

みんなで作る みんなをつなぐ

広報

# ひろさき



No.450



## Contents

- |                    |                |               |
|--------------------|----------------|---------------|
| 2… 謹賀新年 - 年頭のご挨拶 - | 8… 暮らしの情報      |               |
| 3… 一年を振り返って        | 8 健康・スポーツ      | 18 安全・生活環境・防災 |
| 4… 新春特別企画          | 12 シニア・福祉      | 22 まちづくり      |
| たか丸くんからの挑戦状に答えて    | 13 子育て・教育・生涯学習 | 23 就労・資格      |
| 福袋を当てよう!           | 16 文化・レジャー     | 25 その他        |
| 5… 市からの大切なお知らせ     |                |               |

## 今号の表紙

新年あけまして  
おめでとうございます  
2025年が、みんなにと  
って、すてきな一年になり  
ますように。  
今年もどうぞよろしくまる。  
たか丸くんより

発行日 2025年1月1日



市長 櫻田 宏

議長 尾崎 寿一

あけましておめでとうございます。

市民の皆様には、お健やかに新年を迎えられたこととお喜び申し上げます。

昨年は、弘前市総合計画後期基本計画に基づく「健康都市弘前の実現」に向け、各種施策を推進するとともに、県内唯一の「SDGs未来都市」として、「日本一のりんご産業」を将来も持続可能なものとするための様々な取組を実施いたしました。その中でも、官民連携の援農ボランティアツアーは、県内初となる「地方創生応援税制（企業版ふるさと納税）」に係る大臣表彰に加え、「ディスカバー農山漁村の宝」優秀賞を受賞しており、さらに、農福学連携の取組では、全国の自治体で初めて「ノウフク・アワード2024」優秀賞を受賞するなど高い評価をいただきました。

本年は、住み慣れた地域で、自分らしく生活することができるよう、若年がん患者の在宅生活に必要な福祉用具の貸与・購入支援を行う取組などを更に進めてまいります。また、宿泊税の導入を目指すとともに、ひろさきガイド学校の受講生などへの支援や、弘前さくらまつり会期中の有料時間設定の見直しを行い、観光客の受入環境を整備し、交流人口の増加と、地域経済の活性化につなげてまいります。

さらに、第二中学校等複合施設が9月頃から新築工事に着手する予定であり、子どもたちの学習環境を整備しながら、学区内の公共施設を集約することで、人口減少社会に対応した新たな地域活動拠点として整備を進めてまいります。

市では、昨年2月、「ゼロカーボンシティひろさき」を宣言いたしました。今後、「産学官民金」の連携による協議会を設立し、地球温暖化防止対策、脱炭素社会の実現に向けて市民や関係機関との協働により取り組んでまいります。

人口減少、少子高齢化が進む中で、地方自治体が存続し、そして発展していくためには、これまで以上に市民の皆様と共に、協働で取り組んでいくことが重要になりますので、ご理解とご協力を賜りますようお願いを申し上げます。

結びに本年が皆様にとりまして幸多き年となりますことを祈念申し上げまして、新年の挨拶といたします。

新年おめでとうございます。

市民の皆様方にはお健やかに初春をお迎えのことと、心よりお喜び申し上げます。

平素は市議会に対しまして、深いご理解と格別なご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

昨年は、長期化するロシア・ウクライナ情勢に加え、イスラエル・パレスチナ問題や円安を背景とした物価の高騰等により、市民の皆様の生活に様々な影響が及んだ1年となりました。

また、一人ひとりの暮らし・働き方・価値観の変化や多様化する市民ニーズへの対応、デジタル化や脱炭素化に向けた動きなど、市政を取り巻く課題は複雑・多様化しており、市議会では、日々課題解決に向けて真摯に取り組んでいます。

こうした中で、市議会は、令和5年12月に設置した議会改革特別委員会において、市政の発展と市民福祉のさらなる向上のため、議会の活性化に向けた議論を進めています。

政策立案の面では、昨年3月、地酒等の消費拡大や地産地消を進め、関連する幅広い業種の活性化につなげることを目的とした、「弘前市地酒等による乾杯を推奨する条例」を議員提案により制定しました。

今後も、弘前市ならではの地域課題にスポットを当て、その解決のための政策立案を精力的に行ってまいります。

市議会では、新しい年を迎えましても、弘前市を魅力あふれる住みやすい街にしていくために、市民の皆様の多様な声を議会での議論を通して市政に反映し、監視機能と政策立案機能を高め、二元代表制の一翼を担う議会としての責務を果たしてまいりたいと思っております。

結びに、この1年が、皆様にとりまして健康で幸せの多い年となりますことを心からお祈り申し上げまして、年頭のご挨拶といたします。



## 一年を振り返って…

昨年1年間の弘前市の取り組みや出来事を振り返ります。



### 「地域を支える公共交通の人材確保に向けた連携協定」を締結（4月）

公共交通の維持確保に向けて、防衛省自衛隊青森地方協力本部と連携・協力して取り組みます。



### りんごのまち弘前 SDGs 応援ソング認定（6月）

「歌の力」を活かした情報発信を推進するため、りんご娘の楽曲「りんごのうた」を応援ソングに認定。



### ひろさきプロ野球 Week！（7月）

はるか夢球場（豊田2丁目）で、プロ野球一軍公式戦とファーム交流戦の計3試合を開催。



### 弘前城御能（11月）

弘前城に能舞台ができ、公演が行われてから350年を迎えることを記念して開催。



### 日本青森県弘前市文化物産フェア（11月）

台湾の遠東百貨6店舗で、りんごを中心とした物産フェアを開催しました。



### 「地方創生応援税制（企業版ふるさと納税）」に係る大臣表彰を受賞（12月）

「農業・観光連携りんご産業活性化事業」の「援農ボランティアツアー」が県内で初の受賞をしました。

## その他の取り組みや出来事

- 大韓航空青森・ソウル線が運航再開（1月）
- りんご生果の機能性表示食品「ひろまる」を販売（1月）
- 「ゼロカーボンシティひろさき」を宣言（2月）
- 弘前お米とくらし応援券を配布（2月）
- 弘前市とセントラルスポーツ株式会社で「健康都市弘前」の実現に向けた連携協定を締結（2月）
- 令和6年青森県広報コンクールで「広報ひろさき」が2連続特選を受賞（2月）
- 各種証明書のコンビニ交付サービススタート（3月）
- 「弘前市子ども家庭センター」スタート（4月）
- 「市社会福祉センター」、「すばやく弘前」の運営を開始（4月）
- 「弘前れんが倉庫美術館」で市民割を導入（4月）
- 危険ごみの分別収集を開始（4月）
- 田中泰宏副市長が就任（4月）
- JR東日本地域共創アワード最優秀賞を受賞（4月）
- 「弘前城本丸石垣修理」最終年度の積直し工事を開始（5月）
- ワイン『佐野ぬいラベル』が発売（6月）

- 「涼み処」の運用開始、クーリングシェルターの指定（6月）
- 「健康都市弘前」推進企業認定制度がスタート（7月）
- 弘前市産後ケア事業を開始（7月）
- りんご放任園解消チームを結成（7月）
- 食品ロス削減マッチングサービス「ひろさきタバスケ」の運用開始（8月）
- 弘前れんが倉庫美術館の展覧会「蜷川実花展」「白神視見考」来場者数が5万人を達成（8月）
- 「広報ひろさき」をリニューアル・「ひろさきだより」の創刊（10月）
- 市公式LINEの運用開始（10月）
- エバー航空 青森・台北線定期便が運行再開（10月）
- 市役所の一部窓口でキャッシュレス決済への対応をスタート（11月）
- 農福学連携の取り組みが全国の自治体で初めて「ノウフク・アワード2024」優秀賞を受賞（11月）
- 「ディスカバー農山漁村の宝」優秀賞を受賞（11月）
- JR弘前駅開業130周年（12月）

市からの大切なお知らせ

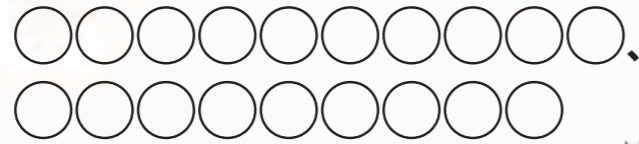
時とき 所ところ 内内容 対対象・定員 料料金 持持ち物  
申申し込み 問問い合わせ・申込先 F ファックス E Eメール



新春 特別企画  
たか丸くんからの  
挑戦状に答えて  
福袋を当てよう!

◆5人に当たります◆

たか丸くんからの挑戦状!



を2つ答えてね!

正解した人の中から抽選で5人に、弘前のステキなものが詰まった「お楽しみ福袋」が当たるよ!



★ ルール

弘前公園に植えられている、弘前七桜(しちざくら)をはじめとした、52種類の桜の名称から一部を集めた「シークワーズ(言葉探し)」です。

リストの言葉を右の表の中から全て探し出してください。表の余ったマスを上から1行ずつ右に読んでいくと、たか丸くんからの挑戦状が完成します。その挑戦状の問題に答えよう!

- ★縦・横・斜めに読みます。
- ★下から上(↑)、右から左(←)に読むこともあります。
- ★「ツ」「ヤ」「ユ」「ヨ」は、大小の区別をしません。
- ★1つのマスを何回か使うことがあります。

ア	リ	オ	オ	ヂ	ヨ	ウ	チ	ン	ス	ノ	キ	ト
マ	ズ	ニ	ノ	ミ	ク	ル	マ	ガ	エ	シ	ツ	テ
ノ	テ	マ	リ	イ	ヨ	ウ	キ	ヒ	ニ	ヨ	ナ	イ
ガ	ヒ	ベ	ニ	ユ	タ	カ	ロ	マ	ワ	ラ	ロ	ノ
ワ	ン	ニ	ウ	シ	ン	サ	タ	ズ	ガ	バ	サ	シ
サ	ガ	シ	コ	ザ	キ	ニ	ヨ	ア	イ	ナ	ク	ヨ
ン	ヒ	ダ	ン	ユ	ベ	ウ	コ	メ	モ	フ	ヤ	イ
ガ	ド	レ	キ	エ	コ	キ	ソ	ト	オ	リ	ヒ	メ
ヒ	エ	ア	マ	ウ	ヨ	チ	イ	オ	ヒ	シ	メ	ソ
コ	カ	ツ	ゲ	ウ	ヨ	シ	ロ	タ	エ	ラ	カ	チ
リ	マ	ザ	セ	ン	ダ	イ	シ	ダ	レ	ク	オ	ラ

★ リスト

カンザン (関山)	サクヤヒメ (咲耶姫)	センダイシダレ (仙台枝垂)
イチヨウ (一葉)	ショウゲツ (松月)	オオヂョウチン (大提灯)
オカメ (おかめ)	アマノガワ (天の川)	ヒロサキユキアカリ (弘前雪明かり)
ウコン (鬱金)	ソメイヨシノ (染井吉野)	オトメアズマヒガン (乙女東彼岸)
テマリ (手毬)	ソトオリヒメ (衣通姫)	マツマエベニタマニシキ (松前紅玉錦)
コヒガン(小彼岸)	アズマニシキ (東錦)	
シロタエ (白妙)	フナバラヨシノ (船原吉野)	
ヨウコウ (陽光)	オモイガワ (思川)	
	ミクルマガエシ(御車返し)	

27種類

応募方法 専用フォームかEメール、郵送またはファクス(①「福袋応募」・②問題の答え(2つ)・③住所・④氏名・⑤年齢・⑥電話番号・⑦本誌への意見や感想を明記)で。  
応募締切 1月24日(金・当日消印有効)  
問 広報課(〒036-8551、上白銀町1の1、☎35-1194、F 35-0080、E kouhou@city.hirosaki.lg.jp)



- 正解は広報ひろさき2月号に掲載
- 応募は1人1通まで
- 当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。
- 応募に際して取得した個人情報、プレゼント発送のみに使用します。

本誌28Pで「弘前七桜」を紹介!

