事業費用	36億8,468万円	36億403万円	97.8%

資本的収支

収入			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
資本的収入	27億8,149万円	23億7,480万円	85.4%

支出			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
資本的支出	46億8,326万円	46億4,665万円	99.2%

下水道事業

■問い合わせ先 上下水道部総務課（☎55-9660）

収益的収支

収入			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
下水道事業収益	55億2,079万円	47億8,994万円	86.8%

支出			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
下水道事業費用	53億7,415万円	51億99万円	94.9%

資本的収支

収入			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
資本的収入	24億8,809万円	20億2,057万円	81.2%

支出			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
資本的支出	47億2,171万円	44億2,271万円	93.7%

希望する企業や
法人は申請を

「健康都市弘前」推進企業認定制度

市では、弘前市移住応援企業や弘前市子育て応援企業、ひろさき健やか企業、弘前市女性活躍推進企業の各認定制度を一本化し、「健康都市弘前」推進企業認定制度」を創設しました。

▼認定の種類

◎「健康都市弘前」推進企業認定（基本認定）

次の①～⑤の項目すべてを審査します。

①特別休暇、②生活・余暇支援、③多様な人材の活用、④健康、⑤両立支援

◎「健康都市弘前」推進企業認定（部門別認定）

基本認定を受けた企業または受けようとしている企業は、次の①～④の部門の申請をすることができます。各部門ごとの認定により、積極的に取り組んでいる分野が明確になります。

①健康増進部門、②子育て支援部門、③女性活躍推進部門、④移住応援部門

▼認定企業の要件

常時労働者を雇用して事業活動を行う市内に本社または事業所を有する企業や法人（ほかにも要件あり）

▼認定期間

認定日から2年間
▼認定によるメリット 企業PRやイメージアップ（市がさまざまな方法で認定企業名や取り組みの周知を実施）／融資制度の金利の引き下げ／広報ひろさき等への有料広告掲載料の割引

▼申請方法 随時受け付けとし、認定時期は年4回を予定。1回目の認定を希望する場合は、6月14日（金・必着）までに申請書類等を持参または郵送で提出してください。

詳しくは、市ホームページで確認してください。

■問い合わせ・申請先 商工労政課（市役所5階、〒036-8551、上白銀町1の1、☎35-1135）



あなたの力を
市政のために

消費生活相談員の募集

消費生活に関する一般相談や苦情相談の受け付け、処理業務に従事する相談員を募集します。

▼採用人数

1人

▼雇用期間 8月1日～令和7年3月31日

※更新の可能性あり。

▼勤務時間 午前8時30分～午後5時のうち実働6時間（週30時間のシフト制）

▼休日 週休2日（月曜日とシフトによりその他1日）および年末年始

▼勤務場所 市民生活センター

▼報酬 月額12万5,496円

▼応募条件 パソコンの一般操作ができること
※消費生活相談員などの資格や知識または経験が

なくても応募は可能ですが、資格や知識を取得しようとする姿勢が求められます。

▼選考方法

書類選考および個人面接
▼応募方法 市民生活センターへ事前連絡の上、市販の履歴書に必要事項を記入・写真を貼り付けし、6月14日（金）の午後5時（必着）までに持参または郵送で提出を。

詳細は、市ホームページで確認を。ハローワークを通じての募集も行っています。

■問い合わせ先 雇用条件…人事課（☎35-1119）／業務内容や応募方法…市民生活センター（ヒロロ3階、〒036-8003、駅前町9の20、☎33-5830、月曜日は休み）

津軽広域水道企業団津軽事業部 職員採用資格試験

▼職種 大学卒業程度（行政、土木）、社会人（電気、機械）

▼第1次試験日 6月30日（日）

▼試験会場 弘前市役所（上白銀町）

▼採用予定人数 若干名

▼応募方法 6月13日（木・必着）までに、受験申込書に必要書類を添えて持参または郵送で提出を。

詳細は、津軽広域水道企業団ホームページで確認するか、問い合わせを。

■問い合わせ・提出先 津軽広域水道企業団津軽事業部総務課総務係（〒036-0342、黒石市大字石名坂字姥懐2、☎52-6033）



あなたの声を
市政に反映

弘前市景観審議会の委員募集

弘前市景観審議会は、弘前市景観条例に基づいて設置され、景観づくりに関する重要な事項について審議する機関です。市民の皆さんの意見を審議事項に反映させるため、委員を募集します。

▼応募資格 18歳以上の市民（市議会議員、市職員〈退職者を含む〉、市の他の附属機関の委員を除く）

▼募集人員 2人

▼任期 委嘱した日から2年間

▼会議の開催 年1～2回程度、平日の日中に開催予定

▼報酬など 会議1回の出席につき、市の規定に基づく報酬および交通費を支給

▼応募方法 6月7日（金・必着）までに、次の①・②の事項を明記した応募用紙を持参か郵送、ファクスまたはEメール（添付ファイルは2MB程度まで）で提出を。



①氏名（ふりがな）・生年月日・性別・住所・電話番号・職業・応募理由（志望動機や抱負、自己PRなど）

②「弘前らしい良好な景観の形成について」をテーマとした小論文（800字以内）

※応募用紙の様式は自由ですが、参考様式を市ホームページに掲載しているほか、都市計画課、岩木・相馬各総合支所、各出張所で配布しています／応募用紙は返却しません。

▼選考方法 選考委員会で選考の上、結果を応募者全員に通知します。

※委員に選任された人は委員名簿に登録し、市ホームページなどで公表します。

■問い合わせ・提出先 都市計画課（市役所3階、〒036-8551、上白銀町1の1、☎34-3219、ファクス35-3765、Eメールtoshikeikaku@city.hirosaki.lg.jp）

自動車税（種別割）の納付は お早めに！



県では、6月上旬に自動車税（種別割）の納税通知書を送付しています。今年度の納期限は7月1日（月）です。忘れることがないように、早めに納めてください。

▼納める人 県内に主たる定置場がある自動車の4月1日時点における自動車登録上の所有者
※割賦販売などで自動車販売店が所有権を留保している場合は、自動車の使用者。

▼主な納付場所 全国の主なコンビニエンスストア・MMK設置店、銀行・信用金庫、郵便局、県内の信用組合・農協などの本支店

※クレジットカードや電子マネー等での納付も可能。
▼注意事項 納期限を超過すると、コンビニエンスストアで取り扱いできない場合があります／口座振替の人は、納期限の日が振替日です／クレジットカードや電子マネー、インターネットバンキングでの納付方法は、納税通知書に同封のチラシや県ホームページで確認を／クレジットカード納付の場合は、収納金額に応じた手数料がかかります。

■問い合わせ先 中南地域県民局県税部納税管理課（☎32-4341）

最優秀賞を受賞 JR東日本地域共創アワード



JR東日本グループと連携し、持続可能な地域づくりに取り組む個人や団体を表彰する「第1回JR東日本地域共創アワード」で、JR東日本秋田支社弘前統括センターと連携して行った「持続可能なりんご産業発展に向けた取組」が最優秀賞を受賞しました。

弘前駅津軽ラウンジを活用したりんごに関連したPR展示や1日農業バイトアプリdaywork（デイワーク）を活用したりんご農作業の副業、企業援農が高く評価されました。この受賞を励みに、りんご産業の発展に向けて、さらなる連携による持続可能な取り組みを推進していきます。

■問い合わせ先 りんご課企画推進係（☎40-0482）

調査にご協力ください

第3期弘前市子ども・子育て支援事業計画策定に係るニーズ（利用希望）調査の実施



市では、幼稚園や保育所、認定こども園、子育て支援などに対する需要量を算出し、必要な供給体制の確保方策を定める「子ども・子育て支援事業計画」を策定しています。第3期（令和7年度～11年度）の計画策定の基礎資料として、ニーズ調査を行いますので、依頼状が届いた人はイン

ターネットからのご回答をお願いします。
▼依頼状の発送時期 6月（予定）
▼対象 ①就学前児の保護者＝4,000人（無作為抽出により自宅へ郵送）／②小学生の保護者（小学校経由で配布）
■問い合わせ先 こども家庭課（☎35-1131）

多子家族の子育てを応援します

ひろさき多子家族応援パスポート



市の公共施設の使用料などが無料になる、ひろさき多子家族応援パスポートを発行しています。
▼対象 平成18年4月2日以降に生まれた子どもが3人以上いる親子
▼申請に必要なもの 対象となる親子全員分の健康保険証など扶養関係を証明する書類

※令和5年度のパスポートを持っている世帯で今年度も要件に当てはまる場合には、4月上旬に令和6年度のパスポートを郵送しています／申請方法など詳細は、市ホームページで確認を。
■問い合わせ・申請先 こども家庭課家庭給付係（市役所1階、☎40-7039）

「町会」の知られざる魅力を発信！



■問い合わせ先 市民協働課地域コミュニティ振興室（☎40-0384）

今回は、桔梗野町会長の三上さんへ、地域の子どもの健全育成を図るために実施した子ども会活動について、お話を伺いました。



三上町会長

子ども会活動にける思い

子どもたちに、自分が住んでいる地域や町会を知ることで愛着を持ってほしいと思い、町会活性化支援補助金を活用して、「公園ゴミ拾い&町探検ツアー」を河川清掃の日に合わせて開催しました。河川清掃の見学や公園のゴミ拾い、草取りを行うことで環境美化やボランティア意識を高めてくれたら、という思いもありました。

活動の成果と今後の展望

町探検ツアーは、普段通らない道や車で通行

できない道をルートに含めたため、参加した親子からは大変好評でした。また、今まで若い人の参加がほとんど無かった河川清掃は、町探検中の子どもたちや親御さんに掃除をしている様子を見てもらったことで、今後の参加への啓発になったと感じています。

当日は、地藏堂の宵宮と重なり、老人クラブの皆さんが豚汁の振る舞いや地藏堂の案内、数珠回しの実演サポートなどイベントを盛り上げてくれたため、多世代交流も図ることができました。

今後も子どもたちに町会で楽しい思い出を作ってもらえるよう、子ども向けの活動を続けていきます。私自身もそうでしたが、幼い頃の町会での楽しかった体験や記憶が、将来大人になってから地域での活動や貢献につながると信じています！

