hirosaki
「話題」と「笑顔」を届ける総合情報誌　広報ひろさき
2018 2／15 No.288 お知らせ版
「広報ひろさき」録音版を希望する人は広聴広報課（☎35・1194）までお知らせください。

後期高齢者医療 高額介護合算療養費の支給

▽**支給対象者**　後期高齢者医療制度に加入し、医療保険と介護保険の自己負担額の両方の支払いをしている人
※世帯内に後期高齢者医療制度に加入している人が複数いる場合は、世帯で合算します。
▽**計算対象期間**　毎年８月１日から翌年７月31日までの１年間
▽**支給額**　医療保険と介護保険の自己負担額の合計が、所得区分に応じた自己負担限度額（下表参照）を超えた場合に、その超えた額が支給されます。
　ただし、超えた額が500円以下の場合は支給対象となりません。

所得区分	自己負担限度額
現役並み所得	67万円
一般	56万円
低所得Ⅱ	31万円
低所得Ⅰ	19万円

低所得Ⅱ…世帯員全員が住民税非課税の人
低所得Ⅰ…世帯員全員が住民税非課税の人のうち、世帯員全員の各所得金額が０円で年金収入が80万円以下の人
※自己負担額は支払った額から高額療養費や高額介護（予防）サービス費を除いた額です。

▽**支給申請**
支給の要件に該当すると思われる世帯には、２月下旬に青森県後期高齢者医療広域連合から支給申請のお知らせを送付します。届いた人は担当窓口に申請してください。また、対象期間の途中に後期高齢者医療制度に加入した人や、転入してきた人などがいる世帯には、支給対象となる世帯であっても、申請のお知らせが送付されない場合もありますので、対象になると思われる人はお問い合わせください。
▽**申請に必要なもの**
支給申請書／高額介護合算療養費・高額医療合算介護（予防）サービス費の支給申請について（お知らせ）／個人番号（マイナンバー）がわかるもの（通知カードまたは個人番号カード）／本人確認書類（官公庁発行の顔写真付き身分証明書など）／印鑑（認め印）／通帳（コピー可）など、口座情報の分かるもの
※被保険者が亡くなっている場合は、受領申立書の提出が必要です（事前に提出した場合は不要）。
※被保険者以外の人が申請または受領する場合は、委任状および被保険者の個人番号がわかるもの（コピー可）、申請者の本人確認書類などが必要です。詳しくは問い合わせを。
※重度心身障がい者医療費の助成を受けている場合は、市町村へ受領を委任する委任状が必要です。
※対象期間中に青森県後期高齢者医療以外の医療保険や他市町村の介護保険に加入歴があり、自己負担額がある場合は、それらの保険の自己負担額証明書が必要です。
■**問い合わせ・申請先**
国保年金課後期高齢者医療係（市役所１階、☎40・7046）

健康診査、人間・脳ドックはお済みですか？

診査名	対象	料金	受診締め切り
国保特定健康診査・後期高齢者の健康診査	国民健康保険に加入している40歳以上の人または後期高齢者医療制度に加入している人	無料（健康診査には約１万円の費用がかかりますが、受診券を使用することで年度内１回に限り、無料で受診できます）	平成30年3月15日
国保人間ドック	次のいずれにも該当する人 ○国民健康保険に加入している40歳以上の人 ○国民健康保険料の滞納が無い世帯の人	4,000円（年度内１回。国保特定健康診査が含まれ、同時受診となります。また、検診内容や年齢により自己負担額が増減することがあります）	
国保脳ドック		5,000円（年度内１回。国保特定健康診査又は国保人間ドックとは別に受診できます）	平成30年3月31日
後期高齢者の歯科健診	後期高齢者医療制度に加入している人	無料（年度内１回。受診券はありませんので、被保険者証を持参してください）	

※詳細は「平成29年度健康と福祉ごよみ」17～25ページで確認を。
■**問い合わせ先**　国保特定健康診査、国保人間・脳ドック…国保年金課国保運営係（☎35・1116）／後期高齢者の健康診査、歯科健診…国保年金課後期高齢者医療係（☎40・7046）

立候補予定者や
関係者は出席を

弘前市長選挙・弘前市議会議員補欠選挙 立候補予定者説明会

４月８日執行の弘前市長選挙および弘前市議会議員補欠選挙に立候補を予定している人を対象に事前説明会を開催しますので、立候補を予定している人（代理出席も可）や関係者はご出席ください。

