

## 赤ちゃんも！音楽ファンも！ みんなのコンサート第21回

吹奏楽で活躍するユーフォニアムとピアノの二重奏をお届けします。

時 11月6日(木)、午前10時30分～11時15分

所 ヒロ口(駅前町) 4階市民文化交流館ホール

出演 甲田絢香(ユーフォニアム)、竹内奈緒美(ピアノ)

￥ 500円(18歳未満は無料)



申二次元コード、電話



その他 客席はマット席(120cm四方)と椅子席あり／ベビーカーのまま入場可／演奏中の入退場は自由／授乳室やオムツ替えのできるトイレが会場脇にあります。

問 アートワールドひろさき(朝山さん、E artworld@hirosaki-u.ac.jp、F 39-3381)

## ブリッツフィルハーモニックウインズ 弘前特別演奏会

国際コンクール優勝者をはじめ豪華メンバーが名曲の数々をお届けします。

時 11月29日(土)、午後1時30分開演(開場は午後1時)

所 弘前学院聖愛中学高等学校(原ヶ平字山元)礼拝堂

曲目 ニュー・シネマ・パラダイス・メドレー、幻想即興曲Op.66、ライラックほか

出演 渡邊一毅(クラリネット)、齊藤健太(サックス)、柴山貴生(トランペット)、狩野もなみ(パークッシュン)、黒岩航紀(ピアノ)、松元宏康(司会)

￥一般…前売り2,500円／高校生以下…前売り1,500円(全席自由／当日券はいずれも500円増)

チケット販売 さくらミュージック(さくら野弘前店(城東北3丁目)内、午後1時以降)、市民会館(下白銀町)、弘前文化センター(下白銀町)、まちなか情報センター(土手町)、弘前大学生協SHAREA店(文京町)  
その他 未就学児の入場はできません／前売り券の販売状況により、当日券の販売を行わない場合もあります。問 ブリッツフィルハーモニックウインズ事務局(E info@blitz-winds.com)／弘前地区吹奏楽連盟(弘前学院聖愛中学高等学校内、F 87-1411)

## 教室・講座

### 高齢者健康トレーニング教室

毎日開催の高齢者対象のトレーニング教室です。健 康維持にご活用ください。

### ◎ロマンティア教室

トレーニングマシンを利用した、軽い負荷による運動を行います。

対 65歳以上の市民=各回6人

### 開催時間

①午前 8時50分～ ②午前9時50分～

③午前10時50分～ ④午後1時40分～

⑤午後 2時40分～ ⑥午後3時40分～

※各回50分程度

所 星と森のロマンティア(水木在家字桜井) 森林科学館

申 電話、窓口／利用希望日の3日前まで

問 ロマンティア教室(F 84-2236、午前8時30分～午後5時)

※星と森のロマンティアは11月1日(土)をもって休業しますが、この教室は11月以降も利用できます。

### ◎温水プール石川教室

トレーニングマシンを利用した筋トレと、有酸素運動を交互に行うサークルトレーニングを行います。

対 簡単な足踏み運動ができる65歳以上の市民=各回12人

### 開催時間

①午前 9時30分～ ②午前10時30分～

③午前11時30分～ ④午後 1時30分～

⑤午後 2時30分～ ⑥午後 3時30分～

⑦午後 4時15分～

※各回30分程度／開始時刻後の途中参加は不可

所 温水プール石川(小金崎字村元)

申 電話、窓口／利用希望日当日まで

問 温水プール石川教室(F 49-7081、午前9時～午後5時)

### ～共通事項～

持 室内シューズ、飲み物、タオル、初回のみ年齢が確認できるもの(運転免許証、健康保険証、マイナンバーカードなど)

### お得な「わにサポ」をご利用ください！

「温水プール石川」へは、弘南鉄道生活応援きっぷ「わにサポ」の利用で、帰りの運賃が100円になります。

①大鰐線に乗車し、降りる際に「わにサポ」を受け取り、プール受付に提出  
②帰りの電車の降車駅で、運転士または駅係員へ「わにサポ」と一緒に100円を支払う

### 公開雪囲い作業・雪囲い教室

時 10月26日(日)、午前10時から

所 瑞楽園(宮館字宮館沢)

対 10人程度(先着順) 持軍手、せん定期(持参できる人) 申 電話

問 瑞楽園(F 96-2744)



### 脳卒中市民公開講座 2025 ためになる！「あたらない」ためのお話し

時 10月26日(日)、午後2時～4時

所 ヒロ口(駅前町) 4階市民文化交流館ホール

内 脳卒中の予防啓発と脳卒中患者およびその家族を支援するための講座、病院スタッフによる相談コーナー、講師による個別相談

対 市民、津軽圏域住民、脳卒中患者とその家族、医療福祉教育従事者、学生など=80人

問 弘前脳卒中・リハビリテーションセンター庶務課(菊池さん・館田さん、F 28-8220)