市では、町会の課題解決や活性化に向けた自主的な取り組みを支援する「町会活性化支援補助金」を交付しています。活用してみたいと考えている町会は、気軽にご相談ください。



親子で参加する子ども会活動は、地域への愛着や町会活動への理解を深めるために大切なんだね！

シリーズキャラクター・ヒロくん

支え合いの体制を強化します

地域型ヘルパーサービス事業実施団体を募集

市では、地域の高齢者のニーズに合わせた地域住民の取り組みやボランティアなどによる支え合いのサービスを提供する、地域型ヘルパーサービス事業の実施団体を募集しています。

▼応募要件 サービスに従事する人が5人以上いる、次の①～③のいずれかに該当する団体
 ①自治会や老人クラブ、その他の地域の組織団体
 ②弘前市高齢者ふれあい居場所づくり事業の実施団体
 ③市内に活動拠点がある特定非営利活動法人および市民公益活動団体
▼応募方法 次の①～④の書類を窓口を持参して提出してください。

- ①弘前市地域型ヘルパーサービス事業実施申込書
 - ②サービス従事者名簿
 - ③活動内容がわかる書類（チラシ等）
 - ④団体の会則等（任意様式）
- ※募集要項や申請様式は、市ホームページからダウンロードできるほか、介護福祉課で配布しています。
▼その他 事業実施のために活用できる地域型ヘルパーサービス事業補助金も利用できます。事業開始や補助金活用等に関する相談など、気軽にお問い合わせください。
■問い合わせ・提出先 介護福祉課（市役所1階、☎40-4321）

事前の申し込みが必要です

身体障がい者巡回診査および更生相談事業



診査と更生相談を無料で行います。
▼とき 7月2日（火）、午前10時～午後0時30分（受け付けは午前9時30分～10時30分）
▼ところ 総合学習センター（末広4丁目）
▼実施科目 整形外科（肢体不自由）
▼対象 身体障害者手帳の交付または再認定を受けようとする人／障がいの程度に変更があると思われる人／補装具の処方が必要とする人／そのほか相談を希望する人
▼持ち物 身体障害者手帳（所持者のみ）、マイナンバーがわかるもの
 ※手帳の交付（再交付）を申請する人は顔写真（縦

4cm×横3cm）1枚が必要／当日はマスクを着用してください。
▼申し込み方法 6月11日（火）までに電話で申し込みを（一部対象者には事前に通知します）。
▼その他 診査当日、発熱や風邪症状がでた場合は受診をご遠慮ください／当日の診査のみでは判定できない場合もあります／手帳の再認定が必要な人は、指定医師のいる医療機関で診査することもできます（有料）。
■問い合わせ・申込先 障がい福祉課障がい者医療・給付係（☎40-7036）

第2期弘前市自殺対策計画を策定

市民がかけがえのない「いのち」の大切さを考え、人と地域の絆を強めていくよう、関係機関や団体と連携・協力し、「第2期弘前市自殺対策計画」を策定しました。保健や医療、福祉、その他の関係施策と有機的な連携を図りながら、計画達成に向け、さまざまな施策に取り組んでいきます。

■問い合わせ先 健康増進課（☎37-3750）



誰も自殺に追い込まれることのない弘前市の実現を目指して

こころの健康相談

人と会うのがおっくう、眠れない、生きづらさを感じる、閉じこもりがち、家族を亡くしたなど、こころの悩みを聞いてほしいとき、あなたのこころの声を保健師が聞きます。



出前講座「こころの健康講座」

ストレスとの付き合い方やゲートキーパー等に関して、みんなで学びませんか。



地震に備えて
対策しましょう

木造住宅・ブロック塀等の耐震化を支援

木造住宅の耐震診断員を派遣

木造住宅の耐震化を促進するため、市が派遣する診断員が耐震診断を行います。

▼対象住宅 市内にある、次の要件①～③の全てに該当する木造住宅

①昭和56年5月31日以前に建築されたもので、原則、昭和56年6月1日以降に増改築されていないもの

②一戸建ての専用住宅または併用住宅で、地上階数が2以下のもの

③在来軸組構法または伝統的構法によって建築されたもの

▼対象者 対象住宅を所有する人またはその親族（法人を除く）

▼診断費用（申込者負担） 1万1,000円（延べ面積が200㎡以下の場合）

▼募集戸数 3戸程度（先着順）

▼申請方法 6月3日（月）～11月29日（金）に事前相談の上、必要書類を提出してください。

木造住宅耐震改修補助金

木造住宅の耐震化を促進するため、耐震改修工事または建て替え工事、除却工事に要する経費の一部を補助します。

▼対象住宅 市内にあり、上記（木造住宅の耐震診断員を派遣）の対象要件①～③と、次の要件④の全てに該当する木造住宅や空き家

④耐震診断または簡易耐震診断により、倒壊する可能性があるとして判定されたもの

※今年度から、建て替え工事と除却工事の場合に限り、住宅の耐震性を簡易耐震診断で確認してもよいことになりました。

▼対象者 次の①・②のいずれにも該当する人

①対象住宅を所有する人またはその親族で、当該住宅に居住する予定の人など（法人を除く／除却する場合を除く）／②令和5年度から交付申請時まで個人住民税等の滞納がない人

▼対象工事 市内に本店を有する施工業者等が行う次のA～Cのいずれかの工事

A. 耐震改修工事

B. 対象住宅を除却し、同一敷地内で行う建て替



え工事

C. 対象住宅を除却する工事

▼補助金額 補助対象経費の23.0%以内（上限額は、A・B = 100万4,000円、C = 20万円）

▼募集戸数 1戸～5戸程度

▼申請方法 6月3日（月）～28日（金）に事前相談の上、必要書類を提出してください。

※応募多数の場合は抽選で決定（抽選日は7月12日〈金〉を予定）／予算に達しなかった場合は、追加で申請の受け付けを行います（先着順で決定）。

ブロック塀等耐震改修補助金

ブロック塀等の耐震化を促進するため、耐震改修工事または除却工事に要する経費の一部を補助します。

▼対象となる塀 通学路などの避難路沿道にあり、耐震診断の結果、不適合の項目があった塀等

▼対象者 対象となる塀の所有者またはその親族で、令和5年度から交付申請時まで個人住民税等の滞納がない人（法人を除く）

▼対象工事 市内に本店を有する施工業者等が行う次のA・Bのいずれかの工事

A. 耐震改修工事

B. 対象となる塀を除却する工事

▼補助金額 補助対象経費の3分の2以内（上限額は24万円）

▼募集件数 7件程度（先着順）

▼事前協議書の受け付けおよび補助金申請期間

6月3日（月）～11月29日（金）

▼申請方法 まずは事前協議書を提出してください。市職員が事前協議書を基に、現地調査を実施します。その結果、補助対象と決定した場合のみ補助金の申請ができますので、必要書類を提出してください。

補助金の交付決定前に、契約・着手した工事は対象外／各申請書は市ホームページに掲載しているほか、建築指導課（市役所3階）で配布しています／記載内容のほかにも条件がありますので、希望者は事前にお問い合わせください。

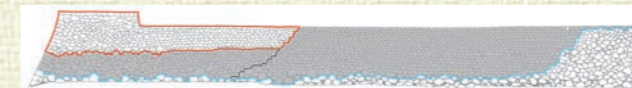
■問い合わせ・申請先 建築指導課指導・審査係（☎40-7053）

弘前城石垣修理

第24回 ～石垣積直し工事は終盤に～

令和3年6月23日より開始した弘前城跡本丸東面の石垣積直し工事は、4年目を迎えます。

今年は5月13日から工事を再開して、残り549個の石を積み直す作業に取りかかっており（※1・※2）、今年度中には解体した2,185石すべての積み直しが完了する予定で、石工（いしく）職人による石垣積み直し作業を見ることができるよう、残りわずかとなります。



▲（※1）令和6年度の工事範囲（赤線で囲まれた部分）



▲（※2）本丸東面石垣工事現場（令和6年4月23日時点）

仕上りの勾配（こうばい）を示す丁張（ちょうはり）に合わせて一石ずつ積んでいく様子（※3）や、割れた石の補修（※4）、交換する石の加工（※5）など、石工職人が作業を行っている天守台周辺エリアは下乗橋や二の丸展望デッキからよく見通すことができますので、この貴重な機会を逃さないよう、一度は間近で見学・体感していただきたいと思えます。



▲（※3）丁張（ちょうはり）と石積み作業



▲（※4）割れた石の補修 ▲（※5）交換する石の加工

9月頃からは、天守基礎耐震補強として設置する、長さ35メートルの杭4本のうち、西側に当たる2本の設置箇所について、石垣積直し工事と並行しながら直径2.5メートル・深さ約4メートルの範囲を掘削し、地下遺構などの発掘調査を行います。

この調査結果次第で、天守基礎の耐震化工事に着手する時期が定まることになります。

そのほか、今年度は天守を石垣上に曳（ひ）き戻す方法について、具体的かつ詳細な設計に取りかかります。天守基礎の耐震化を含め、今後の工事の進捗状況については、次回（連載第25回）にお知らせする予定です。

市ホームページには、弘前城本丸石垣修理事業の詳細や弘前城跡の文化財修理・史跡整備情報『弘前城かわら版』を掲載しています。ぜひご覧ください。

■問い合わせ先 公園緑地課弘前城整備活用推進室（弘前市緑の相談所内、☎33-8739）



▲弘前城本丸石垣修理事業



▲弘前城かわら版

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、中止や内容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。

お詫びと訂正

広報ひろさき5月1日号の14ページ「弘前リードマン派遣事業」の☎40-2250、ファクス35-7956とあるのは、☎40-7108、ファクス40-2250の誤りでした。お詫びして訂正します。
☎市民協働課 (☎40-7108)

🎵 イベント

りんごの花の ハーバリウム・写真展

観賞用のりんごの花や青森県で明治時代に主力品種として栽培されていた国光や紅玉などの「明治7大品種」のりんごの花を使用したハーバリウムと写真を展示します。

▼とき 6月1日(土)～16日(日)
▼ところ りんごの家(清水富田字寺沢、りんご公園内) 渡り廊下
☎りんご公園 (☎36-7439)