令和7年度  
市民税県民税申告の受け付けを開始

郵送申告にご協力を

申告会場が混み合いますので、市民税県民税の申告はできるだけご自身で申告書を作成し、郵送で提出するようお願いします。郵送での申告は1月15日(水)から受け付けします。

確定申告は、自宅からスマートフォンやパソコンによる「e-Tax(国税電子申告・納税システム)」の利用が便利です。そのほか、自書した確定申告書または国税庁ホームページで作成・印刷した申告書を税務署へ郵送する、税理士に申告書の作成・提出を依頼するなどの方法もあります。

なお、所得税の確定申告をする人は、市民税県民税の申告は原則不要ですが、一部の人は申告が必要です。  
※令和7年1月1日現在、住所が市外にあり、家屋等が市内にある人

医療費控除を受けようとする人は

医療費控除を受けるには、「医療費控除の明細書」の作成・提出が必要です。医療費控除の明細書の様式は、市ホームページに掲載しているほか、「令和7年度市民税県民税申告のお知らせ」にも掲載していますのでご活用ください。

申告漏れにご注意ください

申告が必要なのに申告しないと、「未申告」となり、公的医療保険(国民健康保険や後期高齢者医療制度など)や介護保険、各種制度(障害福祉、児童福祉、公営住宅、教育費支援など)の利用に影響が出たり、負担軽減が受けられなかったりするほか、「所得・課税証明書」の交付が受けられないなどの不利益が生じる場合があります。

特に、無収入または非課税収入(遺族年金、障害年金、傷病手当、失業保険、生活保護など)のみの人は、申告漏れがないようご注意ください。

「令和7年度市民税県民税申告のお知らせ」は、市ホームページに掲載しているほか、市民税課でも配布しています。



問 市民税課市民税第二・第三係  
(市役所2階、〒036-8551、上白銀町1の1、☎40-7025、☎40-7026)

申告受付期間・受付会場

地区名	受付期間 ※(土)・(日)・(祝)を除く	受付会場	受付時間
全地区 (公的年金収入がない給与収入の人、営業等・農業、不動産、譲渡収入の申告がある人を除く)	2月12日(水)~14日(金)	市役所前川新館3階 申告会場	午前8時30分~ 午後4時
本庁地区	2月17日(月)~3月17日(月)		
相馬総合支所地区	1月27日(月)~29日(水)	相馬総合支所 1階多目的室	午前9時~午後3時
岩木総合支所地区	2月19日(水)~3月6日(木)	岩木総合支所 1階多目的室	
船沢地区	1月27日(月)・28日(火)	船沢公民館	午前9時30分~ 午後3時
新和地区	1月30日(木)・31日(金)	新和地区体育文化交流センター	
城東地区	1月30日(木)・31日(金)	総合学習センター	
東目屋地区	2月4日(火)	東目屋公民館	
石川地区	2月4日(火)・5日(水)	石川公民館	
高杉地区	2月6日(木)・7日(金)	北辰学区高杉ふれあいセンター	
裾野地区	2月7日(金)	裾野地区体育文化交流センター	

国民健康保険に加入している皆さんへ  
～申告漏れにご注意を！～

国保加入世帯員の中に、**市民税県民税の申告をしていない人がいる場合は、保険料や高額医療費の自己負担限度額が高くなる場合があります。**

対次の①または②に該当する世帯主または加入世帯員  
①非課税収入（障害年金・遺族年金・失業保険など）

のみの人／②令和6年中に収入が無かった人  
申告期限 3月17日(月)  
詳細は、「令和7年度市民税県民税申告のお知らせ」をご覧ください。  
問国民健康保険に関すること…国保年金課国保保険料係（市役所1階、☎40-7045）／申告に関すること…市民税課市民税第二・第三係（市役所2階、☎40-7025、☎40-7026）

水道料金・下水道使用料を改定します

令和7年5月 水道料金…約10.9%引き上げ  
検針分から 下水道使用料…約17.9%引き上げ

この料金改定は、人口減少に伴う料金収入の減少や老朽管路・施設の更新費用の増加などにより、現行の料金水準で運営を続けた場合、資金が不足し、事業継続が困難な状況になることが見込まれているため、実施するものです。  
安定した上下水道サービスの提供を続けていくため、市民の皆さんにご負担をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

新料金表や料金改定に関する事など詳細は市ホームページに掲載しています。



料金改定に関する説明会

	とき	ところ
①	1月25日(土)、午後2時～	市立観光館（下白銀町）1階 多目的ホール
②	1月28日(火)、午後2時～	長慶閣（五所字野沢）多目的研修集会室
③	1月29日(水)、午後2時～	岩木庁舎（賀田1丁目）2階 多目的ホール
④	1月30日(木)、午後7時～	ヒロロ（駅前町）4階 市民文化交流館ホール

※予約不要／各回30～45分程度

問上下水道部総務課（☎55-9660）

令和7年度  
会計年度任用職員の募集

一般事務

雇用期間 令和7年4月1日～令和8年3月31日(更新の可能性あり)

勤務時間 週30時間

募集人員 3人程度

第一次試験 2月2日(日)

申1月22日(水・必着)までに、所定の履歴書と受験票に必要事項を記入し郵送または持参(受け付けは、平日の午前8時30分～午後5時)で。

※履歴書と募集要項は人事課で配布しているほか、市ホームページからダウンロードできます。

専門職

各課の専門的な業務に従事する会計年度任用職員（福祉職・医療職・労務職など）の募集職種や募集要項は、各課の募集が始まり次第随時更新しますので、市ホームページで確認の上、応募を。

障がい者対象（一般事務／労務職）

募集人員

一般事務＝3人程度／労務職＝1人程度

受験資格 障がいに係る手帳の交付を受けている人

申試験日程や申し込み方法は職種ごとに異なりますので、市ホームページで確認の上、応募を。



問人事課（市役所2階、☎036-8551、上白銀町1の1、☎35-1119）

国民年金のお知らせ

令和6年分公的年金等の源泉徴収票を送付

老齢・退職を支給事由とする年金を受給している人全員に、令和6年2月支払分～12月支払分（令和7年1月に支払いがあった人は1月支払分まで）の金額を記載した源泉徴収票が1月中旬から順次送付されます。なお、「ねんきんネット」で電子送付の希望登録を行っている人には、郵送されません。  
※障害年金や遺族年金、年金生活者支援給付金は非課税所得であるため、源泉徴収票は送付されません。

源泉徴収票の再交付申請は「ねんきんダイヤル」や年金事務所で申請を受け付けています。また、「ねんきんネット」からも再交付申請ができます。

問ねんきんダイヤル(☎0570-05-1165)／弘前年金事務所（外崎5丁目、☎27-1339）



20歳になったら国民年金

国民年金は、老後の暮らしをはじめ、事故などで障がいを負ったときや、家族の働き手がなくなったときに、みんなで暮らしを支え合うという社会保険の考え方から作られた仕組みです。

◎国民年金の加入

20歳を迎えると、国民年金の第1号被保険者（20歳以上60歳未満の農業者・自営業者・学生・無職の人など）として加入した事のお知らせ、国民年金保険料納付書、学生納付特例制度の申請書などの書類が届きます（すでに第2号被保険者、第3号被保険者になっている人を除く）。

※第2号被保険者…会社員・公務員など厚生年金加入者／第3号被保険者…第2号被保険者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者(年収130万円未満)

◎保険料の納付

金融機関や郵便局、コンビニエンスストアでの納付書による納付、電子納付、口座振替、クレジットカード納付のほか、スマートフォンのアプリ決済も可能です。

納付が難しい人は、学生納付特例制度（在学中で所得が一定以下の場合、保険料納付が猶予される制度）や免除・納付猶予制度（学生以外の人の保険料納付が免除または猶予される制度）があります。未納のまま放置せず、必ず申請しましょう。

※各種要件あり。  
問国保年金課（☎40-7048）／弘前年金事務所（☎27-1339）



償却資産（固定資産税）の申告

申告が必要な個人および法人は、1月31日(金)までに申告書を提出してください。

対令和7年1月1日現在で、市内に事業用の減価償却資産（建物や自動車などを除く）を所有する個人または法人

※令和6年中に新たに事業を始めた人はご相談を。

持マイナンバーカード（または身分証明書と個人番号通知カード）

※個人事業主のみ。

その他 申告期間中は窓口が混み合いますので、できるだけeLTAX（エルタックス）または郵送での申告をお願いします。

問資産税課（市役所2階、☎036-8551、上白銀町1の1、☎40-7027）

運動公園はるか夢球場のフェンス広告を募集

募集期限 1月24日(金)

募集方法 公募型競争入札

広告掲載期間 令和7年4月1日～令和8年3月31日

区画 内野ラバーフェンス＝1区画

その他 入札額が同額の場合は抽選で決定します。なお、決定通知は2月下旬に送付予定で、使用料納付期限は3月28日(金)です。

問スポーツ振興課（☎40-7115）



時とき 所ところ 内内容 対対象・定員 料料金 持持ち物  
申申し込み 問問い合わせ・申込先 Fファックス Eメール

### 今月の納税

問収納課 (市役所2階、☎40-7032、☎40-7033)

固定資産税	第4期
国民健康保険料	第7期
介護保険料	第7期
後期高齢者医療保険料	第7期

納期限 **1/31 (金)** 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・休日納税相談日を設けています。

**夜間納税相談** 1月20日(月)~24日(金)の午後5時~7時30分  
**休日納税相談** 1月26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、電話相談や、市税・国民健康保険料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。

### 本で広がる支援の輪「ホンデリング」へご協力を


ホンデリングとは、寄付していただいた本の売却代金を、「全国被害者支援ネットワーク」が行う支援活動に役立てるもので、市では、平成30年度から協力しています。令和7年からは、寄付ボックス設置場所を3カ所(下表③~⑤)増やし、市内の全5カ所まで1年を通じて本の寄付を受け付けしていますので、引き続きご協力をお願いします。

寄付ボックス設置場所	受付時間
① 市役所2階 市民協働課前通路	平日の午前8時30分~午後5時
② ヒロコ(駅前町)3階 市民参画センター	午前9時~午後9時
③ 宮川交流センター(堅田2丁目)	午前9時~午後9時(祝の翌日と(月)を除く)
④ 北辰学区高杉ふれあいセンター(独狐字山辺)	午前9時~午後9時(毎月第4(土)を除く)
⑤ サンライフ弘前(豊田1丁目)	午前9時~午後9時(毎月第4(土)を除く)

※年末年始を除く

問市民協働課 (☎ 35-1664)

寄付対象となる本 ISBNコードがついた本



▲ ISBN 見本

※個人出版の本、古書、マンガ雑誌、コンビニコミック、百科事典などは対象外/寄付していただいた本は返却できませんので、ご了承ください。




### 体組成測定、食生活改善推進員による調理実習、保健師講話、雪印メグミルク(株)による骨・カルシウムセミナーなど

**メニュー** 麩と舞茸のクリームスープ、簡単ミルクヨーグルトケーキほか

**対** 2日間の講座を受講できる市民 = 16人(先着順)

**申** 2月5日(水)までに電話で。

**問** 健康増進課 (☎ 37-3750)




### 第53回弘前市少年スキー大会


**時** ①2月9日(日)・②16日(日)の午前8時30分~午後2時30分

**種目・所** ①距離競技・リレー競技…運動公園(豊田2丁目) 距離コース/②大回転競技…岩木山百沢スキー場(百沢字東岩木山)

**対** 市内の小学校に在学し、保護者の承諾のもと監督・コーチまたは保護者が引率できる児童(①=小学校3~6年生/②=小学生)

**料** 距離競技・大回転競技 = 1人500円/リレー競技 = 1チーム1,000円

**申** 1月21日(火・必着)までに、申込用紙に参加料を添えて弘前市スポーツ協会(〒036-8356、下白銀町2の1、笹森記念体育館内、☎ 37-5508)へ。 ※直接窓口が郵送の場合は現金書留で/リレー競技は



男女別に男子6人、女子5人以内を記入すること/申込用紙は笹森記念体育館、岩木山百沢スキー場、そうまロマンピアスキー場(水木在家字桜井)、運動公園野球場事務室で配布

