

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 Eメール

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。  
健診を受ける時や発達相談をする時は、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（ヒロロ〈駅前町〉3階、☎ 33-1652）

名 称	と き ・ 内 容	名 称	と き	と ころ ・ 予 約 先
4 ヵ月児★ 7 ヵ月児★	各指定医療機関での個別健診	スタート 教室 ◎ (生後4・5ヵ 月児)	12月9日(火) 午前10時10分～ 10時55分／ 午前11時20分～ 午後0時5分	11月15日(土)ま でに、駅前こど もの広場（ヒロ ロ〈駅前町〉3階、 午前10時～午後 6時、☎ 35-0156）へ。
1歳6ヵ月児 ★ 予約制	対 令和6年4月生まれの子ども 保健センターでの健診＝11月19日(水)・20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。	ステップ アップ教室 (生後6～8ヵ 月児)	12月12日(金) 午前10時15分 ～11時15分 (受け付けは午前10 時から)	
3歳児 予約制	対 令和4年4月生まれの子ども 11月5日(水)・6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	と き	と ころ	対 象	内 容
予約制	平日の午前9時～午後3時 ※1組あたり1時間程度	市こども家庭 センター	市民で、1歳以上の幼児とその家族	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…オンライン予約も可 ◎…受け付けは開始の10分前から

刺しゅう講習会 ～刺しゅうを楽しむ～

時 11月13日(木)・27日(木)、12月11日(木)の午前  
10時～午後2時  
所 弘前文化センター（下白銀町）2階第4会議室  
対 全3回の講習を全て受講できる人＝5人  
料 500円（3回分）  
持 刺しゅう枠（持っている人）、裁縫道具  
申 電話、ファクス、Eメール（氏名〈ふりがな〉、住所、  
年齢、電話番号を明記）／11月11日(火)まで  
問 中央公民館（☎ 33-6561、F 33-4490、E chu  
uoukou@city.hirosaki.lg.jp、月）と第3(火)は休み）

弘前大学イングリッシュ・ラウンジ 市民公開講座  
「英語で知る文化の違い：Leisure」

英語を使いながらアメリカとドイツの余暇の過ごし  
方について学び、自分の身近な文化について振り返る、  
インタラクティブな講座です。英語レベルに合わせた  
指導を行いますので、初心者の人でも歓迎です。  
時 ① 11月21日(金)／② 11月28日(金)  
※時間はいずれも午後6時～7時30分  
所 弘前大学文京キャンパス総合教育棟2階イングリッ  
シュ・ラウンジ  
テーマ ①「アメリカ特有の文化」／②「ドイツ特有  
の文化」  
対 英語や海外文化について興味のある人  
＝20人（先着順）  
申 Eメール、二次元コード／11月18  
日(火)の午後5時まで  
問 弘前大学教育推進機構イングリッシュ・ラウンジ  
（片桐さん、☎ 39-3716、E ediec@hirosaki-u.  
ac.jp）



こどもこぎんざし教室

ミニほうき・コースター・ミニ額  
の中から選んで作ります。  
時 11月29日(土)、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 市内に在住または通学している小学校3年生  
～中学生（親子参加も可）＝10人（先着順）  
料 1個300円  
持 こぎん針（貸し出し可）、筆記用具  
申 電話、Eメール（氏名〈ふりがな〉、住所〈町名まで〉、  
学校名、学年、電話番号、作りたいもの〈1人2つま  
で／組み合わせ自由〉、布の色〈赤、紺、ベージュ〉  
を明記）／11月22日(土)まで  
問 中央公民館（☎ 33-6561、E chu  
uoukou@city.hirosaki.lg.jp、月）と第3(火)は休み）

市民ボランティアによるパソコン講座

年賀状作成講座～ワードで宛名の作成をしよう～  
時 12月2日(火)、午前10時～午後3時  
対 ワードおよびエクセルの基本操作ができる市民＝  
30人（先着順）  
エクセルはどんなソフト？  
～文字や数字を入力して簡単な表を作ろう～  
時 12月9日(火)、午前10時～午後3時  
対 文字入力およびキーボード・マウスの操作ができる  
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、昼食 申 窓口、電話／11月9日(日)  
以降の午前8時30分～午後5時  
問 学習情報館（総合学習センター内、☎ 26-4800）