こどもの森 6月の催し

【カエル展】

▼とき 6月2日(日)～16日(日)の午前8時30分～午後4時30分

▼観覧料 無料

【月例登山『イヌワシの道登山』】

▼とき 6月16日(日)、午前9時30分～午後2時30分

▼参加料 無料

▼持ち物 飲み物、昼食、タオル、替えの下着・靴下

※雨天決行/事前の申し込みが必要。

☎こどもの森ビジターセンター(坂元字山元、久渡寺境内、☎88-3923) / 弘前市みどりの協会 (☎33-8733)

瑞楽園の催し

【つがるの昔っこ】

名勝瑞楽園の庭園を眺めながら、昔話に耳を傾けませんか。

▼とき 6月8日(土)、午前11時～正午

▼出演 和の昔っこ

【剪定教室】

職人と一緒に樹木の剪(せん)定方法を学びませんか。

▼とき 6月22日(土)、午前10時～11時30分

▼講師 三浦利吏さん(三浦造園、ものづくりマイスター) ほか

▼定員 10人程度

▼持ち物 帽子、軍手、飲み物、剪定ばさみ(持参できる人)

※事前の申し込みが必要。

～共通事項～

▼参加料 無料

☎瑞楽園(宮館字宮館沢、☎96-2744)

鳴海要記念陶房館の催し

【前掛けバッグとこぎん小物展】

▼とき 6月10日(月)～23日(日)の午前9時～午後4時
※11日(火)と18日(火)は休館/最終日は午後3時まで。

▼出展 船木利雄さん

【イラストワークショップ】

6月のテーマは「かえる」です。

▼とき 6月8日(土)・22日(土)の午後1時～3時

▼講師 ささやすゆきさん(絵本作家)

▼参加料 1,800円(飲み物付き)

▼持ち物 使いたい画材

※事前の申し込みが必要。

【こぎん刺し体験と小物販売】

▼とき 6月9日(日)・23日(日)の午前10時～午後3時

▼講師 岩木かぢやらず会

▼体験料 250円～(コースターほか)

☎鳴海要記念陶房館(賀田字大浦、☎82-2902、火曜日は休み)

弥生いこいの広場イベント

【動物さんのもぐもぐ観察】

どの動物さんにごはんをあげるか当日までのお楽しみ!

▼とき 6月9日(日)、午前11時30分から

▼参加料 無料

※動物広場入場料が必要。

☎弥生いこいの広場(百沢字東岩木山、☎96-2117)

郷土文学館からのお知らせ

【第3回文学忌「太宰治(桜桃忌)」】

常設作家の太宰治に関する特別展示を行います。忌日の6月19日(水)は観覧料無料で、午前10時から2階ラウンジにて後藤隆さん(弘前文学会)による講話と林本恵美子さん(朗読家)による朗読会を開催します。

▼とき 6月15日(土)～21日(金)の午前9時～午後5時
※入館は午後4時30分まで。

▼ところ 1階ロビー

【ラウンジのひととき】

声優劇団「津軽カタリスト」によるドラマリーディング公演を開催します。

▼とき 7月6日(土)、午後2時～3時

▼ところ 2階ラウンジ

▼内容 太宰治ドラマリーディング公演～太宰エッセイで季節巡り(掌編特集)～

▼定員 20人(先着順)

▼参加料 無料

※別途観覧料が必要。

▼申し込み方法 6月6日(木)以降の午前9時～午後5時に、電話または窓口で申し込みを。

～共通事項～

▼観覧料 高校生以上=100円/小・中学生=50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・住所を確認できるものの提示を。

☎郷土文学館(下白銀町、☎37-5505)

※あおもり県民カレッジ単位認定講座。

ほそみさかな 細海魚×ヤマジカズヒデ LIVE “A night OWL like a FISH”

細海魚さんとヤマジカズヒデさんによるライブを開催します。キーボードとギターのセッションをお楽しみください。

▼とき 6月15日(土)、午後7時から(午後6時30分開場)

▼ところ 弘前れんが倉庫美術館(吉野町)スタジオB

▼定員 40人

▼チケット料金 4,500円(当

日は5,000円)

▼申し込み方法

電話またはホームページで申し込みを。

☎弘前れんが倉庫美術館(☎32-8950)



人と人がつながる まちづくりトーク 「ぷらっと」参加者募集

「ぷらっと」は、まちづくり事例の紹介や意見交換を行うカジュアルな交流の場です。2回目は「環境×SDGs」をテーマに小山伸吉さん(岩木山観光協会)をゲストに迎えます。

▼とき 6月19日(水)、午後6時30分～8時30分

▼ところ HLS弘前(土手町)

▼定員 15人

▼参加料 無料

▼申し込み方法

6月11日(火)までに、申し込みフォームまたは電話で申し込みを。

詳細は市ホームページで確認を。



☎企画課ひとづくり推進室(☎26-6349、📧kikaku@city.hirosaki.lg.jp)

樹木医と行く 古木・名木めぐり



古木・名木を樹木医が案内します。間近で観察し、自然の力強さを感じてみましょう。

▼とき 6月23日(日)、午前9時～午後1時

※雨天決行。

▼集合場所 緑の相談所(弘前公園内)

▼ルート ①フジ(向外瀬)→②スギ(巖鬼山神社)→③カシワ(猿沢)→④ハリギリ(高杉)→弘前公園解散

▼対象 中学生以上=20人(先着順)

▼参加料 1,000円

▼持ち物 雨具、タオル
※自動車・山道徒歩移動あり/歩きやすい服装で参加を。

☎6月5日(水)の午前9時以降に、弘前市みどりの協会(下白銀町、☎33-8733、午前9時～午後5時)へ。

第17回 古都ひろさき花火の集い

▼とき 6月15日(土)午後7時45分打ち上げ開始(予定)

※雨天決行、荒天の場合は6月16日(日)に延期。

▼ところ 弘前市岩木川河川敷運動公園(悪戸地区)

▼チケット販売

【プレイガイド】弘前商工会議所/岩木山商工会/成岩商店/さくら野百貨店弘前店/ヒロロ/中三弘前店

【インターネット】「まるっとあおもり検索サイト ホミっと!!」で販売!

※6月10日(月)以降は弘前商工会議所のみで販売。

詳細は、ホームページ、SNS、ポスター、チラシなどをご覧ください。

☎ひろさき市民花火の集い実行委員会(弘前商工会議所内、☎33-4111)



ダンスワークショップ & パフォーマンス 「HERE & NOW2024」

普段自分のことは後回しだったママ達が初めてイベントを主催し、舞台に挑みます。

【ダンスワークショップ】

モダンダンスの森谷紀久子さんと一緒にさまざまな動きで体を遊ばせながら、心身の広がりを感じてみませんか。ワークショップ終了後に交流懇話会(参加自由)も開催します。

▼とき 6月22日(土)、午後1時～4時

▼ところ スペース富田(富田2丁目)2階

▼定員 20人(先着順)

▼参加料 2,000円

▼その他 乳児から小学生の無料託児あり。

▼申し込み方法 申し込み専用フォームから申し込みを。



【パフォーマンス】

バレエ、リコーダー、モダンダンス、コンテンポラリーダンス

等のパフォーマンスを行います。
▼とき 6月23日(日)、午後2時～3時30分

▼ところ スペースデネガ(上瓦ケ町)

▼入場料 無料

詳細はチラシ(QRコード)を確認を。

📧みやそのママストレッチ(📧charmy98814@gmail.com)

※令和6年度市民参加型まちづくり1%システム採択事業。



流鏝馬～高照神社馬場跡～

日本古来の伝統武芸である「流鏝馬(やぶさめ)」を開催します。



▼とき 6月23日(日)、①午前10時15分開始/②午後0時15分開始

※入場無料/小雨決行/各回60分程度、内容は同じ。

▼ところ 高照神社馬場跡(高岡字獅子沢)

▼内容 流鏝馬、笠懸、馬上武芸、馬とのふれあいタイム、射手の皆さんとの撮影会

▼その他 路線バスの場合、高岡バス停下車/高照神社境内駐車場等が利用可能(満車の場合、旧百沢小学校(百沢字寺沢)へ)。※旧百沢小学校から無料送迎あり。

📍高岡の森弘前藩歴史館(☎83-3110)

市立博物館企画展1 「博物館の初夏もの語り」 関連講座

津軽地方の初夏の植物と昆虫に関連した講座を開催します。

【第1回】

▼とき 6月22日(土)、午後1時30分～3時

▼テーマ 「津軽地方の春夏の植物」

▼講師 山岸洋貴さん(弘前大学農学生命科学部附属白神自然環境研究センター准教授)

【第2回】

▼とき 6月29日(土)、午後1時30分～3時

▼テーマ 「津軽の昆虫、今昔物語」

▼講師 中村剛之さん(弘前大学農学生命科学部附属白神自然環境研究センター長・教授)

～共通事項～

▼ところ 市立博物館(下白銀町)

▼対象 各50人(先着順)

▼参加料 無料

※別途入館料が必要。

▼申し込み方法 6月1日(土)以降に電話で申し込みを。

※6月17日(月)は休館日です。

📍市立博物館(☎35-0700)

SHIROFES.® 2024

ダンスや音楽などさまざまなコンテンツを盛り込んだ、子どもから大人まで楽しめるイベントを開催します。

▼とき 6月28日(金)～30日(日) ※雨天決行/時間は28日(金)が午後5時～8時30分、29日(土)・30日(日)は午前9時30分～午後8時30分。

▼ところ 弘前公園市民広場(下白銀町)

▼内容 ダンスの世界大会やショー、トップアスリートによるステージ、音楽ライブ、津軽三味線や津軽笛、地元学生による書道パフォーマンスやダンスパフォーマンス、飲食・ワークショップブース、ゲームブース、キッズスペースなど

▼観覧料 無料

※一部コンテンツは参加料が必要。

詳細はホームページを確認を。

📍Performing Arts Community(FUNKY STADIUM内、☎88-6499)



劇団ひろさき演人夏公演 『わんどらのハコ』

弘前ねぶたまつりをモデルにした祭りを復活させるべく奮闘する市民たちを描いたコメディ劇を上演します。

▼とき 6月28日(金)、午後7時～/29日(土)、午後1時～と午後7時～/30日(日)、午後1時～と午後5時～

※全5公演で各回90分程度。

▼ところ HIROSAKI ORAN DO(百石町)