**抽選会・代表者会議** 1月24日(金)の午後5時30分から市民体育館(五十石町)会議室で開催(欠席の場合は委任したものとする)

**問** 弘前スキー倶楽部事務局(加藤さん、☎ 090-4556-8279)

### ヒロコでQOL健診

**時** ①2月5日(水)・②26日(水)の午前10時~正午

**所** ヒロコ(駅前町)3階健康ホール

**対** 各回20人(先着順)

**測定項目** 問診、身長・体重、体組成、血圧、内臓脂肪、推定野菜摂取量(ベジチェック®)、骨密度、握力、立ち上がり、2ステップ、口腔(唾液)

**申** ①は1月24日(金)まで、②は2月14日(金)までに、電話で。


**問** 健康増進課 (☎ 37-3750)



### 暮らしの情報

各種催しなどは、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。詳しくは各ホームページまたは各問い合わせ先で確認を。なお、特別な記載がない場合は、参加料や入場料は無料で、申し込み不要です。

■市ホームページ <https://www.city.hirosaki.aomori.jp>



▲市HP

弘前市食生活改善推進員会 File.157

食改さんおすすめ レシピ

### 乳製品と野菜を使った簡単レシピ

#### ブロッコリーとチーズの塩昆布和え

1人分の野菜使用量 60g

材料 2人分

ゆでたブロッコリー	.....	120g
塩昆布	.....	2g
チーズ(さけるタイプ)	.....	1本(25g)
白ごま	.....	1g

- ① チーズは細く裂いて、半分の長さに切っておく。
- ② ブロッコリーと塩昆布、チーズを和える。
- ③ 器に盛り付けて白ごまをふりかける。

おすすめポイント♥

自然解凍で食べられるタイプの冷凍ブロッコリーを使用すれば、さらに手軽に作ることが出来ますよ。




▲弘前市食生活改善推進員について

あと70歳までベジファーストで野菜を食べよう

### 健康・スポーツ

#### 河西体育センター プールの臨時休業

施設・設備のメンテナンス等のため、休業します。

**時** ①1月4日(土)~2月14日(金)の午前9時30分~11時30分/②2月15日(土)~28日(金)の終日

※①のうち1月5日(日)・12日(日)・18日(土)・19日(日)・25日(土)・26日(日)、2月2日(日)・8日(土)・9日(日)は終日休業

**問** 河西体育センター(石渡1丁目、☎ 38-3200)

#### 生涯骨太クッキング講座

**時** 2月14日(金)・21日(金)の午前10時~午後1時(2日間でセットの講座)

**所** 北辰学区高杉ふれあいセンター(独狐字山辺)

#### 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)を聞いてほしいとき、ご利用ください。

**時** 1月7日(火)、午前9時~正午

**所** 市保健センター(野田2丁目)

**申** 前日までに、電話で(「こころの病気」を治療中の人は、まずは主治医へ相談を)。

**問** 健康増進課(市保健センター、☎ 37-3750)

時とき 所ところ 内内容 対対象・定員 料料金 持持ち物  
申申し込み 問問い合わせ・申込先 Fファクス Eメール

## 休日在宅当番

◎予定が変更となる場合がありますので、  
受診前に（一社）弘前市医師会・（一社）  
弘前歯科医師会ホームページや休日在宅  
当番医に電話でご確認ください。



▲弘前市医師会 ▲弘前歯科医師会

	内科 時午前9時～正午	耳鼻いんこう科・眼科 時午前10時～午後4時	歯科 時午前9時～正午	
1月	1(水祝)	なし	なんば耳鼻咽喉科（高田5丁目） ☎ 55-8749 あおば歯科医院（桔梗野4丁目） ☎ 31-3343 成田眼科クリニック（森町） ☎ 35-5155 石岡歯科医院（松森町） ☎ 32-1078	
	2(木)	なし	いくこ耳鼻科クリニック（南瓦ヶ町） ☎ 33-6373 スクエア歯科（富田3丁目） ☎ 39-4180 代官町クリニック吉田眼科（代官町） ☎ 38-4141 デンタルオフィスよしだ（早稲田3丁目） ☎ 26-2525	
	3(金)	なし	さとう耳鼻咽喉科医院（田園4丁目） ☎ 27-8733 いちむら歯科医院（取上2丁目） ☎ 31-0756 おおた眼科（駅前町） ☎ 38-2333 くりの木デンタルクリニック（新町） ☎ 88-7676	
	5(日)	関医院中津軽診療所（賀田1丁目） ☎ 82-3006	なし	弘前インター歯科クリニック（石川字平岡） ☎ 55-8214
	12(日)	さがらクリニック（桔梗野1丁目） ☎ 37-2070	なし	杉山歯科クリニック（泉野2丁目） ☎ 55-0811
	13(月祝)	なし	なし	ひかり歯科医院（大久保字西田） ☎ 55-5525
	19(日)	沢田内科医院（茂森新町1丁目） ☎ 37-7755	あきた耳鼻咽喉科クリニック（南城西2丁目） ☎ 32-2332	あまない歯科医院（神田1丁目） ☎ 88-6400
26(日)	弘前温泉養生医院（真土字勝剣林） ☎ 82-3377	たかはし眼科（紺屋町） ☎ 31-3456	遠藤歯科（代官町） ☎ 36-5560	
2月上旬	2(日)	五日市内科医院（植田町） ☎ 35-4666	なし	よりみつ歯科クリニック（南城西2丁目） ☎ 88-6402
	9(日)	さがらクリニック（桔梗野1丁目） ☎ 37-2070	あべ耳鼻咽喉科（宮川1丁目） ☎ 26-6116	波多野歯科医院（徳田町） ☎ 32-2861

◎上記のほか市急患診療所（野田2丁目、☎ 34-1131）において、内科・外科・小児科の診療を行っています。  
①休日…午前10時～午後4時  
②夜間…午後7時～午後10時30分（内科・小児科のみ）

◎休日当番の割り当てがない日や、市急患診療所の受付時間外は医療機関紹介電話（☎ 32-3999）をご利用ください。



◎受診すべきか迷ったら「電話医療相談」をご利用ください。

●子ども医療でんわ相談 ☎ #8000（15歳未満） ●あおもり救急電話相談 ☎ #7119（15歳以上）

## 各種スポーツ教室

共通事項…飲み物、汗拭きタオル、室内用シューズ（室内の教室のみ）を持参し、防寒対策をし、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確認を。

### アロマストレッチ教室

時 1月10日～3月21日の毎週（金）、午前10時～11時（全11回）  
所 弘前 B&G 海洋センター（八幡町1丁目）武道館  
内 アロマの香りに包まれながら、全身のストレッチを行い、代謝や免疫力を向上させる  
対 30人（先着順／20人未満の場合は中止）  
料 3,300円（傷害保険料込／事前に参加できない日は要相談） 申 電話  
問 弘前 B&G 海洋センター（☎ 33-4545）

### ～冬休み特別企画～ 陸上教室

時 1月11日（土）・12日（日）の午後1時～2時30分、13日（月）祝の午前10時～11時30分  
所 岩木文化センターあそべる（賀田1丁目）ホール  
対 小学生以上＝各回25人（先着順）  
料 1回1,000円 申 電話  
問 ファイテンアスリートサポートシステム（山崎さん、☎ 090-7930-0180）

### 剣道寒中稽古

時 1月18日（土）・19日（日）の午前6時30分～7時30分（開場は午前6時）  
所 弘前 B&G 海洋センター（八幡町1丁目）  
対 幼稚園・保育園等の年長児以上  
問 弘前剣道連盟（堀内さん、☎ 090-3362-7465）

### スポーツキッズ体操教室

時 1月19日（日）・26日（日）の午前9時～10時  
所 千年小学校（小栗山字川合）体育館  
対 小学校2～5年生＝各日10人（先着順）  
料 1回900円 申 電話  
問 ファイテン JAC（山崎さん、☎ 090-7930-0180）

### 金属町体育センターの教室

#### ◎スポーツチャレンジ教室

時 1月28日～3月25日の毎週（火）、午前10時30分～正午（2月11日・25日を除く／全7回）  
対 15人 内 ソフトバレーボール、ラージボール卓球等

#### ◎～認知症を予防しよう！～ 楽しく健康教室

時 1月30日～3月27日の毎週（木）、午後2時30分～3時30分（3月20日を除く全8回）  
対 12人 内 軽いリズム体操、遊びを取り入れた楽しい脳トレ

#### ～共通事項～

申 1月15日（水・必着）までに、往復はがき（◆）で。  
問 金属町体育センター（〒036-8245、金属町1の9、☎ 87-2482）

### 第3回弘前市民・少年少女スキー教室

時 2月1日（土）・2日（日）の午前9時30分～午後2時30分（受け付けは午前8時40分から）  
所 大鰐温泉スキー場（大鰐町虹貝字清川／受付場所は雨池スキーコミュニティセンター2階 国際エリア）  
対 小学生以上  
料 3,000円（2日間の講習料および傷害保険料を含む）  
持 リフト券、スキー用具  
申 1月17日（金）～27日（月）に、①～③のいずれかの窓口で申し込みを。  
①弘前市スポーツ協会（下白銀町）／②タケダスポーツ弘前店（城東北4丁目）／③スーパースポーツゼビオ弘前高田店（高田5丁目）  
その他 2日は希望者のみジュニアテスト（2級以下）を行います。  
問 弘前スキー倶楽部事務局（加藤さん、☎ 090-4556-8279）  
※第2回の申込期間は1月7日（火）～14日（火）で、第3回と同様の窓口で受け付けをします。

### かけっこ教室

時 2月3日～27日の毎週（月）木、午後4時45分～6時15分  
所 河西体育センターアリーナ  
対 市内の小学生＝20人 持 なわとび  
申 1月15日（水・必着）までに、往復はがき（◆）で。  
問 河西体育センター（〒036-8316、石渡1丁目19の1、☎ 38-3200）

### 第36回弘前市民ボウリング教室

時 2月9日（日）・11日（火）祝の午前10時～正午（集合時間は午前9時45分）  
所 弘前ファミリーボウル（さくら野百貨店弘前店ラフォーテ館〈高崎2丁目〉2階）  
対 初級・中級の市民  
料 1日500円（傷害保険料込）  
申 2月6日（木）までに参加料を添えて受付カウンターへ。  
問 弘前ファミリーボウル（☎ 27-4145）

（◆）…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。応募多数の場合は抽選で決定。

## 岩木健康増進プロジェクト市民公開講座

岩木健康増進プロジェクト健診の結果や研究成果を中心に、健康に役立つ最新情報について弘前大学の医師やプロジェクト参画機関の研究者がお話します。

時 1月21日(火)、午前9時30分～正午(受け付けは午前9時10分から)

所 ヒロロ(駅前町)4階市民文化交流館ホール

対 市民=150人(先着順)

持 筆記用具

申 1月16日(木)までに電話で。

問 健康増進課(☎37-3750)

## シニア・福祉

## 健康サポート教室～太極拳～(初心者向け)

	開催日	時間
①	1月19日(日)	午後 2時15分から
②	1月29日(水)	午前 10時15分から
③	2月10日(月)	午前 10時15分から
④	2月23日(日)(祝)	午後 2時15分から
⑤	3月 2日(日)	午後 2時15分から
⑥	3月12日(水)	午前 10時15分から

※各回同じ内容で所要時間は1時間程度/2回以上の参加を推奨

所 温水プール石川(小金崎字村元)研修室

対 65歳以上の市民=各回12人(先着順)

持 室内シューズ、タオル、飲み物(動きやすい服装で参加を)

申 ①・②は1月6日(月)以降に、③・④は1月20日(月)以降に、⑤・⑥は2月20日(木)以降に電話で。

問 温水プール石川(☎49-7081、午前9時～午後5時)

## ふれあい高齢者ニュースポーツ研修会

時 2月1日(土)～16日(日)の午前9時～正午(ゲートボールは午後3時まで)

所 屋内ゲートボール場すば一弘前(石渡1丁目)

内・定員 ゲートボール(30人)、グラウンドゴルフ(40人×2班)、ペタンク(24人)、マレットゴルフ(30人)、ターゲットバードゴルフ(20人)

※いずれも先着順

対 おおむね60歳以上の市民

申 1月4日(土)～20日(月)に電話で。

問 すば一弘前(☎38-3250)

## ふれあい高齢者ペタンク親善大会

時 2月8日(土)、午前9時30分～午後3時(受け付けは午前9時から)