### 柴田学園大学公開講座(後期)

時 ①10月31日(金)の午後4時～5時、②11月28日(金)の午後4時20分～6時、③12月6日(土)の午前10時～11時30分(受け付けは各開始時間の30分前から)

所 柴田学園大学(清原1丁目)

内 ①「足し算で考えるイノベーション」、②「巾着袋を作ろう！」、③「清少納言『枕草子』執筆の背景～何ともなくうたてありしかば久しう里にゐたり～」

対 ①中学生・高校生、小学校～高校の教諭(「総合的な学習〈探求〉の時間」担当教諭)、②高校生以上=6人(先着順)、③中学生・高校生および大学生  
※①・③は定員なし

￥ ②のみ 300円

持 室内シューズ、①ノートパソコンまたはスマートフォンやタブレット、②裁縫道具(はさみ、針、チャコなど)/貸し出し可)、③筆記用具

申 電話、Eメール、二次元コード／開催日の2日前まで  
問 柴田学園大学地域資源活用研究センター(F 33-2289、E univ-t-shigen@shibata.ac.jp)

### 乳がんセミナー

#### 「乳がんの初期治療後の経過観察と最新情報」

時 11月2日(日)、午後1時～2時

所 市民会館(下白銀町)2階中会議室

講 岩野健介(弘前大学附属病院乳腺外科・甲状腺外科医師) 対 30人 ￥ 500円(茶菓代含む)

申 Eメール、ファクス(氏名・電話番号を明記)／10月31日(金)まで

※講演終了後、患者同士のグループトークもあります。  
問 乳がん患者会ほほえみネットワーク(E hohoemi.net55@yahoo.co.jp、F 88-5844)

### 弘前大学人文社会科学部国際公開講座

#### 2025「日本を知り、世界を知る」

時 11月3日(月)祝、午後1時～4時30分

所 弘前大学創立50周年記念会館(文京町)2階岩木ホール

### テーマ・講

◎「性の多様性のなかで生きる：アメリカ史が映すLGBTQコミュニティと私たち」／高内悠貴(弘前大学人文社会科学部助教)

◎「近代短歌を通して見る明治・大正期の青森－与謝

野鉄幹・晶子を中心にー」／片岡美有季(同助教)  
◎「弘前で文字美・書美を発見する－商品の看板から川口桂舟の作品まで」／ディオ・ロドルフ・シリル(同助教)

対 70人

問 弘前大学人文社会科学部(亀谷さん、E kameya.m@hirosaki-u.ac.jp)

### 家事家計講習会

時 ①11月8日(土)の午後1時30分～3時、②11月11日(火)の午前10時～11時30分



所 ①弘前友の家(中野5丁目)、②ヒロ口(駅前町)3階多世代交流室2

内 値上げラッシュに負けないたくましい家計管理、ミールキットを作つてみよう(①・②は同じ内容)

￥ 400円(資料代)

申 二次元コード、Eメール、電話

その他 託児無料(要相談)

問 弘前友の会(柴さん、F 090-7321-4841、E tomonokai.hirosaki@gmail.com)

### 柴田学園大学短期大学部 公開講座・特別公開講座

### 公開講座(後期)

時 ①11月22日(土)、②11月29日(土)



※時間はいずれも午前10時～午後0時30分

内 ①親子でワクワク☆クリスマスケーキを作ろう！、②大人のためのクリスマスケーキ作りレッスン

対 ①小学生以下の親子=8組、②中学生以上=8人

￥ 各1,000円

持 工プロン、三角巾

申 期限 ①11月12日(水)、②11月19日(水)

### 特別公開講座

時 12月6日(土)、午前10時～正午

内 漁師めし いただきます！海のプロに学ぶ本気のおさかなクッキング

対 小学生以上(小学生は保護者同伴)=32人

￥ 500円 申 期限 11月26日(水)

### ～共通事項～

所 柴田学園大学短期大学部(上瓦ケ町)

申 二次元コード、ファクス(希望講座名・希望日(公開講座)・氏名(ふりがな)・住所・電話番号・Eメールアドレス・年代・撮影した写真のSNS使用の可否を明記)

※応募多数の場合は抽選を行い、受講者にはEメールで通知します。そのほか、出前講座も行っていますので、ホームページでご確認ください。

問 柴田学園大学短期大学部地域文化センター(F 32-6151、E 32-6153、jc\_chibansen@shibata.ac.jp)