▼定員 各回=40人

▼観覧料 一般=2,500円、25歳以下=1,500円、高校生以下=1,000円

※当日会場支払いで、現金のみ。

▼申し込み方法

ウェブサイトで申し込みを。

📍劇団ひろさき演人(鎌田さん、☎080-3322-7763、📧hiro_saki_engine@yahoo.co.jp)



藤田記念庭園無料開放

毎年6月最終の日曜日は入園無料で開放いたします。各種イベントをご用意しております。

▼とき 6月30日(日)、午前9時～午後5時

📍藤田記念庭園(上白銀町、☎37-5525)

岩木みらい会議

～未来に向けた仲間づくり～

▼とき 6月30日(日)、午後1時30分～3時30分

▼ところ 岩木文化センターあそべる(賀田1丁目)

▼内容 岩木地区の活性化や将来を考えるワークショップ(ファシリテーター…太田歩さん<前岩木地区地域おこし協力隊員>)

▼対象 高校生以上で岩木山や岩木地区のことが好きな人=30人程度

▼参加料 無料

▼申し込み方法 6月21日(金・必着)までに、はがきかファクスまたはEメール(住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で申し込みを。

※申込多数の場合は抽選/6月25日(火)までに当選者にのみ通知。

📍岩木みらい協議会事務局(〒036-1396、賀田1丁目1の1、岩木総合支所総務課内、☎82-1621、📠82-3118、📧soumu-i@city.hirosaki.lg.jp)



第55回弘前市民文化祭総合プログラム表紙デザイン募集

7月から12月にかけて開催

する弘前市民文化祭の市民参加の場として、総合プログラム(A4判)の表紙デザインを募集します。

▼募集作品 応募者本人が創作した未発表のもの

▼応募資格 市民

▼作品の規格

A3判(縦297mm×横420mm)

右半分がプログラムの表紙、左半分

が裏表紙になることを想定して作成。表現材料は自由だが、着色は裏写りしないものを使用し、蛍光ペン・色鉛筆の使用は避けること。タイトル文字などは不要。ただし、文字が入ることを想定して作成。

▼応募方法 7月13日(土・必着)までに、作品の裏面に、提出日現在の住所・氏名・年齢・職業(または学校名と学年)・電話番号を記入し、郵送または持参を。

▼審査と発表 最優秀作品1点と優秀・佳作作品を数点選考し、結果は応募者全員に通知。入賞者は弘前市民文化祭の開会式で表彰します。

▼賞品 入賞者には賞状・トロフィー・副賞を贈呈し、応募者全員に記念品を贈呈します。

▼その他 応募作品は原則として返却しません/作品の著作権は主催者のものとします/最優秀作品は弘前市民文化祭総合プログラムの表紙として製作され、市内の関係機関・施設・各団体などに配布されます。

📍弘前市民文化祭実行委員会事務局(〒036-8356、下白銀町19の4、弘前文化センター1階、弘前市社会教育協議会内、☎26-6168、📧h.syakyoky o@sunny.ocn.ne.jp、火・日曜日、祝日を除く、午前9時～午後5時)



高岡の森弘前藩歴史館 夏の企画展 「弘前藩の絵画」

弘前藩お抱え絵師の他、津軽地方にゆかりのある絵師らの掛軸・絵馬・屏風などの絵画作品を中心に紹介します。

▼とき 6月15日(土)～9月1日(日)の午前9時30分～午後4時30分

▼観覧料 一般=300円/高校・大学生=150円/小・中学生=100円

※市立博物館との共通券あり(詳細は歴史館または博物館へ)/障がい者、65歳以上の市民、市内の小・中学生および外国人留学生、ひろさき多子家族応援パスポートを持参の方は無料。住所や年齢を確認できるものの提示を。

▼休館日 6月17日(月)・7月16日(火)・8月19日(月)

📍高岡の森弘前藩歴史館(高岡字獅子沢、☎83-3110)



▲市指定有形文化財 平尾魯仙筆 甲州廿四将之図(高照神社蔵・当館寄託)

緑の相談所・弘前城植物園

6月の催し

◎緑の相談所

【講習会】

●コケ玉づくり講習会…22日(土)、午後1時30分～(1時間程度)

※定員は20人(先着順) / 参加料は1,500円(材料費) / 5日(水)から電話で申し込みを。

【展示会】

●津軽さつき会 さつき盆栽展…11日(火)～16日(日)

●弘前盆栽研究会諸盆栽作品展…21日(金)～23日(日)

【訪問相談】

▼とき 8日(土)・22日(土)

※庭木の出張診断です。電話で申し込みを。

◎弘前城植物園

【今月見られる花】

スイレン、バラ、ハナショウブ等 問緑の相談所(弘前公園内、☎ 33-8737、午前9時～午後5時)

ひろさき歴史体感ツアー

世界文化遺産「北海道・北東北の縄文遺跡群」の構成



資産である「大森勝山遺跡」と外ヶ浜町の「大平山元遺跡」を巡るバスツアーを開催します。

▼とき 7月7日(日)、午前8

時30分～午後5時 ※午前8時20分までにJR弘前駅城東口に集合。

▼定員 36人

▼参加料 無料

※施設観覧料(一般=100円 / 高校・大学生=50円 / 小・中学生=20円)が必要。

▼持ち物 飲み物、雨具・長靴など(雨天時)

▼申し込み方法 6月14日(金・当日消印有効)までに、往復はがき(住所・氏名・電話番号・施設観覧料の区分を記入)で申し込みを。

※電話・ファクスでの応募不可 / 応募者多数の場合は抽選で決定し、結果を後日通知します / 2人まで連名で申し込み可。

▼その他 雨天決行 / 昼食は用意していません。イオンモールつがる柏(つがる市)で自由時間を設けます / 動きやすい服装で参加を / 記録用に録画・撮影を行いますのでご了承ください。

問文化財課(〒036-1393、賀田1丁目1の1、☎ 82-1642)

黒門・黒板塀柿渋塗装実技体験会参加者募集

国の町並み保存地区に選定されている武家屋敷の町並み「仲町地区」で、黒門や黒板塀の柿渋塗装の維持保存方法を実技体験してみませんか。

▼とき 7月7日(日)、午前9

時集合(小雨決行)

▼ところ 公開武家住宅「旧伊東家」(若党町)

▼対象 市民10人程度

▼参加料 無料

▼持ち物 飲み物、帽子、軍手、作業服、タオル等(道具は貸し出し可)

▼申し込み方法 6月28日(金・必着)までに、郵便かファクスまたはEメール(郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・門塀体験と記入)で申し込みを。

問弘前市仲町地区伝統的建造物群保存会(今井さん、〒036-8333、若党町75の2、☎兼 ☎ 32-9272、E fumisato@peach.plala.or.jp)

※令和6年度市民参加型まちづくり1%システム採択事業。

夏休みの工作をしよう!

▼ときと内容 7月31日(水)、①ミニ黒板(色塗り、組み立て)…午前9時 / ②タイルコースター(タイルを並べて好きな模様を作成)…午前10時30分 ※どちらも1時間程度。

▼ところ 裾野地区体育文化交流センター(十面沢字轡)

▼講師 大町さん(ペイントプラス)

▼定員 各10人(先着順)

▼参加料 1,000円(材料費として)

▼持ち物 エプロンまたは、汚れても良い服

▼申し込み方法 7月25日(木)までに、①か②を選んで電話で申し込みを。

※両方申し込みも可能。

問裾野地区体育文化交流センター(☎ 99-7072、月曜日は休み(7月15日(月)(祝)は開館、7月16日(火)は休館))に申し込みを。

吉田兄弟デビュー25周年 47+1 都道府県ツアー -極生-青森公演

市民会館開館60周年を記念し、津軽三味線の第一線で活躍する吉田兄弟を迎え、津軽三味線の魅力を楽器とホールの響きだけでパフォーマンスを行う全編生音公演を行います。



▼とき 10月4日(金)、午後6時30分から(開場は午後5時45分)

▼ところ 市民会館(下白銀町)大ホール

▼入場料 プレミアムシート=6,000円 / 一般=4,500円 / 小・中高生=3,000円

※全席指定 / 未就学児の入場不可。

▼チケット販売 ◎先行販売…市民会館窓口にて6月8日(土)、午前9時から(市民、市内に

通勤・通学している人のみ) ◎一般販売…市民会館窓口にて6月22日(土)、午前9時から ※電話予約は午後2時から / オンラインやプレイガイドでも販売します。

問市民会館(☎ 32-3374、H https://www.hirosaki-kaikan.jp)

教室・講座

ゆったりヨガ教室

椅子に座った状態で行う無理のないヨガ体験を通じて、心と体の調子を整えましょう。

▼とき 6月22日(土)、午後1時30分～2時30分

▼ところ サンタハウス弘前公園(元大工町)

▼講師 井上真魅さん(マミトレニング)

▼定員 24人

▼参加料 500円 ※別途500円で会場内トレーニング機器が利用可(午後3時30分まで)。

▼持ち物 内履き、飲み物、タオル、マスク

経験やスキルを今後のまちづくりに役立てたいという人や、活動を広げるきっかけを作りたい人は、気軽に問い合わせを。

問6月21日(金)までに、サン

タハウス弘前公園(☎ 88-7707)へ。

新米パパ・新米おじいちゃん 応援講座

▼とき 6月23日(日)、午後1時～3時30分(受け付け開始は午後0時30分)

▼ところ 弘前文化センター(下白銀町)2階和室1・2

▼内容 ①妊娠および出産や育児に関する講義、授乳や沐浴(もくよく)等の実技体験 / ②子育ての楽しさや悩みを共有する交流会など

▼講師 三崎直子さん(弘前大学大学院保健学研究科准教授)

▼対象 市内に在住、または通勤・通学し、1歳未満および1年以内に誕生予定の子どもまたは孫がいる男性10人(先着順) ※パートナー等の同伴を希望する人はご相談ください。

▼申し込み方法 6月22日(土)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・子ども(孫)の有無(予定含む)と年齢・子育てに関して気になることを記入)で申し込みを。



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

ロマントピア天文台

★細い月、地球照観察会…9日(日)

★春の星座観察会…27日(木)

※時間はいずれも午後7時～9時。

▼入館料 無料(市民以外は有料)