所 克雪トレーニングセンター(豊田2丁目)

対 60歳以上の市民(初心者歓迎)

¥500円(昼食代を含む/当日お支払ください)

申 1月15日(水)までに電話で。

問 (福)弘前市社会福祉協議会(☎33-1161)/弘前市ペタンク協会(菅原さん、☎88-1556、☎090-9422-3562)



## 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 次の①か②を満たし、今までにワクチンを接種したことがない人

①65歳の人(接種日時点)/②60～64歳の人で、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機能に障害がある人(障害等級1級)

¥3,000円(生活保護受給者は無料)

接種期限 3月31日(月)

問 健康増進課(☎37-3750)

## 合葬墓生前申し込みを受け付け

市では、近くに親戚や身寄りがない人のために、焼骨を共同で埋蔵する合葬墓の生前申し込みを受け付けします。

※市では合葬墓での宗教行事などを行っていません。永代供養を希望する場合は、個別に寺院等へ相談を。

対 20人

資格要件 次の①～④に全て該当する人

①現在、弘前霊園の一般墓地の使用許可を受けていない人、または合葬墓の生前申し込みと同時に一般墓地を返還する人

②申請の時点で、継続して1年以上、市内に住所があり、かつ満65歳以上の人

③自身の死後に、焼骨を納骨する人を事前に指定できる人

④合葬墓に埋蔵した時点で、焼骨を返還できないことについて同意できる人

受付期間 1月14日(火)～2月3日(月)の平日、午前8時30分～午後5時

申 応募する人の身分証明書を持参の上、環境課(市役所2階)へ。

¥1人につき6万円(生前申込者として決定後、申請時に納付してください)



※応募数が公募数を上回った場合は、2月28日(金)に公開抽選を行い決定します。抽選の詳細は、応募者へ事前に通知します。

問 環境課(☎40-7035)

## 要介護認定高齢者の障害者控除

65歳以上で、要介護認定を受けている人を対象に「障害者控除対象者認定書」を発行しています。この認定書により、身体障害者手帳などの交付を受けていなくても、本人または扶養している親族は、個人住民税および所得税の障害者控除を受けることができます。

なお、個人住民税と所得税が課税されない場合は、控除申請の必要はありません。

対象と控除区分

◎要介護1～3の人…障害者

◎要介護4・5の人…特別障害者

申請方法 本人または扶養者が、対象となる人の要介護度がわかるものを持参の上、申請を。

問 介護福祉課(市役所1階、☎40-7114)/岩木総合支所民生課(岩木庁舎〈賀田1丁目〉1階、☎82-1628)/相馬総合支所民生課(相馬庁舎〈五所字野沢〉内、☎84-2113)



## 子育て・教育・生涯学習

## 子ども定期予防接種

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っても重要です。体調の良い時に計画的に接種しましょう。

小学校6年生の子ども

2種混合(ジフテリア・破傷風)ワクチンを接種していない人は、早めに接種しましょう。

※対象年齢(11～13歳未満)を過ぎると有料です。

問 健康増進課(☎37-3750)

## 鳴海要記念陶房館の催し

## 青柳省吾の縄文切り絵ワークショップ

時 1月11日(土)～13日(月)祝の午前10時～午後3時  
制作物・¥モバイル…2,300円(所要時間90分～120分)/フレーム…1,500円(所要時間30分～60分)  
※いずれもドリンク付き

## つまみ細工でつくるマーガレット

時 1月18日(土)・19日(日)の午前10時～午後1時  
対 10人(要事前予約)  
¥3,800円(お菓子・ドリンク付き)

時とき 所ところ 内内容 対対象・定員 ¥料金 持持ち物  
申申し込み 問問い合わせ・申込先 Fファックス Eメール

## 竹村松博 彫刻小品展

時 1月22日(水)～2月2日(日)の午前9時～午後4時

## こぎん刺し体験と小物販売

時 1月12日(日)・26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)

体験料 250円から(コースターほか)

問 鳴海要記念陶房館(賀田字大浦、☎82-2902、火は休み)

## 弘前学院大学 国語国文学会冬季大会

日本語・日本文学科の学生と教員の研究発表会です。

時 1月11日(土)、午後1時～4時

所 弘前学院大学(楡町)1号館4階大講義室

テーマ・発表者 「現代中国文学に与えられた写生文の影響」…応箇さん(同大学大学院文学研究科2年)/「東北大学における日本語教員養成の取り組みについて」…小河原義朗さん(東北大学教授)

対 市民=100人

問 弘前学院大学文学部事務(成田さん、☎34-5211)

## 親子のこことばの教室&amp;おしゃべり fika

日頃、子どもの「こことば」のことで困っている人を対象に、こことばの学習および相談と、フィンランドのティータイム「fika(フィーカ)」を楽しみませんか。

時 1月18日(土)、午前10時～11時30分

所 弘前医療福祉大学在宅ケア研究所(小比内3丁目)

対 未就学児とその保護者=15組(先着順)

申 1月8日(水)以降に、電話で。

問 弘前医療福祉大学(戸沼さん、小山内さん、☎27-1001)

**二十歳の祭典**

と き 一月十二日(日)  
と ころ 市民会館(下白銀町)  
時 午前十一時～十一時四十分

対 平成16年4月2日(土)～平成17年4月1日生まれの人

その他 当日式典の様子は、インターネットでライブ配信します/交通渋滞緩和のため、当日の午前10時～午後2時は、市役所・茂森方面から市民会館への右折進入を禁止します/送迎する人は、市民会館玄関前で降車後、直ちに敷地外へ退出してください。なお、市民会館敷地内には駐車できませんので、近隣の有料駐車場等をご利用ください。

問 生涯学習課(☎82-1641)

暮らしの情報

柴田学園大学短期大学部×弘前丸魚 公開講座

おさかな食育クッキング

時 1月18日(土)、午前10時30分～午後0時30分

所 柴田学園大学短期大学部(上瓦ヶ町)調理実習室

対 親子または一般=32人

料 500円(一般…1人/親子…1組)

持 エプロン、三角巾、ハンドタオル

申 1月9日(木)までに、電話かホームページ内の専用フォームで。

※応募多数の場合は抽選で決定し、抽選結果を申込者全員にお知らせします。

問 (株)弘前丸魚(秋元さん、☎27-2345、(日)・(水)・(祝)は休み)



津軽塗研ぎ出し体験

時 1月25日(土)、①午前10時～正午/②午後2時～4時

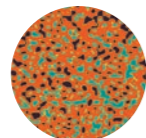
所 弘前文化センター(下白銀町)3階第1工作実習室

対 ①市内に在住または通学する小学校3年生～中学生(親子も可)=15人(先着順)/②市内に在住または通勤・通学している18～50歳の人=15人(先着順)

作品・料 ①箸とスプーン…3,000円/②ぐい呑み…3,000円/③名刺入れ…2,000円/④シャープペンシル…1,400円/⑤デザートスプーン…900円

※講師が仕上げを行い、後日引き渡します。

持 筆記用具



申 1月22日(水)までに、電話かEメール(住所<町名まで>・氏名<ふりがな>・学校名と学年または年齢・電話番号・希望する作品番号<1人につき2つまで可>を明記)で。

問 中央公民館(☎33-6561、E chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、(火)・(祝)は休み)

外国人留学生から直接聞ける世界のおはなし

弘前大学で日本語を学ぶコスタリカ、ルクセンブルク、イタリア、ロシア、台湾、韓国の留学生が、出身地や勉強しているテーマなどについて日本語で発表します。

時 1月25日(土)、午後1時30分～3時40分

所 弘前文化センター(下白銀町)2階第3会議室

対 市内に在住または通勤・通学している人=20人(先着順) 持 筆記用具

申 1月18日(土)までに、電話、ファクスまたはEメール(住所または勤務先住所<町名まで>・氏名<ふりがな>・電話番号・講座参加理由・留学生に聞いてみたいことを明記)で。

注意 事項 宗教、政治、人種に関する質問はしないようにお願いします。

問 中央公民館(☎33-6561、F 33-4490、E chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、(火)・(祝)は休み)



市民ボランティアによるパソコン講座

パワーポイント2019入門講座

時 2月7日(金)、午前10時～午後3時

内 パワーポイント2019を使用した基本的な操作技術

の習得

対 パソコンの基本操作ができる市民=30人(先着順)

実践エクセル関数講座

時 2月18日(火)、午前10時～午後3時

内 エクセル2019を使用した実践で活用できる関数の習得

対 関数を使用したことがある市民=30人(先着順) ~共通事項~

所 総合学習センター(末広4丁目)

持 筆記用具、USBメモリ、昼食

申 1月19日(日)以降に、窓口か電話で。

その他 異なるバージョンのソフトを使用している人は、操作方法が異なる場合があります。

問 学習情報館(総合学習センター内、☎26-4800)



おいで!弘前「弘前の伝統工芸体験」

津軽塗研ぎ出し体験でリバーシブルプレートづくり

時 2月1日(土)、午後1時～4時

所 市立観光館(下白銀町)多目的ホール

申 込 期限 1月24日(金)



こぎん刺しでティーマットづくり

時 3月8日(土)、午後1時～4時

所 弘前こぎん研究所(在府町)

申 込 期限 2月28日(金)

~共通事項~

料 各2,000円 対 各20人(先着順)

申 電話か各専用フォームで。

問 (福)千年会(井澤さん、☎87-4888)



**弘前文化センター**  
**プラネタリウム**

料 一般=250円  
小・中学生、高校生=120円

土曜日の午前10時30分は、どなたでも無料の「わくわく☆子どもプラネ」を投影!

投影スケジュールやプログラムなどの詳しい内容は市ホームページに掲載しています。

問 中央公民館(☎33-6561、(火)は休み)

時 とき 所 ところ 内 内容 対 対象・定員 料 料金 持 持ち物 申 申し込み 問 問い合わせ・申込先 F ファクス E メール

第3回まいぶん講座

大森勝山遺跡の環状列石と景観

太田原潤さん(神奈川県立常民文化研究所客員研究員)を講師に、埋蔵文化財(遺跡や土器などの遺物)に関する講座を開催します。

時 2月2日(日)、午前10時～11時30分

所 市立博物館(下白銀町)ロビー

対 50人(先着順)

持 筆記用具

申 1月14日(火)の午前9時以降に電話で。

問 文化財課(☎82-1642)



弘前子ども美術展

弘前地区の小・中学生が、図工・美術の授業で制作した作品を展示します。

時 2月1日(土)・2日(日)

所 A会場…弘前文化センター(下白銀町)2階小ホール/B会場…弘前れんが倉庫美術館(吉野町)2階市民ギャラリー/C会場…ヒロ口(駅前町)4階市民文化交流館ホール

※展示時間は市ホームページを確認を。

問 弘前子ども美術展実行委員会事務局(学校指導課内、☎82-1644)



ぬいぐるみのおとまり会

ぬいぐるみがあなたの代わりに図書館を探検・お泊りします。当日はおはなし会の後、ぬいぐるみをお昼寝させて解散し、後日記念アルバムを添えて返却します。

in 岩木図書館

時 1月25日(土)、午前10時30分～11時 所 岩木図書館(賀田1丁目)児童室 定員 5人(先着順)

申 1月11日(土)以降に、岩木図書館カウンターまたは電話で。

※ぬいぐるみの返却は2月1日(土)以降です。

in 弘前図書館

時 2月16日(日)、午前10時45分～正午 所 弘前図書館(下白銀町)2階視聴覚室 定員 10人

申 1月18日(土)～25日(土)に、弘前図書館カウンターまたは電話で。

※応募多数の場合は抽選で決定し、1月28日(火)までに当選者のみに連絡/ぬいぐるみの返却は2月23日(日)祝以降です。

~共通事項~

対 3歳～小学生

持 ぬいぐるみ(1人1体まで)

問 岩木図書館(☎82-1651、(月)は休み)/弘前図書館(☎32-3794、1月16日(木)は休み)



母子保健

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。受診の際は母子健康手帳を持参してください。問 市こども家庭センター母子保健係(ヒロ口<駅前町>3階、☎33-1652)

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	2月21日(金) ①午前10時10分～10時50分 ②午前11時20分～正午	1月15日(水)までに、駅前こどもの広場(ヒロ口<駅前町>3階、☎35-0156)へ。
1歳6カ月児★ 予約制	対 令和5年6月生まれの子ども 保健センターでの健診=1月22日(水)・23日(木) ※集団健診を受診後に、フッ化物歯面塗布受診券を配布します/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を受診を。		2月14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	
3歳児 予約制	対 令和3年6月生まれの子ども 1月8日(水)・9日(木)			
2歳児歯科★	各指定歯科医療機関での個別健診			
発達相談 予約制	とき 平日の午前9時30分～午後3時 ※1組あたり1時間程度	ところ 市こども家庭センター	対象 市民で、1歳以上の幼児とその家族	内容 ことばについて心配、落ち着きがないなどの相談

★…健康診査票が必要。予約制…事前の予約が必要です。



暮らしの情報



# りんごのまち弘前 SDGs 発表会

市内小・中学校等 10 校で実施した SDGs 未来へプログラムの成果を、城西小学校と第四中学校の児童・生徒が発表するほか、民間事業者（有アサヒ印刷、株つがる屋）による SDGs の取り組みの発表を行います。参加者には、りんごのまち弘前 SDGs エコバッグのプレゼントもあります。

- 時 1月12日(日)、午前10時～正午
  - 所 ヒロコ（駅前町）4階市民文化交流館ホール
  - 対 150人（先着順/要事前予約）
  - 申 12月26日(木)の正午～1月8日(水)の正午に専用フォームで。
- 問 企画課 (☎ 40-7021)



ゲスト!