令和7年度 食育フェスティバル

時 11月30日(日)、午前10時～午後1時  
所 ①ヒロロ（駅前町）3階イベントスペース、②4階  
市民文化交流館ホール  
内 ①…食育クイズラリー（参加賞あり）、展示・体験  
ブース（手作り梅シロップの試飲、体内糖化度測定、  
りんご販売ほか）、ステージイベント（ふるさとの食  
べ物ビンゴ、食改さんによる調理実演）／②講演会「折  
れない『こころ』に必要な栄養素とは？」  
申 ②のみ、電話または市ホームペー  
ジ内の弘前市電子申請・届出システム／  
11月26日(水)まで  
問 生涯学習課（☎ 82-1641）



苔テラリウム体験

時 12月14日(日)、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してい  
る小学生～高校生（親子参加も可、小学校3年生以下  
は保護者同伴）＝15人（先着順）／②市内に在住ま  
たは通勤・通学している大学生～50歳＝15人（先  
着順） 料 1個2,000円 持 筆記用具  
申 電話、Eメール（氏名〈ふりがな〉、住所〈町名まで〉、  
学校名、学年、電話番号、保護者も参加する場合は保  
護者名、作成希望個数〈1組1つも可〉を明記）／  
12月10日(水)まで  
問 中央公民館（☎ 33-6561、E chu  
uoukou@city.hirosaki.lg.jp、月）と第3(火)は休み）



ライブラべんリ～その1  
～マイナンバーカードで  
本を借りよう！～



図書カードとマイナンバーカードを連携させて、  
マイナンバーカードを図書カードとしても利用でき  
ます。今までの図書カードも変わらず利用できます。

★すでに図書カードを持っている人

→図書館カウンターで連携手続き

★まだ図書カードを持っていない人

→図書館カウンターで利用者申請＆連携手続き  
または、  
→①パソコン・スマートフォンのウェブ画面から利用  
者申請する際にマイナ連携希望をチェック＆②来館時  
にカウンターで連携手続き  
※連携手続き時にはマイナンバーカードと利用者証明用  
電子証明書の暗証番号（数字4桁）が必要です。  
2回目以降の貸出時には暗証番号は不要です。

現代セミナーひろさき

「月刊『弘前』が伝え続けてきたこと」

46年間にわたり弘前の文化を発信してきた月刊『弘  
前』の出版社代表が、その歴史や執筆者との交流、こ  
れからの展開、発行人としての思いをお話しします。  
時 12月6日(土)、午後2時～3時30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＝30人（先  
着順） 持 筆記用具  
申 電話、Eメール（氏名〈ふりがな〉、住所〈町名まで〉、  
年齢、電話番号を明記）／12月3日(水)まで  
問 中央公民館（☎ 33-6561、E chu  
uoukou@city.hirosaki.lg.jp、月）と第3(火)は休み）

“津軽の味っこ” 伝承料理講習会

時 12月24日(水)、午前10時～午後1時  
所 清水交流センター（大開2丁目）調理実習室  
内 赤飯、棒鱈の煮付け、高菜の粕汁、干し柿入り紅白  
なます等の調理実習  
対 市民＝20人程度  
料 2,000円（当日徴収） 持 エプロン、三角巾  
申 往復はがき（「往信用」の裏面に住所、氏名、年代、  
電話番号／「返信用」の表面に住所、氏名を明記）を  
弘前地区生活改善グループ連絡協議会会長・清野さん  
（〒036-8265、下湯口字青柳64の1）宛て／12  
月1日（月・必着）まで  
※応募多数の場合は抽選とし、結果は12月10日(水)  
以降に通知します。  
問 中農林水産事務所農業普及振興室（木村さん、☎  
33-4821）

11月

図書館  
休館日

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

休館中の返却は、各館設置の返却ポストや、市内設置の返  
却ポスト（総合学習センター、まちなか情報センター、JR弘  
前駅2階〈駅ピアノ付近〉）、または開館している他の図書館  
をご利用ください。休館日は変更する場合があります。

弘 弘前図書館（下白銀町）☎ 32-3794  
岩 岩木図書館（賀田1丁目）☎ 82-1651  
森 弘前市森の森（駅前町、ヒロロ3階）☎ 35-0155  
相 相馬ライブラリー（五所字野沢、相馬やすらぎ館内）☎ 84-2316