▼通常開館時間 午後1時～9時30分

問星と森のロマントピア天文台(水木在家字桜井、☎ 84-2233)

6月の催し

まいぶん講座

埋蔵文化財（遺跡や土器などの遺物）について、1つのテーマにしぼった講座を複数回行います。今回は第1回となります。



▼とき 6月30日(日)、午前10時～11時30分

▼ところ 総合学習センター(末広4丁目) 大会議室

▼テーマ 「五所川原市五月女菫(そとめやち) 遺跡の発掘調査成果—縄文時代晩期の集団の墓地—」(仮)

▼講師 江戸邦之さん(五所川原市教育委員会社会教育課主査)

▼定員 50人(先着順)

▼参加料 無料

▼申し込み方法 6月5日(水)の午前9時以降に電話で申し込みを。

▼その他 駐車台数に限りがあるため、公共交通機関の利用をおすすめします。

☎文化財課(☎82-1642)

七宝焼講習会

七宝焼は小さなアートです

中央公民館文化グループの「七宝焼宝友会」会員が講師となり、講習会を開催します。

▼とき 6月30日(日)、午後1時～3時

▼ところ 弘前文化センター(下白銀町) 3階第2工作実習室

▼内容 プローチ、ネックレスなどアクセサリー作り

▼対象 市内に在住または通勤・通学している人=12人(先着順)

▼参加料 1,200円

▼持ち物 エプロン、筆記用具

▼申し込み方法 6月15日(土)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。

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

市民ボランティアによるパソコン講座

【エクセル2019 入門講座】

▼とき 7月2日(火)・9日(火)・16日(火)の午前10時～午後3時(3日間で1セット)

▼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)を使用した基本的な操作技術の習得

※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る場合があります。

▼対象 パソコンの基本操作ができる市民

※わからない箇所は、スタッフ

がしっかりサポートしますので、安心して受講してください。

▼定員 30人(先着順)

▼参加料 無料

▼持ち物 筆記用具、USBメモリ、昼食

▼申し込み方法 6月9日(日)以降の午前8時30分～午後5時に申し込みを。

【ボランティアサポートスタッフ募集】

パソコン講座を手伝ってみませんか。パソコン(ソフト)に関する知識があれば、年齢や経験を問いません。

☎学習情報館(総合学習センター内、☎26-4800)

「犬と散歩ができる公園」愛犬マナー講習会



市では、「犬と散歩ができる公園」として、令和6年3月末までに、174公園を開放しています。

人と犬が仲良く利用するには、マナーが大切です。そこで、マナー向上のための講習会を開催します。愛犬と一緒に参加しませんか。また、これから犬を飼いたいという人の参加もお待ちしています。

▼とき 7月6日(土)、午前9時から(1時間30分程度)

▼ところ 平川河川公園(小金崎地内)

▼講師 青森県動物愛護センタ

今月の納税

☎納課課(市役所2階、☎40-7032、☎40-7033)

市・県民税 第1期

納期限 7/1(月)

納税には便利な口座振替をぜひご利用ください。

夜間・休日納税相談

平日の日中に納税相談ができない人のために、夜間・休日に納税相談日を設けています。

▼夜間 17日(月)～21日(金)の午後5時～7時30分

▼休日 16日(日)・23日(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、ご連絡ください。夜間・休日納税相談では、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や連絡がない場合は、滞納処分を執行することがあります。

一職員、タナカアカリさん(FULFILL ドッグサロン、ドックトレーナー)

▼定員 25組まで(先着順)

▼参加料 無料

▼申し込み方法 6月3日(月)～7月4日(木)に電話かファクスまたはEメール(住所・氏名・電話番号・人数・頭数を記入)で申し込みを。

▼その他 おやつ(2～3種)の持参を/伸縮タイプではないリードを着用させて参加を/愛犬が他人や他の犬が苦手な場合は、飼い主だけで参加を/当日愛犬のストレスが大きく、同伴が難しい場合には愛犬は車で待機してもらおう場合あり/愛犬1頭につき、家族1人が必ずついてください/1人で2頭以上を連れての参加はできません/愛犬が環境に馴染みやすいよう時間に余裕を持ってお越しいただき、開始前に散歩をお願いします/公園内に駐車可/なお、雨天時は中止となる場合があります。

☎公園緑地課(☎33-8739、☎33-8799、📧kouen@city.hirosaki.lg.jp)

弘前地区環境整備センターの教室

【プロが教えるかんたん楽しい夏のエコクッキング教室】

▼とき 7月6日(土)、午前9

時30分～正午

▼メニュー 串焼き豚肉の甘だれ焼き、かぼちゃの彩りサラダ、いわしのかば焼き丼、お吸い物

▼講師 福士るみ子さん(料理研究家、管理栄養士)

▼対象 小学生以上=10人 ※小学生1人につき保護者1人の同伴が必要。

▼持ち物 米0.5合、大皿1枚(直径25cm程度)、ふきん、エプロン、三角巾、マグカップ、箸

【金魚ねぶた作り教室】

▼とき 7月13日(土)、午前9時30分～午後3時

▼講師 尾崎行雄さん

▼対象 小学生以上=15人 ※小学生は保護者同伴。

▼持ち物 昼食、飲み物、エプロン ※汚れてもよい服装で参加を。～共通事項～

▼ところ 弘前地区環境整備センタープラザ棟(町田字筒井)

▼参加料 無料

▼申し込み方法 6月21日(金)までに、電話またはEメール(教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で申し込みを。 ※2人まで応募可/応募多数の場合は抽選で決定し、6月28日(金)までに抽選結果をお知らせします。

詳細はホームページで確認を。

☎弘前地区環境整備センタープ

ラザ棟(☎36-3388、📧plaza-ebarahirosaki@ebara.com、午前9時～午後4時、月曜日<祝日の場合は翌日>は休み)

地域でまなぼう! 食育講座 いただきます「季節野菜で彩る料理教室-トマト編-」

▼とき 7月6日(土)、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

▼内容 トマトについての講話と調理実習

※材料に含まれるアレルギー=乳、小麦、豚肉、バナナ。

▼対象 市内に在住または通勤・通学している人

※包丁を使います。小学校2年生以下は保護者1人の同伴を。

▼定員 15人(先着順)

▼参加料 1人=1,000円

▼持ち物 エプロン、三角巾、布巾

▼申し込み方法 6月28日(金)までに、電話かファクス

またはEメール(住所<町名まで>・参加者氏名<ふりがな>・年齢・電話番号・アレルギーの有無を記入)で申し込みを。

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



弘前文化センター6月のプラネタリウム

問 中央公民館 (☎ 33-6561、火曜日は休み)

▼ 投影日およびプログラム内容

今夜の星空自動解説付き (約 15 分 / ●を除く)

時間	1	2	8	9	15	16	22	23	29	30
10:30	●	○	●	○	●	○	●	○	●	○
13:30	New Horizons (一般/約 25 分)									
15:00	エコとロジエのわくわく太陽系めぐり (小学生~中学生/約 25 分)									

●…わくわく☆子どもプラネ「ラビくんのうちゅうりょこう」(幼児~ / 約 25 分)
○…「たいようくんとおつきちゃん」(幼児~ / 約 25 分)

▼ 観覧料

一般 = 250 円

小・中学生、高校生 = 120 円

わくわく☆子どもプラネ = 無料

※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。



初心者ねぶた囃子講習会

▼とき ①笛の部 = 6月29日(土)~7月8日(月) / ②太鼓の部 = 7月4日(木)~8日(日)

※いずれも時間は、午後7時~8時30分(休憩あり/時間は講習の進捗状況による)。

▼ところ 市立観光館(下白銀町) ①=多目的ホール/②=インフォメーション前ロビー等

▼内容 ①=笛の持ち方、音の出し方、行進、休み、戻りの囃子の習得 / ②=バチの持ち方、叩き方、行進、休み、戻りの囃子の習得

▼講師 伝統ねぶた囃子津軽組

▼定員 初心者(小学生以上) ①笛の部 = 50人 / ②太鼓の部 = 10人

▼参加料 無料

▼持ち物 笛または太鼓のバチ(受講希望のもの)

※バチは貸出しあり/笛、バチ、ねぶた囃子楽譜、ねぶた囃子CDは販売します。

▼参加方法 当日、直接会場へ。※ただし、途中参加の場合は事前に要相談。

問 市立観光館(弘前観光コンベンション協会、☎ 37-5501、F 35-3132、E hirokan5@



jomon.ne.jp、H https://www.hirosaki-kanko.or.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、権利擁護支援が身近なものになっています。このたび、弘前圏域8市町村での権利擁護推進と、成年後見制度のさらなる普及・啓発のため、講座を開催します。

▼とき 7月20日(土)、午前10時~午後0時30分

▼ところ ヒロロ(駅前町)4階市民文化交流館ホール

▼テーマ 「終活における死後事務委任契約について」

▼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 7月13日(土)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。

▼その他 9月から市民後見人等養成講座を実施予定

問 弘前圏域権利擁護支援センター(☎ 26-6557、F 26-6567、E h8-kenri@titan.ocn.ne.jp、日・月曜日は休み)



その他

ひろさき広域出愛サポートセンター休日登録会 会員募集

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。

▼とき 6月23日(日)、正午~午後4時

※事前の申し込みは不要。

▼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、祝日は休み、午前10時~午後7時)

ひろさき生活・仕事応援センターの就労準備セミナー

健康で充実した毎日を過ごすために、日常生活の食事を見直し、栄養バランスについて学びましょう。

▼とき 6月26日(水)、午前10時~11時30分

▼ところ ヒロロ(駅前町)3階多世代交流室1



▼内容 栄養と健康について
▼講師 斎藤明子さん(弘前リードマン)

▼参加料 無料

▼申し込み方法 6月19日(水)までにひろさき生活・仕事応援センター(ヒロロ3階)へ直接来所または電話で申し込みを。
問 ひろさき生活・仕事応援センター(就労自立支援室内、☎ 36-3776)

しののベースイベント 出店応援勉強会

イベント出店者や、これから何かを始めたい市民向けの勉強会を開催します。

▼とき 6月30日(日)、午前10時~午後1時

▼ところ ヒロロ(駅前町)3階多世代交流室2

▼内容 SNSでの情報発信、宣伝・広告、お金に関することなど

▼講師 工藤健さん(弘前経済新聞編集長)など

▼参加料 無料

※子ども連れ可。



▲LINE



▲Instagram

問 しののベース(角田さん、☎ 090-4830-1584)