りんご姫



北野ごほうさん



ジョナゴールドさん

## 文化・レジャー

### にほんごでたのしもう！（交流型日本語教室）

#### 雪国の過ごし方

日本語を勉強しながら、交流してみませんか。県内在住外国人向けの冬服のお渡し会もあります。

- 時 1月19日(日)、午前10時～正午
- 所 弘前文化センター（下白銀町）3階第1工作実習室
- 対 県内在住の16歳以上の人（国籍は問いません）
- 申 専用フォーム
- 問 (公社) 青森県観光国際交流機構 (☎ 017-735-2221)



### こどもの森 自然教室「雪で遊ぼう」

- 時 1月19日(日)、午前10時～正午（要事前予約）
- 持 飲み物、防寒着、手袋、替えの下着・靴下
- 冬季開館日 毎週(土)・(日)、(祝)、小・中学校の冬休み（1月1日(水)祝～3日(金)を除く）・春休み期間



問 こどもの森ビジターセンター（久渡寺境内〈坂元字山元〉、☎ 88-3923）／（一財）弘前市みどりの協会（下白銀町、☎ 33-8733）

### 市立博物館企画展2「いのちなりけり 没後250年 建部綾足」関連イベント

#### トークショー「知ってる?! 建部綾足」

- 時 1月26日(日)、午後2時～3時30分
- 出演者 九戸真樹さん、佐々木健さん（市立博物館後援会長）、榎引洋一さん（市立郷土文学館企画研究専門員）、高橋奈（市立博物館学芸員）

#### デモンストレーション「三浦呑龍 虎を描く」

- 時 1月11日(土)、午後1時30分～2時30分
- ～共通事項～
- 所 市立博物館（下白銀町）ロビー
- ※参加料は無料ですが、別途観覧料が必要です。
- 問 市立博物館 (☎ 35-0700)



#### 声でいざなう日本伝統音楽 華麗なる能の世界へ

鶴亀、羽衣、船弁慶、道成寺などの分かりやすい演目を中心に、作品解説、発声法と謡（うたい）の体験実習を行います。

- 時 1月24日(金)と3月14日(金)の午後6時～8時、2月15日(土)と3月15日(土)の午前10時～正午
- 所 弘前大学教育学部（文京町）音楽ホール
- 対 各回20人（先着順）
- 持 白足袋か白の靴下、舞扇（貸し出し有り）
- 申 各開催日の前日までに、専用フォームで。
- 問 弘前大学教育学部音楽学研究室（朝山さん、☎ 39-3381）



### 冬の球場アート 2025

はるか夢球場グラウンドをキャンバスに、スノーシューの足跡で巨大な幾何学模様を描くイベントです。会場ではグルメやイベントが盛りだくさんです。ぜひ、お越しください。



- 時 2月1日(土)・2日(日)の午前10時～午後8時（ライトアップは午後5時から）
- 所 はるか夢球場（運動公園〈豊田2丁目〉内）
- ¥ 高校生以上 = 200円（障がい者、中学生以下は無料）
- その他 弘南鉄道に乗りし、「わにサポ」を利用して冬の球場アートに来場すると、帰りの運賃が100円になります。
- 運営ボランティアスタッフを募集しています。詳しくは（公財）弘前市スポーツ協会（☎ 37-5508）へお問い合わせください。
- 問 運動公園 (☎ 27-6411、E unkou@hirosaki-taikyo.com)



## 1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	31	

- 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（駅前町、ヒロコ3階）☎ 35-0155
- 相馬ライブラリー（五所字野沢、相馬やすらぎ館内）☎ 84-2316

### 第4回 弘前マイスター展

市が認定する優れた技能・技術者である「弘前マイスター」の活動内容や、その卓越した技・製品を紹介します。普段見ることのできない、匠の技にぜひ触れてみてください。

- 時 2月8日(土)・9日(日)、午前10時～午後4時（9日は午後3時まで）
- 所 ヒロコ（駅前町）3階イベントスペース



### 技能体験コーナー

- 次の各体験は事前予約制で有料です。
- ◎家紋銅板レリーフ製作体験
- ◎金魚ねぶた色付け体験（8日の午前中のみ）
- ◎ブーケ製作体験、和菓子製作体験、津軽風絵付け体験（9日の午後のみ）
- 申 1月20日(月)までに専用フォームで。
- 問 産業育成課 (☎ 32-8106)



### ひろさきアフタースクール

## 「大王」をつくろう!

## 2月2日(日)

各回 30分程度

- ①午前10時30分～、②午前11時～、③午前11時30分～、④午後1時30分～、⑤午後2時～、⑥午後2時30分～

津軽の伝統文化を学びながら大王（当物駄菓子）づくりを体験します。

- 所 ヒロコ（駅前町）3階健康ホール、イベントスペース
- 対 各回10組（小学生以下は保護者同伴）
- ¥ 800円（大王2個）
- 申 1月11日(土)・12日(日)に、窓口、電話、ホームページ内の専用フォームで。
- ※参加者は抽選で決定し、1月19日(日)までに、当選者のみに連絡します。

その他 「駄菓子くじコーナー」（1回100円）や、駄菓子くじを引いた小学生を対象とした「駄菓子屋さん体験コーナー」もあります。

問 市民文化交流館（ヒロコ3階、☎ 35-0154、午前8時30分～午後9時）



◆…当物（あてもの）と呼ばれる津軽伝統のくじ付き駄菓子

時とき 所ところ 内内容 対対象・定員 料料金 持持ち物  
申申し込み 問問い合わせ・申込先 Fファックス Eメール

弘前地区環境整備センタープラザ棟の体験教室

①小枝のおひな様作り教室

楽しくリユースとリサイクルを体験して、オリジナルのおひな様を作ってみませんか。

時 2月8日(土)、午前9時30分～11時30分

その他 作業がしやすく汚れてもよい服装で参加を。

②アロマワックスボール作り教室

ボール型アイスの容器と使い残しのろうそく、ドライフラワーを使って、エコでかわいいインテリア雑貨を作ってみませんか。

時 2月15日(土)、午前9時30分～正午

～共通事項～

対 小学生以上＝各15人(小学生は保護者同伴)

申 ①は1月24日(金)までに、②は1月31日(金)までに、電話かEメール(教室名・氏名・年齢・住所・電話番号を明記)で。

※それぞれ2人まで応募可能/応募多数の場合は抽選で決定し、①は1月31日(金)までに、②は2月7日(金)までに、結果を応募者全員にお知らせします。

問 弘前地区環境整備センタープラザ棟(町田字筒井、

☎ 36-3388、E plaza-ebarahirosaki@ebarara.com、受け付けは午前9時～午後4時、(月・祝日の場合は翌日)は休み



安全・生活環境・防災

屋根の雪下ろし用命綱などを貸し出します

屋根の雪下ろし中の事故を未然に防止するため、命綱などを貸し出ししています。数に限りがありますので、借りる当日に貸出場所へお問い合わせください。

貸出用品 命綱、安全带およびヘルメット一式

貸出期限 3月25日(火)まで

※1回あたりの貸出期間は貸出日から原則5日間/事前の予約はできません。

貸出場所

- ①弘前消防署(本町、☎ 32-5199)
  - ②東消防署(城東中央5丁目、☎ 27-1151)
  - ③柘形分署(豊原1丁目、☎ 33-4311)
  - ④西北分署(小友字神原、☎ 93-3310)
  - ⑤西分署(鳥井野字宮本、☎ 82-3311)
- 問 市民協働課(☎ 35-1664)



空き家を適正に管理しましょう

問 建築指導課(☎ 40-0522)

空き家を適切に管理しないと老朽化が進み、台風や地震などで建物や塀が倒壊したり、樹木が倒れたりすることもあります。近隣の建物に被害を与えたり、他人にけがをさせたりした場合、空き家の所有者や管理者は、損害賠償などで管理責任を問われることがあります。

冬は空き家の積雪により、被害が生じないように適正な管理をお願いします。

冬に特に注意すること

- 屋根雪が道路や隣地に落ちないか
- 庭木に積もった雪が道路や隣地に落ちないか
- 積雪により空き家が倒壊しないか
- 落雪により空き家の窓ガラス等が破損しないか

対策

- こまめに屋根雪を降ろす
- 屋根に雪止めを設置する  
※積雪の重さにより、空き家が倒壊等する恐れがないか注意してください。
- 空き家の管理を事業者に委託する

空き家等管理代行サービス

自主的な維持管理が困難な人や、遠方に居住している所有者等を支援するため、所有者等が費用負担し、民間事業者が空き家等の管理(建物の外観・屋根・窓等の破損確認・通気・除草・郵便物の転送・除雪・雪下ろしなど)を代行するサービスです。

※右上表の事業者は、弘前市空き家・空き地の利活用に関するパートナーシップ協定を締結している、(公社)青森県宅建物取引業協会・(公社)全日本不動産協会青森県本部に加盟している不動産会社のうち、空き家等管理代行サービスを実施している事業者です。料金やサービス内容は、各実施事業者へお問い合わせください。

事業者名	電話番号
(株)アート不動産(本町)	☎ 31-8131
ビジョナリー・アンド・カンパニー(株)(土手町)	☎ 38-0980
(株)創和不動産(外崎5丁目)	☎ 88-7716

重要文化財

旧弘前偕行社の公開を開始

問 文化財課(☎ 82-1642)

市では、旧弘前偕行社を公有化し、12月1日から公開と貸室使用を開始しました。



見学

開館時間 午前9時30分～午後4時30分

休館日 毎週(火)と12月29日～1月3日

※弘前さくらまつり、弘前ねぶたまつり、弘前城菊と紅葉まつり、弘前城雪燈籠まつりの期間中は無休

その他 ガイド付きの見学は予約制です。

区分	個人	団体
小・中学生	100円 (ガイド付き=100円)	無料(5人以上) (ガイド付き=無料)
高校生以上	300円 (ガイド付き=500円)	200円(25人以上) (ガイド付き=300円)

※障がい者、65歳以上の市民、市内在住の小・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持参の人は無料。年齢・住所が確認できるものの提示を。



貸室使用

室等名	1時間あたり
1棟	26,400円
会場	10,600円
客室(南)	1,200円
客室(北)	1,200円
小集会所	1,700円
庭園(敷地)	7,300円

※付属設備の使用には別途使用料が必要です。



空き家に関する相談セミナー

管理不全状態の空き家が発生する主な要因の一つである「相続」に関するセミナーを、講師に法務局職員を招いて開催します。

時 2月25日(火)、午後6時～7時

所 サンライフ弘前(豊田1丁目)研修室A・B

対 30人(先着順)