子どもラジオ劇団会員募集

自分たちでストーリーや登場人物を考え、効果音や音楽を入れながら、声だけの劇「ラジオドラマ」を制作します。物語を作るのが好き、声優に興味があるという人はぜひ参加してください。

▼とき 7月6日(土)・14日(日)・20日(土)、8月3日(土)・7日(水)・9日(金)・10日(土)、10月5日

(土)の午前10時~正午(8月7日(水)~10日(土)は午前10時~午後3時)の全8回。

▼ところ 弘前文化センター(下白銀町)ほか

▼対象 活動日に全て参加でき、市内に在住または通学している小学校4年生~中学生 = 10人(応募多数の場合は抽選)

▼講師 宮崎充治さん(弘前大学教育学部教授)、鎌田龍さん(劇団ひろさき演人)、太田歩さん(演劇ユニット「一揆の星」)

▼参加料 1,000円

▼申し込み方法 6月14日(金)までに、はがきかファクスまたはEメール(住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年・電話番号・保護者氏名を記入)で中央公民館「子どもラジオ劇団」係(〒036-8356、下白銀町19の4)に申し込みを。

問 中央公民館(☎ 33-6561、火曜日は休み)

学習支援教室「あつがる~む」参加者募集

経済的な理由などで学習塾に通うことが困難な中学生などを対象に、大学生のボランティアが学習支援を行います。

▼とき 毎週水曜日の午後4時45分~6時35分

※夏・冬休み期間中は時間を変更する場合があります。

▼ところ 市内2カ所(詳しくは申込時にお知らせします)

▼対象 市内在住の生活保護受給世帯、就学援助受給世帯、児童扶養手当受給世帯、住民税非課税世帯の中学生や高校生、高校を中退した人、中学校を卒業後進路の決まっていない人

▼参加料 無料



▼申し込み方法 申込書を生活福祉課(市役所1階)に提出を。※申込書は生活福祉課に備えているほか、市ホームページからダウンロードできます。

問 生活福祉課(☎ 40-7044)

漏水調査を実施

12月末までに、市内全域を対象にした漏水調査を行います。身分証明書および腕章などを携行した委託業者や市職員が、各家庭の敷地内に取り付けられているメーターや止水栓から漏水音を聴く調査を行うため、敷地内へ立ち入ることがあります。ご協力をお願いします。

▼調査時間 日中…午前8時半~午後5時 / 夜間…午後9時~午前6時

問 上下水道部水道施設課(☎ 88-8929)

住民観光意識調査

地域の皆さんの観光に対する考え方や思いを知るためのアンケート調査です。

回答した人の中から抽選で3カ月ごとに15人へ津軽地域の特産品セット(3,000円相当)が当たります。ぜひご協力をお願いします。

※回答は実施期間内で1人1回までです。

▼対象市町村 弘前市、黒石市、五所川原市、つがる市、平川市、鱒ヶ沢町、深浦町、西目屋村、藤崎町、大鰐町、田舎館村、板柳町、鶴田町、中泊町

▼回答方法 令和7年2月末までに回答フォームから回答を。

問 ClanPEONY 津軽(☎ 88-6090)



6月 図書館休館日

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

※弘前図書館の蔵書点検期間(6月10日～20日)は、返却ポストか他の図書館に返却を。

- 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

がん検診の無料クーポン券配布

がん検診の受診を促進し、がんの早期発見・早期治療につなげるため、がん検診の無料クーポン券を5月に発送しました。対象者は以下のとおりです。



▼対象 子宮頸がん…21歳(平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれ)の女性/乳がん…41歳(昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれ)の女性

※いずれも4月21日以降市に転入した対象者には、前住所地の市区町村からクーポン券が発行されます。前住所地の市区町村からクーポン券が届いた人は、当市のクーポン券との交換が必要です。問い合わせを。☎健康増進課(☎ 37-3750)

『知る』から始める性の多様性セミナー』アーカイブ配信

昨年11月に実施したセミナーのアーカイブ配信を実施しています。LGBTQに関する基礎知識を学びながら、多様性社会の中での企業のあり方や、求められる対応について理解を深めましょう。

▼配信期間 令和7年3月31日(月)まで

▼講師 屋成和昭さん(アウト・ジャパン代表取締役)、中村恵美さん(SPARKS NETWORK代表取締役)

▼視聴料 無料 ※ただし、視聴にかかる通信費は自己負担。

▼申し込み方法 令和7年3月28日(金)の午後5時までに、申し込みフォームで申し込みを。 ※受付後、視聴URLを案内します。

▼その他 セミナーを視聴し、事業所内で理解促進を図ることで、LGBTQフレンドリー企業の登録要件を満たすことができます。詳細は、市ホームページを確認を。

☎企画課(☎ 26-6349)

「ふれあい居場所づくり」を始めませんか？

茶話会や体操などにより高齢者同士や地域住民との交流を図り、地域の支え合い活動の拠点となる場「ふれあい居場所」づくりを推進しています。

現在「高齢者ふれあい居場所」への登録者または団体を募集しています。開



設・運営のために活用できる「令和6年度高齢者ふれあい居場所づくり事業費補助金」も受付中です。開設・運営・補助金活用等に関する相談も受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

☎介護福祉課自立・包括支援係(☎ 40-4321)

後期高齢者医療被保険者の皆さんへ



【振込口座の変更届出】

高額療養費等の給付申請の際に届け出をした振込口座に変更(解約・金融機関の店舗統廃合等)があったときは、市への届け出が必要です。

届け出がないと振り込みができなくなりますので、速やかに届け出をお願いします。

☎国保年金課後期高齢者医療係(☎ 40-7046)

朝市・産直マップの利用を

市ホームページでは、市内の朝市や産地直売所の情報を掲載しています。

「弘前市朝市・産直マップ」で検索するか、QRコードを読み取ってご利用ください。



また、市ホームページへの掲載申請も随時受け付けています。掲載を希望する人はお問い合わせください。

☎農政課(☎ 40-0504)

日曜朝市に出店しませんか？

市内の観光スポットにもなっている日曜朝市に出店してみませんか。随時、出店者を受け付けています。

▼とき 6月23日～10月13日の毎週日曜日、午前6時

30から約1時間

▼ところ 津軽藩ねぶた村(亀甲町)こみせ通り 詳細はホームページで確認を。



☎津軽藩ねぶた村(檜山さん・佐々木さん、☎ 39-1511)

労働相談会

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 ①6月4日(火)、午後1時30分～3時30分/②6月16日(日)、午前10時～正午

▼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(事前予約優先)。

☎青森県労働委員会事務局(☎ 017-734-9832、☎ 017-734-8311、労働相談ダイヤル0120-610-782)

フォークリフト運転技能講習

技能講習の修了により、最大荷重1トン以上のフォークリフトの運転(道路走行を除く)業務を行うことができます。



▼とき ①6月24日(月)～27日(木)、または7月29日(月)～8月1日(木)/②6月24日(月)・25日(火)、または7月29日(月)・30日(火)

▼対象 ①普通自動車運転免許証以上保有者(31時間コース)/②大型特殊自動車運転免許証保有者(11時間コース) ※カタピラ限定除く。

▼受講料 ①3万4,650円/②1万4,850円(ともにテキスト代を含む)

～共通事項～

▼ところ 学科…サンライフ弘前(豊田1丁目)/実技…つがる弘前農業協同組合河東地区りんご施設(悪戸字芦野)

▼定員 ①・②=40人

▼申込期限 6月開催分は6月17日(月)、7月開催分は7月22日(月)

※定員に達し次第、受け付けを終了します。

詳細はホームページで確認を。



☎弘前地区労働基準協会(福田字福岡、☎ 26-0663、☎ 29-1226)

生産性向上支援訓練受講者募集

【部下を成長させる指導法～後輩指導力の向上と中堅・ベテラン従業員の役割～】

▼とき 7月4日(木)、午前9時30分～午後4時30分



▼受講料 3,300円

▼申し込み期限 6月14日(金) 【SNSを活用した情報発信(基礎編)】

▼とき 7月9日(火)、午前9時30分～午後4時30分

▼受講料 2,200円

6月は「土砂災害防止月間」です！

土砂災害から身を守るために、日頃の備えと早めの避難が必要です。土砂災害は、台風などの大雨の時期に特に多く発生します。身の危険や周囲に異変を感じたら、ただちに避難しましょう。

土砂災害警戒情報や土砂災害警戒区域等マップなど、土砂災害に関する情報は、県ホームページで確認できます。



☎県土整備部河川砂防課砂防グループ(☎ 017-734-9670)

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お伝えします。求職中であれば、誰でも無料で参加でき、面接も可能です。



- ▼日時 6月13日(木)・24日(月)の午後1時30分～4時30分
▼場所 ヒロロ(駅前町)4階市民文化交流館ホール
▼定員 20人程度
▼参加企業数 3社以上(予定)
▼申し込み方法 当日までに申込書を窓口...
▼その他 ハローワークに未登録の人も参加可...

国家公務員「税務職員採用試験」(高校卒業程度)

- ▼受験資格 令和6年4月1日において高校または中等教育学校を卒業後3年を経過していない人...
▼第1次試験日 9月1日(日)
▼申し込み方法 6月14日(金)～26日(水)に、国家公務員試験採用情報NAVI...
☎ 022-221-2022

自衛官募集

- 【①第2回一般幹部候補生(大卒程度試験・院卒者試験)】
▼受験資格 大卒=22歳以上26歳未満の人、20歳以上22歳未満の人は大卒(見込み含む)...

【②第2回幹部候補生(歯科・薬剤科試験)】

- ▼受験資格 専門の大卒(見込み含む)で、歯科は、20歳以上30歳未満、薬剤科は20歳以上28歳未満の人
▼試験日 6月22日(土)
▼受付期間 6月13日(木)まで
【③予備自衛官補(一般・技能)】
▼受験資格 一般=18歳以上52歳未満の人/技能=18歳以上で採用要綱に記載された国家資格を有する人
▼試験日 web試験...9月23日(月・振)・24日(火)...