申 2月18日(火)までに、電話かファクスまたは弘前市電子申請・届出システム(氏名・電話番号・参加人数・相続に関する質問を明記)で。

問 弘前圏域空き家・空き地バンク協議会事務局(建築指導課内、☎ 40-0522、F 38-5866)



灯油などの流出事故にご注意ください

例年、冬期における油流出事故が多発しています。原因は、家庭や事業所などのホームタンクのバルブや配管の劣化、除雪作業による配管の破損、ホームタンクから小分けにする際の不注意によるものがほとんどです。油類が流出すると、側溝や水路を通じて河川に

も流出し、河川の環境や水生生物に影響を及ぼすほか、場合によっては水道水の取水停止などの重大な事態を招く場合もあります。

油類の回収・除去などの処理費用は、原因者の負担となりますので、十分に注意してください。

なお、油類の流出を発見した場合は、市役所や消防署まで、連絡をお願いします。

問 環境課(☎ 36-0677)



— 有料広告 —

暮らしの情報

弘南鉄道弘南線 冬休み期間は運賃が割安に

弘南鉄道弘南線では、どこからどこまで乗っても小・中学生と高校生の1乗車あたりの料金を一律とする運賃負担軽減事業を次の期間で実施しています。部活動や冬期講習、レジャー、初詣など、弘南線でお得にお出かけしませんか。



時 1月14日(火)まで
対・小学生=無料、中学生=100円、高校生=200円

利用条件 小学生は保護者同伴/中学生・高校生は身分証明書の提示が必要

その他 大鰐線では通年で運賃負担軽減を実施中です。また、大鰐線では2月28日(金)まで「津軽七雪ごきん灯籠列車」も実施しておりますので、ぜひご覧ください。

弘南鉄道(株)営業課 (☎ 44-3136) / 弘南鉄道活性化支援協議会利用促進部会事務局 (地域交通課内、☎ 35-1102)



新春恒例「弘前市・西目屋村消防団出初式」

「災害のない安全なまち」を目指し、弘前市と西目屋村が合同で消防団出初式を開催します。



出初式では、伝統を継承するまとい振りやラッパ演奏のほか、消防団員や消防団車両による勇壮な分列行進など、消防団の心意気を披露します。

時 1月13日(月)祝、午前9時30分～10時30分
所 土手町通り

通行規制 土手町十文字～一番町交差点は、午前8時50分～10時30分ごろは一般車両の通行が規制されますので、ご協力をお願いします。

弘防災課 (☎ 40-7117)



青森県宅建協会つがる弘前支部 一般公開セミナー

本セミナーは、会員研修の門戸を開き、一般消費者にも情報提供することを目的に実施しています。所属会員のみならず一般消費者も無料で参加できます。



時 1月20日(月)、午後3時30分～5時
所 弘前パークホテル(土手町)4階ラ・メエラ
テーマ 第1部…今後増加が見込まれる孤独死の対策について/第2部…空き家に係る税金について

1月15日(水)までに、電話かファクスまたはEメール(タイトルを「一般公開セミナー参加」とし、氏名・電話番号を明記)で。

問 (公社)青森県宅地建物取引業協会つがる弘前支部 (☎ 26-1030、F 26-1033、E reinshi@cocoa.ocn.ne.jp)

水道管の凍結に注意!

-4℃以下は要注意

こまめに水道の水抜きを行って凍結を防ぎましょう。水抜き栓は、水を抜くときは全閉、使用するときは全開になるよう確実に操作してください。

もし水道管が凍結し溶けなかったり、破裂したりした場合は、市の指定給水装置工事業者へ対応を依頼してください。



問 上下水道部営業課給排水係 (☎ 55-6895)

たか丸くんのごみ減量速報

令和6年4～10月(累計)の1人1日当たりのごみ排出量

目標より169g多い! 1,119g



弘前市は有料の指定ごみ袋の導入は検討していません

一部新聞報道で有料の指定ごみ袋の導入について検討するかなど記事が掲載されましたが、市は今後も導入しないことをお知らせします。

市はこれまで、市民の皆さんとの協働で一緒にごみの減量化に取り組んできた結果、家庭系ごみについては前倒しで目標の達成が見込まれており、今後も皆さんとさらなるごみの減量化を進めていきます。

問 環境課廃棄物政策係 (☎ 32-1969)

住まいと空き家相談会

高齢者や障がい者、低額所得者、子育て世帯が安心して暮らせる住まいの確保と、空き家等の適正管理および有効活用に向けた相談に、空き家相談員(宅地建物取引士)・建築士・司法書士・市職員がお答えします。

時 1月28日(火)、午前10時30分～午後2時
所 ヒロコ(駅前町)3階多世代交流室2
持 相談に関する契約書や住宅の図面など
申 事前に電話で。
※当日の受け付けも可能ですが、予約優先です。
問 青森県居住支援協議会 (☎ 017-722-4086)

ゼロカーボンひろさきチャレンジ!!

できることから脱炭素!

#06

「ゼロカーボンシティひろさき」の実現に向けて、できることから一緒にチャレンジしてみましょう! 今月のごみの減量について紹介します。

問 環境課廃棄物政策係 (☎ 32-1969)



マイボトル・マイバッグを利用する

→飲み物代やごみ袋代の節約に

ごみはできるだけ減らして、資源としてきちんと分別・再利用する

資源物(ペットボトル、かん、紙パック、食品トレイ、古紙類など)はスーパーマーケットなど民間の回収拠点を積極的に利用する

→お店によってはポイントがゲットできる場合も! 回収拠点はごみ収集アプリで検索!



[アプリダウンロード]



CO2削減量 28.8 kg -CO2/世帯
杉の木約1,200本分が一日に取り込む量に相当

節約額 約3,800円/年

時とき 所ところ 内内容 対対象・定員 料料金 持持ち物 申申し込み 問問い合わせ・申込先 Fファクス Eメール

文化財防火デー「火災防ぎょ訓練」

大切な文化財を災害から守るために消防訓練を行います。訓練の際は、消防車両がサイレンを鳴らして出動しますが火災と間違わないようご注意ください。

時 1月26日(日)、午前10時から
所 岩木山神社(百沢字寺沢)
問 文化財課 (☎ 82-1642)

1月10日は110番の日!

110番は緊急電話です

県内から110番に電話をかけると、青森市にある青森県警察本部通信指令室につながります。通信指令室の警察官に次の順番で、冷静に答えてください。

- ①何があったのか? →交通事故か、それとも事件か
②どこで? →事件・事故の場所はどこか
③いつ? →今発生したことが、進行中のことか
④けが人は? →けが人の状況は、救急車は必要か
⑤(事件の場合)犯人は? →犯人の人相や着ている服、車のナンバー、逃げた方向など犯人を捕まえるために必要な情報
⑥あなたの名前、電話番号は?

令和5年 弘前警察署管内の110番件数 約8,700件

約1,700件(約20%)が「いたずら電話」、「間違い電話」、「無言電話」などの不要不急な通報でした。

急を要しない相談やいたずら電話は、1分1秒を争う事件・事故の対応を遅らせる原因になりますので、絶対にしないでください。

また、緊急性のない相談や問い合わせ、警察への意見・要望などは、警察安全相談電話(☎ #9110)、弘前警察署、または最寄りの交番・駐在所に電話をおかけください。

弘前警察署 (☎ 32-0111)



# まちづくり

## 「サムライの技と心」鑑賞会

1%

サムライの古武道の精神を感じられる演奏と演武の鑑賞会です。

時 1月11日(土)、午前10時30分～午後3時45分  
(受け付けは午前10時から)

所 ヒロ口(駅前町)4階市民文化交流館ホール

内 午前の部「サムライの音」(尺八・箏曲の演奏と講話)…午前10時30分～11時55分/午後の部「サムライの技」(県内外の古武道の流派による演武披露)…午後0時30分～3時45分

※昼休憩時に古武道演武のリハーサルがあります(見学自由)。

問 武術研究稽古会修武堂(小山さん、☎090-5835-4780)



## 現代セミナーひろさき

### ロケがまちを変える

#### ～弘前フィルムコミッションの活動について

各メディアのロケを誘致している弘前フィルムコミッションの設立に至った経緯や活動内容、経済効果、弘前の魅力を伝えるさまざまな作品の裏話などをお話しします。

時 1月17日(金)、午後6時30分～8時

所 弘前文化センター(下白銀町)2階第3会議室

対 市内在住または通勤・通学している人=30人(先着順)

持 筆記用具

申 1月15日(水)までに、電話かEメール(氏名・ふりがな)・住所または勤務先住所(町名まで)や学校名・年齢・電話番号を明記)で。

問 中央公民館(☎33-6561、E chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、(火)・(祝)は休み)

## 弘前大学地域創生本部ボランティアセンター活動報告会

令和6年能登半島地震においてこれまで福知山公立大学が実施してきたボランティア活動をもとに災害支援活動について考えるほか、今年度のセンターの活動を振り返る活動報告会を開催します。



時 1月23日(木)、午後6時～8時

所 弘前大学(文京町)学生会館3階大集会室

※Zoomでの同時配信も行います。

申 1月17日(金)までに、電話かEメールまたは専用フォームで。

問 弘前大学地域創生本部ボランティアセンター(☎39-3268、E huvc@hirosaki-u.ac.jp、午前10時～午後3時)



## 人と人がつながるまちづくりトーク「ぷらっと」

### 第9回 身近な防災×まちづくり

「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。ゲストの一條敦子さん(弘前市リードマン)と交流を深め、まちづくり活動について学んでみませんか。



時 1月29日(水)、午後6時30分～8時30分

所 HLS 弘前(土手町)

対 15人程度

申 開催前日までに、電話またはホームページ内の専用フォームで。

問 企画課ひとづくり推進室(☎26-6349)



## poco a poco アートのたまご メキシコのかわいいフォークロア・アートのワークショップ

1%

### ①オアハカの動物たち

時 2月1日(土)・8日(土)の午前9時30分～午後5時  
※2日間のワークショップです。

所 弘前大学教育学部(文京町)4階美術教材室

対 小学5年生以上=10人程度(先着順)

¥1,000円

### ②オトミ刺繍

メキシコのオトミ族が  
生み出すカラフルな刺繍

時 2月2日(日)・9日(日)の①午前9時30分～午後0時30分、②午後2時～5時

※2日間のワークショップです。両日とも①か②を選んで申し込みを。

所 弘前大学教育学部(文京町)4階美術制作室

対 小学4年生以上=各回8人程度(先着順)

¥1,000円

### ③星の形のピニャータ

メキシコや中南米が  
紙製のくす玉

時 2月15日(土)、①午前9時30分～午後0時30分、②午後2時～5時

※①か②を選んで申し込みを。

所 弘前大学教育学部(文京町)4階美術制作室

対 小学生以下と保護者=各回12人程度(先着順)

¥1人500円



## ④ブリキ板を切って叩いて色づけするカラフルで楽しい壁掛け雑貨

時 2月16日(日)、①午前9時30分～午後0時30分、②午後2時～5時

※①か②を選んで申し込みを。

所 弘前大学教育学部(文京町)4階美術教材室

対 小学生と保護者=各回10人程度(先着順)

¥1人500円

～共通事項～

申 1月12日(日)の正午以降に、アートワールドひろさきホームページ内の専用フォームで。

※完成作品は3月1日(土)・2日(日)にギャラリーまんなか(弘南鉄道大鰐線中央弘前駅内、吉野町)で展示を予定。

問 アートワールドひろさき(出くいで)さん、☎39-3383、E artworld@hirosaki-u.ac.jp)



# 就労・資格



令和7年度

## ひろさきスタートアップの塾ファースト

就農前後に身につけるべき基礎的な知識・技術を習得するための講座の受講生を募集します。

受講期間 令和7年5月～令和8年2月の土曜日  
※計10回予定(月1回・各回3～4時間程度)

受講会場 りんご公園(清水富田字寺沢)ほか  
対 りんごの栽培や経営の知識・技術がなく、次の①～④を全て満たす就農希望者または就農直後の人

- ①市内で就農を志すまたは就農していること
- ②令和7年4月1日時点で満15歳以上であること
- ③就農時・就農予定時に満64歳以下であること
- ④原則、全ての講座に参加できること

定員 20人

内 座学研修(農地取得・税務関係・農業経営など)、実技研修(摘花・摘果・着色管理・選果・剪定など)、視察研修(省力樹形等の園地・集出荷施設など)

申 市ホームページを確認の上、4月11日(金)までに直接窓口で受講申込書を提出するか郵送、Eメールまたは専用フォームで。

その他 本事業の実施は、令和7年度予算の成立をもって正式決定となります。

問 農政課担い手育成係(市役所3階、〒036-8551、上白銀町1の1、☎40-0767、E ninaite@city.hirosaki.lg.jp)



▲令和6年度ひろさきスタートアップの塾の様子



▲専用フォーム



▲市HP

時とき 所ところ 内内容 対対象・定員 料料金 持持ち物  
申申し込み 問問い合わせ・申込先 Fファックス Eメール

転職・再就職スキルアップを応援！ 職業訓練を受講しませんか

厚生労働大臣認定の求職者支援訓練を開講します。

訓練科名	訓練日時	訓練施設	定員	申込期限
パソコン・簿記基礎科（短時間）	3月3日(月)～7月2日(水)の午前9時～午後3時40分	(株)五和グループ・パソコン教室（五所川原市姥范字船橋）	15人	2月4日(火)
ICT・マーケティングの基本から学ぶWebデザイン科（eラーニングA）	3月25日(火)～9月24日(水)	STUDIO-A（青森市）※各自自宅で受講	11人	2月19日(水)



問ハローワーク弘前（☎ 38-8609 〈42＃〉）

※受講料は無料ですが、テキスト代等は自己負担です。

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。

時 1月15日(水)・27日(月)の午後1時30分～4時30分（受け付けは午後1時から）

所 ヒロ口（駅前町）4階市民文化交流館ホール

参加企業数 3社以上

対 20人程度

申 当日までに、申込書を窓口を持参するか、電話またはホームページで。

その他 ハローワークに未登録の人も参加可／雇用保険受給者は求職活動の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確認を／UJI ターン求職者を対象としたウェブでの面談ができます（申込期限は開催日の7日前）。

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

就労準備セミナー

求職活動を進めている皆さん、身だしなみのチェックをしてみませんか。日々のストレスを減らして、自分が何をしたいのか、自身の心を見つめてみましょう。

時 ① 1月22日(水)、午前10時～11時30分／② 1月29日(水)、



— 有料広告 —

午前10時～11時30分

所 ヒロ口（駅前町）3階①多世代交流室2／②多世代交流室1

テーマ ①「あなたの身だしなみ大丈夫？」／②「良好な関係の築き方：自己理解から始めるステップ」

対 ひろさき生活・仕事応援センター相談者、市民持筆記用具（②のみ）

申 ①は1月15日(水)、②は1月22日(水)までに、直接窓口または電話で。

問 ひろさき生活・仕事応援センター（就労自立支援室内、ヒロ口3階、☎ 36-3776）

第4回 新規就農こみゅねっとわ〜く

就農時の課題や悩みを気軽に相談できるコミュニティづくりのためのイベントを開催します。

時 1月23日(木)、午後1時30分～5時

所 市民会館（下白銀町）1階大会議室

内 ゲストトーク、ワークショップ

対 新規就農者（就農から5年程度）、就農希望者など＝30人程度

申 1月10日(金)までに、電話で。

問 農政課担い手育成係（☎ 40-0767）



講師・スクールサポートスタッフを募集

公立小・中学校で、令和6・7年度に児童・生徒の指導に当たる「講師（臨時的任用職員）」と、教員に代わって教材の準備等を行う「スクールサポートスタッフ」を募集しています。

応募資格

◎講師…小・中学校の教員免許状を所有している人  
※「臨時免許状」を授与することにより、所持免許状以外の校種・教科の指導ができる場合があります。

◎スクールサポートスタッフ…資格等不要

申 ホームページ内に掲載している「青森県公立学校臨時的任用職員申請書」の提出を。

問 県教育庁中南教育事務所（蔵主町、☎ 32-4451）



あなたも看護補助者として働きませんか

青森県ナースセンターでは、看護補助者の無料職業相談を行っています。資格のない人も安心して就業できるよう、研修や病院見学を準備しています。来所や電話、Eメールで相談を受け付けていますので、ぜひご利用ください。



時 平日の午前9時～正午、午後1時～4時

問 (公社) 青森県看護協会青森県ナースセンター（青森市中央3丁目、☎ 017-723-4580、E aomori@nurse-center.net）

その他

藤田記念庭園「匠館」休業のお知らせ

休業期間 12月29日(日)～1月25日(土)

問 藤田記念庭園（上白銀町、☎ 37-5525）

初心者向けりんご<sup>せん</sup>剪定講習会

講師の指導を受けながら剪定を行うことができる貴重な機会です。ぜひご参加ください。

時 1月18日(土)・24日(金)の午前9時～午後0時30分

所 りんごの家（りんご公園内、清水富田字寺沢）2階研修室

内 剪定の基礎知識についての講義、実技研修（公園内の樹木を使用した模範剪定・実技指導）、無煙炭化器の実演

対 新規就農者（就農から5年程度）、就農希望・検討者＝各日50人

持 剪定道具（剪定ばさみ・剪定用のこぎり）、サンダース、長靴

申 1月15日(水)までに、電話で。

剪定道具を持っていない人は、事前に相談を。また、十分な防寒対策をとって参加してください。

問 農政課担い手育成係（☎ 40-0767）



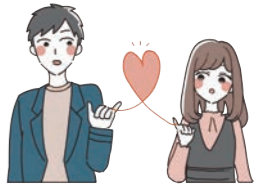
ひろさき広域出愛サポートセンター休日登録会

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行っています。

時 1月26日(日)、正午～午後4時

所 ヒロ口（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)・(祝)を除く午前10時～午後7時）



動物駆逐用煙火消費保安講習会

鳥獣の追い払い等に使用する煙火等の適正な取り扱い方法を学びます。

時 1月30日(木)、午前10時30分～11時45分

所 ヒロ口（駅前町）4階市民文化交流館ホール

申 1月24日(金)までに、電話で。

問 農村整備課（☎ 40-4155）

首都圏に知り合いがいる人は、周知のご協力を！

弘前市東京事務所からのお知らせ

東京事務所インターンシップ2024（後期）

首都圏にしながら弘前市役所の業務に携わることができるほか、イベント等の企画や運営も経験できます。

時 2月3日(月)～3月31日(月)

対 専門学校、短期大学、大学または大学院等の教育機関に在籍する学生＝5人程度

※応募者多数の場合は調整する場合があります。

実習コース

◎短期コース（3日間）

◎中期コース（2週間）

◎長期コース（1カ月）

申 1月15日(水)までに、申込用紙に必要事項を記入の上、Eメールまたは郵送で。

問 弘前市東京事務所／ひろさき移住サポートセンター東京事務所（東京都千代田区有楽町2丁目10の1、東京交通会館6階、☎ 03-6256-0801、E tokyo@city.hirosaki.lg.jp）



りんご産業イノベーションセミナー

省力栽培が可能なカラムナータイプの新品種やスマート農業の活用促進に向けた施策、経営力の向上と産地の維持などについての講演を行います。

時 2月4日(火)、午後1時～2時50分

所 ヒロコ（駅前町）4階市民文化交流館ホール

申 1月31日(金)までに、電話またはEメール（氏名・勤務先・住所・電話番号を明記）で。

問 りんご課（☎ 40-0482、E ringo@city.hirosaki.lg.jp）



令和7年度 県立障がい者職業訓練校入校生募集

募集科・定員 デジタルデザイン科・OA事務科（知的障がいのない人対象）＝各15人／作業実務科（知的障がいのある人対象）＝10人

対 障がいが安定し、体力的・精神的に1年間の訓練に耐えられ、就職を希望する人で、集団生活に支障がなく、職業的自立が見込まれる人

訓練期間 4月～翌年3月（1年間）

試験日 2月7日(金)

合格発表日 2月21日(金)

願書受け付け 1月6日(月)～31日(金)に、弘前公共職業安定所（南富田町）へ提出を。

問 県立障がい者職業訓練校訓練課（緑ヶ丘1丁目、☎ 36-6882）



家畜（鶏含む）飼養者の皆さんへ

家畜伝染病予防法第12条の4に基づき、家畜（鶏を含む）飼養者は毎年県に定期報告することが義務付けられています。次の家畜の飼養者は忘れずに報告するようお願いします。



報告対象家畜 ①鶏（青森シャモロック・比内地鶏・烏骨鶏・軍鶏・チャボ・声良鶏・金八鶏など）、あひる、うずら、きじ、だちょう、ほろほろ鳥、七面鳥／②鳥類以外（牛・水牛・鹿・馬・めん羊・山羊・豚・いのしし）

報告対象家畜 ①鶏（青森シャモロック・比内地鶏・烏骨鶏・軍鶏・チャボ・声良鶏・金八鶏など）、あひる、うずら、きじ、だちょう、ほろほろ鳥、七面鳥／②鳥類以外（牛・水牛・鹿・馬・めん羊・山羊・豚・いのしし）

報告内容 令和7年2月1日(土)時点の頭羽数

報告様式 「定期報告書」様式を該当者へ郵送します。※つがる広域家畜保健衛生所ホームページにも掲載しています。今年度から家畜を飼養した人は、同所ホームページから様式をダウンロードするか、郵送を希望する場合は農政課に連絡をしてください。

提出方法 2月21日（金・必着）までに、市農政課窓口へ持参または郵送で。

問 西北地域県民局地域農林水産部つがる広域家畜保健衛生所（☎ 0173-42-2276）／農政課農産係（市役所3階、〒036-8551、上白銀町1の1、☎ 40-0504）

弥生いこいの広場 写生大会入賞作品展

市内の小学生が写生大会で描いた入賞作品約70点を展示します。

時 1月4日(土)～14日(火)

所 ヒロコ（駅前町）3階コミュニケーションゾーン

問（一財）弘前市みどりの協会（下白銀町、☎ 33-8733）



令和7年度 総合学習センター 使用申し込み受け付け

申 1月17日(金)の午前9時以降に、直接窓口で。 ※18日(土)の午前8時30分からは電話でも受け付けします。

その他 小・中会議室、集会室は使用する日の30日前から受け付けします／第2～5研修室は使用休止中です。

問 学習情報館（総合学習センター内、未広4丁目、☎ 26-4800）

緑の相談所 1月の催し

樹木の冬芽展 時 1月7日(火)～13日(月)祝

多肉植物展 時 1月17日(金)～26日(日)

## 津軽広域水道企業団からのお知らせ

問 津軽広域水道企業団津軽事業部総務課  
(〒036-0342、黒石市大字石名坂字姥懐2、☎ 52-6033)

### 入札参加資格審査申請受け付け（追加）

対 建設工事の請負／測量・設計などの建設関連業務／清掃・保安などの業務委託／製造の請負や物件の買い入れなど

有効期間 1年間（9月1日～令和8年8月31日）

申 1月10日(金)～2月28日(金・必着)に、各対象の「指名競争入札参加資格審査申請書」に必要書類を添付し、持参か郵送または宅配便で。

### 津軽事業部職員採用資格試験

職種 社会人（電気）

第1次試験日 2月2日（日）

所 弘前市役所（上白銀町）

採用予定人数 若干名

応募方法 1月17日(金・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。 ※受験申込書はホームページからダウンロードできます。

山野草の栽培講習会

時 1月18日(土)、午後1時30分～3時30分

対 20人（先着順）

申 事前に電話で。

多肉植物の寄せ植えづくり講習会

時 1月25日(土)、午後1時30分～3時30分

対 15人（先着順）

料 1,500円（材料費として）

申 1月5日(日)～15日(水)に、電話で。



～休館日～

1月1日(水)祝～3日(金)、6日(月)、14日(火)、20日(月)、27日(月)