青森県原子力モニター募集

- ▼期間 2年間(委嘱の日から令和8年3月31日まで)
▼内容 施設見学や意見交換会への参加、アンケート調査への協力等
▼対象 原子力に関心があり、モニターの活動に協力できる18歳以上(高校生を除く)の市民=5人
※応募者多数の場合はモニター未経験の人を優先します。
▼申し込み方法 6月21日(金)までに、郵送か電話またはファクス、Eメール...



各種スポーツ・体操教室など

若返りヨガ

時 6月5日・12日・19日・26日(いずれも水曜日)の午後1時～2時
所 せせらぎ温泉(原ヶ平字奥野)
内 初心者向けのヨガで体をほぐして温泉でリフレッシュ
定 10人
料 1回1,000円(入浴料込み)
持 入浴セット(ヨガマットは無料貸し出し可)
事 事前に、せせらぎ温泉☎55-0777へ。



フライングディスク体験

時 6月9日、7月7日、8月18日、9月8日、10月6日、11月10日(いずれも日曜日)の午前10時～11時
所 岩木川市民ゴルフ場(清野袋2丁目)
内 フライングディスクを使って、楽しく体を動かす
定 小学生とその保護者=10組(2人1組)
料 1組1回500円(傷害保険料を含む)
事 事前に、岩木市民ゴルフ場☎36-7855へ。

レクリエーションダンス体験教室

時 6月21日(金)・28日(金)の午前11時～正午
所 笹森記念体育館(下白銀町)武道場
内 健康維持を目的にレクリエーションダンスを楽しむ
定 一般(人数制限無し/事前の申し込みは不要)
料 無料
持 室内シューズ
事 ステップフレンズ(小田さん、☎32-7252)

弓道教室

【市民弓道教室】
時 6月22日～11月23日(毎週土曜日)の午前10時～正午
所 市立弓道場(笹森町)
定 2級以上の経験者=10人
【ジュニア弓道教室】
時 6月22日～令和7年1月25日(毎週土曜日)の午後1時～3時
所 市立弓道場(笹森町)、青森県武道館(豊田2丁目)
定 中学生=10人(応募者多数の場合は抽選)



～共通事項～

内 弓の扱い方・基本動作・射技指導・巻わら稽古・的前稽古
料 ひと月あたり1,000円(傷害保険料を含む)
時 6月15日(土)までに、弘前弓道会(海老名さん、☎090-5231-9562)へ。

SUP体験会

時 6月22日(土)・23日(日)・29日(土)・30日(日)、7月11日(木)・18日(木)・20日(土)・25日(木)・27日(土)など全28回
所 岩木B&G海洋センター(兼平字猿沢)
内 SUPの基本指導
定 小学生以上=各回6人(水に落ちて平気な人/先着順)
料 1回500円(傷害保険料・SUP器材代含む/団体予約可)
持 着替え・タオルを持参し、水に濡れてもよい服装とウォーターシューズまたははだしで参加を
事 申し込みフォームまたは電話で、岩木B&G海洋センター☎82-5700へ。



カヌー・SUP ツーリング in 津軽富士見湖

時 7月15日(月)祝の午前10時～正午(午前9時30分までに現地集合)
所 津軽富士見湖(鶴田町)
内 各部でのツーリング、遊覧体験もしくはトーイングチューブ体験、クリーン活動への協力
定 カヌーの部...小学生以上(初心者5人・経験者15人) / SUPの部...小学校4年生以上=7人(経験者のみ)
料 Aプラン3,500円(カヌー初心者・弁当付き) / Bプラン3,000円(カヌー初心者・弁当無し) / Cプラン2,500円(カヌー経験者・弁当付き) / Dプラン2,000円(カヌー経験者・弁当無し) / Eプラン3,500円(SUP・弁当付き) / Fプラン3,000円(SUP付き・弁当無し)



当無し) 持 着替え、タオル、アクアシューズなど水に濡れてもいい履き物
時 6月5日(水)の午前9時以降に、申し込みフォームまたは電話で弘前B&G海洋センター☎33-4545へ。



プールで筋トレ・脳トレ 水中ウォーキング教室

時 7月1日～8月26日(毎週月曜日<7月15日・8月12日は休み>)の午前9時30分～10時30分
所 河西体育センター
内 水中ウォーキング、水中でのストレッチなど
定 12人
料 無料
持 水着、水泳帽、タオル
時 6月17日(月・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。(※)



チェア体操教室

時 7月4日～8月29日(毎週木曜日<8月8日は休み>)の午後2時～3時15分
所 市民体育館(五十石町)フィットネスルーム
内 椅子に座って行うストレッチ、音楽に合わせて行うリズム体操など
定 10人
料 無料
持 室内シューズ
時 6月17日(月・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。(※)

リフレッシュ☆ストレッチ教室

時 7月13日～9月7日(毎週土曜日)の午前10時30分～11時30分
所 金属町体育センター集会所
内 自宅でも手軽に、リラックスしながら体をほぐせるストレッチ
定 12人
料 無料
持 室内シューズ
時 6月17日(月・必着)までに、金属町センター(〒036-8245、金属町1の9、☎87-2482)へ。(※)

岩木グラウンドゴルフ協会「楽遊会」

時 毎週月・木曜日、午前9時から
所 岩木B&G海洋センター(兼平字猿沢)グラウンド
定 65歳以上の健康な人
料 年間2,000円
持 楽遊会(佐藤さん、☎82-4402)



(※) ...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(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。多数の場合は抽選で決定。
～共通事項～ 飲み物、汗拭きタオルを持参し、運動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ご確認を。

在宅患者歯科訪問診療

弘前歯科医師会では、歯科医院への通院が困難な人に対し、歯科医師、歯科衛生士等が自宅や施設等へ訪問し、歯科診療などを行っています。
▼診療内容 虫歯、入れ歯、歯周病治療、抜歯、口腔ケア、ブラッシング指導、摂食・嚥下(えんげ)指導など。
▼受診料 健康保険、介護保険内で対応可能です。交通費に関してはご相談ください。
詳しくはお問い合わせください。

☎弘前歯科医師会 ☎27-8778

健康の掲示板

弘前市保健センター（健康増進課、〒036-8711、野田2丁目7の1、☎37-3750、Eメール kenkou@city.hirosaki.lg.jp、平日の午前8時30分～午後5時）

母子保健・各種相談

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。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。

名称	とき・内容	名称	とき	ところ・予約先
4カ月児★ 7カ月児★	各指定医療機関での個別健診	離乳食教室	初期 (生後4～6カ月児) 予約制	7月9日(火) ①午前10時10分～10時50分 ②午前11時20分～正午 ※受け付けはそれぞれ開始の10分前から。
1歳6カ月児★ 予約制	保健センターでの健診＝6月19日(水)・20日(木) (受け付けは午後0時20分～1時55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。		中期 後期 (生後7～11カ月児) 予約制	7月12日(金) ①午前10時10分～11時5分 ②午前11時25分～午後0時20分 ※受け付けはそれぞれ開始の10分前から。
3歳児 予約制	6月5日(水)・6日(木) (受け付けは正午～午後1時10分)			6月14日(金)までに駅前こどもの広場(駅前町、ヒロ口3階、☎35-0156、午前10時～午後6時、土・日曜日、祝日も可)に申し込みを。
2歳児歯科★	各指定歯科医療機関での個別健診			

◆…予約や問い合わせは、弘前市子ども家庭センター（駅前町、ヒロ口3階、☎33-1652）へ。
★…健康診査票が必要。 **予約制**…事前の予約が必要です。詳しくは対象者に送付している個別通知をご覧ください。

名称	内容	とき	ところ
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3時、1組あたり1時間程度（事前の予約が必要）	弘前市子ども家庭センター（駅前町、ヒロ口3階、☎33-1652）
こころの健康相談	本人や家族のこころの悩み（眠れない、生きづらさを感じる、閉じこもりがち、家族を亡くしたなど）に関する相談。	6月11日(火)、午前9時～正午（前日までに予約が必要／「こころの病気」を治療中の人はまずは主治医へ相談を）	弘前市保健センター（野田2丁目、☎37-3750）

健康と福祉ごよみはこちらから

健康と福祉ごよみ

検索



インターネット予約はこちらから

弘前市 集団検診

検索



弘前市食生活改善推進委員会
食改さんおすすめ **レシピ**

File.150

食生活改善推進委員会×花王コラボレシピより 簡単エリンギナムル

1人分の野菜使用量 **21g**

材料 2人分

エリンギ……1パック(100g)
焼きちくわ……1本(30g)
カラーピーマン(赤・黄・緑)……各1/2個
鶏がらスープの素… 小さじ1/2
ごま油……… 小さじ1/2

■1人分の栄養量

エネルギー／51kcal、たんぱく質／3.5g、脂質／1.8g、カルシウム／4mg、食塩相当量／0.7g、食物繊維／2.0g

- ①エリンギは、長さを半分に切り、5mm幅くらいの棒状に切る(または裂く)。耐熱ボウルに入れて、ふんわりとラップをかけ、電子レンジ(600W2分)で加熱する。
- ②カラーピーマンは、縦半分に切って、種、ヘタを取り、5mm幅に切る。ちくわは、縦半分に切り、さらに横半分に切ったものを5mm幅に切る。
- ③加熱したエリンギを軽く混ぜ、その上にピーマンを入れ、ラップをかけて電子レンジ(600W1分)で加熱する。
- ④水分がでたら、キッチンペーパーで吸い取り、ちくわ・鶏がらスープの素・ごま油を加え、混ぜ合わせる。



おすすめポイント

レンジで簡単にできる食物繊維たっぷりの時短レシピです。作り置きができるので、常備菜としてもおすすめです。

▶弘前市食生活改善推進委員会×花王コラボレシピは、QRコードからダウンロードできます。



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重要です。病気から子どもを守るため、予防接種のスケジュールを確認しましょう。



小学校6年生の児童でまだ2種混合(ジフテリア・破傷風)を受けていない人は、早めに接種しましょう。

【高齢者肺炎球菌感染症の定期接種】

肺炎の中でも、肺炎球菌が原因で起こる肺炎にはワクチン接種が有効です。

▼対象 次のどちらかに該当し、今までにワクチンを接種したことがない人。

※対象年齢となる前に接種した場合は、対象外。

- ①65歳の人(接種日現在)／
- ②60歳～65歳未満で心臓、

腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障がいのある人(障害等級1級)

▼自己負担額 3,000円(生活保護受給者は無料)

【風しんの抗体検査とワクチン接種費用助成】

風しんの感染を予防し、先天性風しん症候群を予防するため、対象となる人は抗体検査と予防接種を受けることができます。

▼接種期間 令和7年3月31日まで

▼対象 平成2年4月1日以前生まれで、次の①～③のいずれかに該当し、まだ一度も助成を受けていない人。

※昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性については、すでに送付している無料クーポンで風しん抗体検査等を受けることができます。

- ①妊娠を希望する女性／②妊娠を希望する女性の同居者／③風

しん抗体価が低い妊婦の同居者
▼その他 希望する人は健康増進課に問い合わせを。

検診

【日曜がん検診】

総合検診車による胃・肺・大腸がん検診です。特に肺がん検診は医療機関で実施していませんので、ぜひ受診しましょう。

▼とき 6月23日(日)、受付時間…午前7時～8時30分

▼ところ 弘前市保健センター(野田2丁目)

▼対象 40歳以上の市民(職場で受診できる人を除く)＝50人程度(先着順)

▼受診料 胃がん検診＝1,500円、肺がん検診＝400円、大腸がん検診＝500円 ※市の国民健康保険加入者はそれぞれ半額、70歳以上の人は無料。

▼申込期間 6月1日(土)～13日(木)に、健康増進課へ。

5月31日は「世界禁煙デー」

5月31日～6月6日は「禁煙週間」です。

今年の禁煙週間のテーマは、

「たばこの健康影響を知ろう!!～たばことCOPDの関係性～」です。



▲今すぐチェック COPD

COPD(慢性閉塞性肺疾患)という言葉を知っていますか?

COPDは「たばこの煙を主とする有害物質を長年にわたり、吸入することなどにより徐々に呼吸機能が低下する肺疾患」です。

たばこの煙などに含まれる有害物質を長年吸入すると、空気の通り道の気管支に慢性的な炎症が生じて痰が詰まったり、気管支の壁が分厚くなって空気の通り道が狭くなります。また、酸素と二酸化炭素の交換を効率よく行うために必要な気管支の先にある肺胞が、少しずつ破壊されていきます。

その結果、肺の機能が低下し、酸素をうまく取り込むことができなくなり、呼吸のしづらさなどの症状が出現します。

わが国では、COPDでありながら未受診の人が500万人以上いると推定され、COPDによる死亡者数は年間約1万8,000人と報告されています。

市では、たばこの健康被害防止対策について分かりやすく説明する出前講座を実施しています。企業や団体等講座を希望する場合は、健康増進課(☎37-3750)までお問い合わせください。



応募締め切り

6月7日(金・必着)

7月1日号の投稿募集

Smile 通信

1歳の記念に写真を掲載しませんか

- ▼対象 令和6年7月に1歳の誕生日を迎える市内在住の子
- ▼応募方法 投稿フォームから写真データと必要事項をお送りください。
- ※郵送や持参での応募についてはお問い合わせください。



川柳のお題「汗」

- お題の一文字を入れた句を募集します。
- ▼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。

※Eメールで投稿した人には受信完了メールを自動配信しています。メールが届かない場合は広聴広報課へご連絡ください。

★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)

※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。

さらつと一句・川柳
今月のお題「小」
選・広聴広報課

ちっちゃな手ママの小指と握手だね
ベッドかどぶつけて泣いた足小ゆび
我が自由小さき菜園脳トレに
古希を越え小豆の菓子が好きになり
小銭不用ピットとメゴイカ大繁盛
小六の孫に背丈を追い越され
目覚しに小鳥のさえずり心地よし
物価高下がってしまったお小遣い
野良しごと日長で9時には小腹空く
祝傘寿出されたケーキ小ぶりなり
星たちが夜空彩る小宇宙
咳き込むと背中なでなで小さな手
孫見上げ小さくなった祖母にっこりだ
通学路パステルカラーの小さな背
もう一品小鉢加えて賑やかに

工藤淳子
金欠貧血
安倍はな
城子
ふーみん
佳奈子
菊池喜蔵
對馬義秀
紺屋の白袴
南柳
かまたしん
はしびろこ
まい日おひま
小坂 智
つがるヤサブロー

各地で行われたイベントやまちの話題をお届けします★

弘前りんご花まつり

5月4日～6日 リンゴ公園（清水富田字寺沢）



リんごの花満開のりんご公園に、親子連れなど約1万人が来園。りんご畑を歩き回る花迷路や、りんごのモビール（動く彫刻）を制作する体験、巨大アップルパイ販売、地元の子どもや学生などが出演するステージなどを楽しむ人々で、会場はにぎわっていました。



弘前ねぶた in さくらまつり



4月28日 弘前公園（下白銀町）

弘前ねぶた参加団体協議会が、同協議会の創立30周年を記念して弘前公園内でねぶた運行を行いました。「ヤーダー」の掛け声に、たくさんの観光客が声援を送っていました。

弘前さくらまつり友情コンサート



4月29日 弘前文化センター正面玄関前（下白銀町）

弘前さくらまつりの来場者を歓迎するため、市内7つの中学校に在席する吹奏楽部員150人が、晴天の下で演奏を実施。演奏が終わると、観客からは、大きな拍手が巻き起こっていました。

佐野ぬいラベルのワイン発表



5月1日 市民会館（下白銀町）

名譽市民の故・佐野ぬいさんの代表作『青の時間』をラベルにあしらい、津軽産ぶどうで作ったワインが、5月7日から発売を開始しました。※ワインの詳細は市ホームページで検索を。

中弘地区消防協会定期観閲式



5月5日 弘前公園（下白銀町）

中弘地区の消防団員が、放水訓練やまとい振り、はしご乗りなどを行い、日ごろの訓練の成果を披露しました。町火消の心意気を伝える迫力の演技に、観衆は惜しめない拍手を送っていました。

みんなが撮った！ 弘前の「いいかも!!」

弘前の魅力を切り取ったインスタグラムの投稿写真をいくつか紹介します。

あなたも弘前の「いいかも!!」と思う魅力を見つけて、写真を投稿しませんか？

「弘前×小夏」をテーマに、ハッシュタグ **#ecomeonhirosaki** をつけて、美しい景色や街の風景を投稿してください。投稿された写真は、市公式Instagramや広報ひろさきで紹介することがあります。

■問い合わせ先 広聴広報課（☎ 40-0494）

市公式Instagram
「いいかも!!弘前」
(@e_comeonhirosaki)




ひろさきっこの作品 Vol.2

令和5年度弘前子ども美術展の入選作品の中から選出した8点を全8回で紹介합니다。子どもたちの作品に込めた夢、楽しい思い出、豊かな感性をご覧ください。

■問い合わせ先 学校指導課（☎ 82-1644）

「かがやくモチモチの木」

成田 凜咲さん（小沢小学校6年）

光をたくさんかいて全体が明るくなるようにしました。



背景のグラデーションにも注目してほしいです。



※広報ひろさき5月1日号「ひろさきっこの作品 Vol.1」の到達小学校とあるのは、致遠小学校の誤りでした。お詫びして訂正します。

たか丸くんの **ごみ減量速報**

令和6年3月の
ごみ排出量 **3,735t** **597t 減!**
(燃やせるごみ) (昨年同月比)

着なくなった衣類はリユースを！

市内12カ所に設置している衣類回収ボックスを利用して、着なくなった衣類を再利用しよう！



■問い合わせ先 環境課廃棄物政策係（☎ 32-1969）

やめよう！不法投棄

ごみを人目につかない山林や、空き地などに捨てる人がいます。不法投棄されたごみにより、自然環境や景観が悪くなるだけでなく、元に戻すためには多くの労力と費用を要します。

また、家庭ごみ集積所においても、故意に市で収集しないごみを捨てたり、事業活動に伴って排出されるごみを捨てる行為は不法投棄にあたる場合があります。

不法投棄は**犯罪**です。絶対にやめてください。

■問い合わせ先 環境課町田事業所（☎ 32-1952）

野焼きはやめましょう

家庭や事業所から出たごみを、ドラム缶に入れて焼却したり、空き地や河川敷などで焼却したりする「野焼き」は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で禁止されています。

野焼きは、悪臭や煙による近隣トラブルにつながるほか、ダイオキシン類などの有害物質を発生させるなど、人の健康や環境に悪影響を及ぼしかねません。例外として農業を営むためにやむを得ないものとして行う焼却は法律で禁止されていませんが、周辺住民などからの苦情が出ないように、煙やにおいには注意を払ってください。

■問い合わせ先 環境課資源循環係（☎ 35-1130）

7月



で盛り上げよう!

問い合わせ先 弘前市プロ野球一軍戦誘致実行委員会事務局 (スポーツ振興課内、☎40-7115)



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。

2年ぶりの1軍公式戦! 熱い戦いを球場でご覧ください。

パースル パシフィック・リーグ公式戦

7月2日(火) 午後6時 試合開始
▼ところ はるか夢球場(豊田2丁目)

東北楽天
ゴールデンイーグルス

VS

オリックス・
バファローズ



© Rakuten Eagles

7月2日に交通規制を実施します

- 運動公園周辺は安全確保や渋滞回避のため、交通規制を実施します。
- 運動公園内の駐車場は利用できません。また、近隣の商業施設等への駐車や路上駐車等は固くお断りします。
- 公共交通機関および市内有料駐車場は、市ホームページでご確認ください。



チケット販売やその他詳細は、楽天イーグルス公式ホームページでご確認ください。



2024 プロ野球ファーム交流戦

7月6日(土)・7日(日) ※試合開始は6日が午後0時30分、7日が正午/開場はいずれも午前10時から。

▼ところ はるか夢球場



広島東洋カープ



東京ヤクルトスワローズ



会場には、広島マツダスタジアム名物の「カープうどん」、
「ヘルメットアイス」がやってくる! そのほかにもおいしい
グルメや球団グッズ販売、選手サイン会もあります!

※当日、球場周辺は混雑が予想されます。なるべく公共交通機関をご利用ください。チケット販売やその他詳細は市ホームページでご確認ください。