問 緑の相談所（弘前公園内、☎ 33-8737、午前9時～午後5時）

第34回 日専連全国児童版画コンクール

弘前地区の小学校から応募された作品の受賞作品を展示します。

時 1月25日(土)・26日(日)の午前10時～午後9時 ※26日は午後5時まで。

所 ヒロコ（駅前町）3階イベントスペース  
問 市民文化交流館（ヒロコ3階、☎ 35-0154、午前8時30分～午後9時）



ホールのかしこい使い方講座～舞台・音響・照明仕込み体験からホール利用ガイドまで～

実際に仕込みを体験し、ホール利用の仕方や料金、どんな演出ができるかなどの詳しいお話を聞いてみませんか。

時 2月23日(日)祝、午後1時30分～4時

所 市民会館（下白銀町）大ホール

対 高校生以上の大ホールの利用者、利用を検討している人＝20人程度

申 直接窓口または電話で。

問 市民会館（☎ 32-3374）



弘前大学教育学部附属特別支援学校 「造形作品展」

日々の学校生活の中で、子どもたちが生き生きと作り上げた作品を展示します。学校の創立50周年を記念して全校で制作した作品も展示します。ぜひご覧ください。

時 1月10日(金)～12日(日)の午前10時～午後4時 ※10日は午後1時から。

所 スペースデネガ（上瓦ヶ町）

内 絵画、版画、立体作品等

テーマ 「FTK アニバーサリー すてきな光 サンキューあ～と!!」

問 弘前大学教育学部附属特別支援学校（☎ 36-5011）



第48回 青森県高等学校教育研究会書道部会

「心聲會展」

青森県高等学校教育研究会書道部会および青森県書写書道教育研究会の会員ならびにそのOB、OGの作品展を開催します。

時 1月11日(土)・12日(日)の午前9時～午後5時

※12日(日)は午後4時まで。

所 百石町展示館

問 県立弘前第二養護学校（嵯峨さん、☎ 97-2511、午前9時～午後5時）



時とき 所ところ 内内容 対対象・定員 料料金 持持ち物  
申申し込み 問問い合わせ・申込先 Fファクス Eメール

### りんごの結実不良やマメコバチの適正管理等について考える講演会

近年、農業を取り巻く環境が目まぐるしく変化する中、持続的な農業経営の安定と農業生産基盤の強化を図るため、講演会を開催します。

時 2月12日(水)、午後2時～4時

所 岩木文化センターあそべる(賀田1丁目)ホール

内 ①りんごの結実不良の要因と対策、②マメコバチの適正管理、③ナシマルカイガラムシの生態と防除の要点

駐車場に限りがあるため、乗り合いなどのご協力を。

問 弘前市認定農業者連絡協議会事務局代行(農政課担い手育成係内、☎40-0767)

### 清水森ナンバ®を栽培してみませんか

弘前在来トウガラシ「清水森ナンバ」を栽培する新規会員を募集しています。健康な土で高品質なナンバを育てるにあたり、栽培を始める前に土壌診断をする必要がありますが、サポートしますので気軽にお問い合わせください。



問 在来津軽「清水森ナンバ」ブランド確立研究会事務局(青森県特産品センター内、中村さん・檜山さん・佐々木さん、☎39-1811)

### 被害者支援活動員第14期生募集

あおり被害者支援センターは、犯罪・交通事故により被害を受けた人やその家族、ご遺族に、電話や面接相談、直接的支援などの支援を行う民間団体です。支援活動はボランティアによって行われています。養成講座は4月からおおむね1年間で毎月1回程度実施しています。活動に参加してみませんか。

申 3月末までに、専用フォームで。

※募集要項は、市民協働課(市役所2階)に設置しているほか、ホームページからもダウンロードできます。

問 (公社)あおり被害者支援センター事務局(☎017-718-2085、平日の午前9時～午後5時)



### S.K.K. 高等学院 個別説明会・見学会

4月に開校する「広域通信制高校サポート校バークナルスクール S.K.K. 高等学院」では、個別説明会・見学会を随時受け付けています。通信制高校やバークナルスクール(オンライン学習システム)、学費の説明のほか、入学にあたっての不安等も相談できます。

申 事前に電話で。

問 S.K.K. 高等学院事務局(☎0120-433-226、平日の午前9時～午後5時)

# フォトコロ ひろさき

各地で行われたイベントやまちの話題をお届けします!

11月12日

### 水道管にメッセージを書こう

自得小学校(鬼沢字菖蒲沢)



自得小学校の生徒62人が、水道管更新工事で使用する水道管に、メッセージや絵など、それぞれの思いを書き込んでいました。

11月17日

### 雪囲い実地体験会

弘前城植物園(下白銀町)



男結びなどいろいろな縄の結び方を学んで実際に体験したり、講師に質問をしたりして、参加者は知識を深めていました。



11月17日

### お笑いワークショップ

ドテカザ(土手町)



シソンヌじろうさんと一緒にお笑い体験ができるワークショップ。参加者は自分で決めた人物になりきり、楽しく取り組んでいました。

11月19日

### 旧第五十九銀行本店本館 竣工120年記念 特別公開

旧第五十九銀行本店本館(元長町)



通常公開していない塔屋部分などを約20人が見学。天井に張られている金唐革紙や屋根裏など興味深く眺めていました。

11月30日

### 新和公民館まつり

新和地区体育文化交流センター(種市字木幡)



健康づくりサポーターなどによるQOL健診やバルーンアート体験など盛りだくさんな催しが行われ、多くの地域住民でにぎわいました。

11月30日

### 弘前ワイン飲み比べイベント

cafe&shop BRICK(吉野町)



地域おこし協力隊が企画した本イベント。弘前ワインの魅力等を聞きながら3種のワインを飲み比べた参加者は舌鼓を打っていました。



## 弘前七桜の紹介



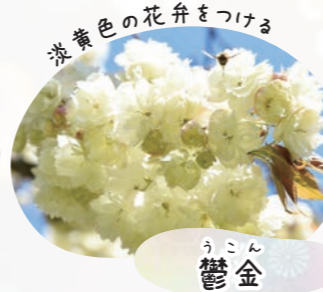
やえべにしだれ 八重紅枝垂



ひろさきゆきあ 弘前雪明かり



あずましき 東錦



うこん 鬱金



しうげつ 松月



かんざん 関山



ふげんざう 普賢像

弘前公園内には染井吉野に続いて咲き始める桜(40品種約700本)があり、その桜の中から厳選した7品種の八重桜を『弘前七桜』と名付けています。



春までわくわく! はやく桜をさがしたいな。



七桜のほか秋冬に咲く桜など、いろいろな桜をぜひ弘前公園で探してみてください♪

# Smile通信

Happy 1st Birthday

令和7年1月と2月に1歳になる子を紹介します！



やまなか ゆい  
山中 柚依ちゃん  
R6.1.30生



やまがた はな  
山形 花ちゃん  
R6.1.2生



きむら れおと  
木村 玲音ちゃん  
R6.1.3生



じん いちか  
神 蓼花ちゃん  
R6.1.25生



おおたか なこ  
大高 菜瑚ちゃん  
R6.2.25生



みかみ あきら  
三上 慧ちゃん  
R6.1.8生



はなだ りき  
花田 理喜ちゃん  
R6.2.28生



すどう ゆいな  
須藤 結菜ちゃん  
R6.2.16生



いしおか るい  
石岡 留依ちゃん  
R6.1.26生



つしま げんじ  
對馬 源仁ちゃん  
R6.1.14生



せい の しおん  
清野 紫音ちゃん  
R6.2.17生



かくた あん  
角田 安ちゃん  
R6.1.20生



もりた あおい  
森田 あおいちゃん  
R6.1.22生



ふくし るあ  
福士 麗愛ちゃん  
R6.1.11生



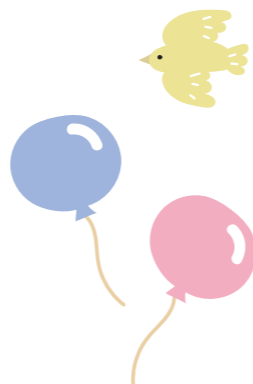
さどむら よしたか  
里村 吉隆ちゃん  
R6.2.6生



つしま ひさな  
對馬 緋真ちゃん  
R6.1.11生



あかひら ふう  
赤平 楓羽ちゃん  
R6.1.11生



### 人の動き Population

令和6年12月1日現在(推計)

	人口	前月比
人口	159,272 人	(-164)
男	73,022 人	(-54)
女	86,250 人	(-110)
世帯数	70,922 世帯	(-51)

## みんなが撮った弘前の「いいかも!!」

# Instagram

#ecomeonhirosaki  
問 広聴広報課 (☎ 40-0494)

Instagramで、皆さんが切り取った弘前の魅力を紹介するコーナーです。



熊野宮



弘前公園



砂沢溜池

弘前の「いいかも!!」という魅力を見つけて、写真を投稿しよう！  
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。

市公式Instagram  
「いいかも!! 弘前」  
(@e\_comeonhirosaki)



## さらっと一句・川柳

今月のお題「福」 選・広聴広報課

鎮座して幸福招く金の猫  
スーパードイッチご大福ついで  
背恰好わたしによく似る福祿寿  
福袋酔い醒めぬまま並んだ日  
初売りで笑顔と福の山つかむ  
福笑いパパに似ていて大笑い  
孫笑顔家事の疲れに福の神  
庭の柿じょうずに干せてお福分け  
目鼻口はなれて楽しい福笑い  
名湯の入浴剤で至福風呂

菊池喜蔵  
敬徳  
工藤山椒  
小坂智  
元リカバリーX  
對馬義秀  
洋子  
城子  
はしびろこ  
紺屋の白袴

## 2月号の投稿募集

応募期限 1月7日(火・必着)

Smile通信

1歳の記念に写真を掲載しませんか

対象 令和7年2月・3月に1歳の誕生日を迎える市内在住の子

※応募数により写真のサイズが変わる場合や翌月以降の号に掲載する場合があります。

投稿フォーム▶



みんなが撮った弘前の「いいかも!!」 テーマ「弘前×雪晴」

投稿方法「#ecomeonhirosaki」をつけて、Instagramに投稿してください。

川柳の「甘」 お題の漢字を使って、クスツと笑える一句をお待ちしています

必要事項 川柳(1人一句)・住所・氏名・ペンネーム(希望者)・電話番号

応募先 広聴広報課 (〒036-8551、上白銀町1の1、市役所2階、☎ 35-1194、FAX 35-0080、☒ kouhou@city.hirosaki.lg.jp)





### 観覧者募集

大好き♥東北/

# じゃべり亭 出張版 in弘前

## 公開生放送



司会  
ウド鈴木

ゲストはNHK青森放送局ホームページで発表します。

たくさんの応募  
待ってます！



司会 岩崎果歩  
(NHK 仙台アナウンサー)



司会 石澤典夫  
(元NHKアナウンサー)

**とき** 2月15日(土)、午前10時50分～午後0時30分 (開場は午前10時20分)

**ところ** 岩木文化センターあそべる (賀田1丁目)

**入場料** 無料

**申し込み方法** 1月26日(日)までに、NHK青森ホームページ内の専用フォームで。

**問い合わせ先** NHK青森放送局 (☎017-774-5111、平日の午前9時30分～午後6時) / 文化振興課 (☎40-7015)



## 2025 沢田 ろうそくまつり



**とき** 2月12日(水)、午後5時～8時30分

**ところ** 沢田神明宮 (沢田字園村/駐車場あり)

**問い合わせ先** 沢田ろうそくまつり実行委員会運営事務局 (加賀さん・穂坂さん、☎090-3102-6110)

### スケジュール

- 17:00 ~ ろうそく光の演出★
- 18:00 オープニングセレモニー
- 18:10 ~ かがり火★
- 18:20 たいまつ行列
- 18:30 ~ 登山囃子(ばやし)★
- 19:30 ~ 佐藤がん太ミニライブ

★…20:30まで実施

※天候等で変更の場合あり

### 無料送迎シャトルバス

JA相馬村湯口支所 (湯口字一ノ細川) → まつり会場

- 行き (JA相馬村湯口支所発)
  - ① 17:10 発
  - ② 19:20 発
- 帰り (まつり会場発)
  - ① 18:40 発
  - ② 20:40 発

— 有料広告 —

■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 FAX 35-0080

■公式X(エックス) [https://x.com/Hirosaki\\_City](https://x.com/Hirosaki_City)

※「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。

「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)へ。



市公式LINE