▽**とき**　３月 12 日（月）、市長選挙＝午後１時～、市議会議員補欠選挙＝午後３時半～

▽**ところ**　市役所（上白銀町）６階大会議室

▽**内容**　立候補届け出の手続き、選挙運動の注意事項など（当日は、立候補届け出に必要な関係書類などを配布します）

■問い合わせ先　選挙管理委員会事務局（市役所６階、☎ 35・1129）

戦没者等の
遺族の皆さんへ

第 10 回特別弔慰金

第 10 回特別弔慰金の請求期限が迫っています。まだ請求していない人は早めの請求を。

▽**支給対象者**　戦没者等の死亡当時の遺族で平成 27 年４月１日（基準日）において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける人（戦没者等の妻や父母など）がいない場合に、次の順番による先順位の遺族１人に支給

１…平成 27 年４月１日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人

２…戦没者等の子

３…戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹

※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していることなどの要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

４．上記１から３以外の戦没者などの三親等内の親族（甥、姪など）

※戦没者などの死亡時まで引き続き１年以上の生計関係を有していた人に限る。

▽**支給内容**　額面 25 万円、５年償還の記名国債

▽**請求期限**　平成 30 年４月２日まで

■問い合わせ・請求先　子育て支援課家庭支援係（市役所１階、☎ 40・7039）

※現在、請求から国債の受け取りまで、１年程度の期間を要していますので、ご注意ください。

シリーズ
国民健康保険の現状

■問い合わせ先
国保年金課国保運営係（市役所１階、☎ 35・1116）

【国民健康保険制度の都道府県単位化について②】

平成 30 年度から、国民健康保険の財政運営の責任主体が市町村から都道府県に変わります。それにより、安定的な財政運営や効率的な国保事業の確保等、国保運営の中心的な役割を県が担い、国保制度の安定化を図ることとなります。

具体的には、県内の統一的な運営方針としての国保運営方針を策定し、それに基づいて、市町村ごとの国保事業費納付金の決定や、標準保険料率の算定･公表、市町村が担う事務の効率化・標準化・広域化を推進するため、技術的助言・指導などを行います。

一方、市町村はこれまでどおり、被保険者証等の発行、保険給付の決定、保険料の賦課・徴収、保健事業を行います。

保険料率については、県から示された国保事業費納付金と標準保険料率を参考に決定することとなりますが、当市では、平成 34 年度までは現在の保険料率を据え置くこととしています。

ワンポイントアドバイス　**除雪中のけがや事故を防ぎましょう**

除雪中のけがや事故は、日常生活に支障をきたすだけでなく医療費がかかってしまいます。そこで、除雪のポイントをいくつか紹介しますので、けがや事故に気を付けて除雪を行いましょう。

①作業は家族、となり近所にも声をかけて２人以上で！
②晴れの日ほど要注意、屋根の雪がゆるんでる！
③作業開始直後と疲れたころは特に慎重に！
④面倒でも命綱とヘルメットを！
⑤作業のときには携帯電話を持っていく！

エコストア・エコオフィス認定制度

この制度は、ごみの減量やリサイクルの推進、省エネルギーなど、環境にやさしい活動を行っている店舗や事務所（会社）をエコストア・エコオフィスとして認定し、その取り組みを応援していこうというものです（市が認定している店舗や事務所は下表のとおり）。

あなたの店舗や事務所もエコストア・エコオフィスになってみませんか。申請手数料などは一切掛かりませんので、ぜひ申請を。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

■問い合わせ先　環境管理課環境保全係（町田字筒井、☎ 36・0677）

▲エコストア・エコオフィス認定マーク

エコストア優良認定事業所

1	弘前事務機器商会
2	パワーデポ弘前店
3	ドコモショップ弘前城東店
4	ドコモショップ弘前安原店
5	マックスバリュ安原店
6	ユニバース堅田店
7	ユニバース南大町店
8	ユニバース城東店
9	生協コープあおもり和徳店
10	マックスバリュ樋の口店
11	マックスバリュ岩木店
12	ヤマト運輸弘前白銀センター
13	ヤマト運輸弘前城東センター
14	ヤマト運輸弘前松原センター
15	さとちょう浜の町店
16	Uマート桔梗野店
17	Uマート弘大前店

エコオフィス優良認定事業所

1	S.K.K. 情報ビジネス専門学校
2	南建設
3	伸和産業
4	セントラル技研
5	東北電力弘前営業所
6	装美舎
7	弘前事務機器商会
8	リコージャパン青森支社 青森営業部弘前営業所
9	ビジネスサービス弘前支店
10	ゴールドパック青森工場
11	弘前航空電子
12	丸勘建設
13	東栄土木工業
14	タムロン生産本部弘前工場
15	小山田建設
16	エルシィホーム
17	キヤノンプレシジョン本社･ 北和徳事業所
18	キヤノンプレシジョン北和徳 第二事業所
19	弘前水道
20	オリンパスメディカルサイエンス 販売弘前営業所
21	北星交通
22	キタコン
23	三光化成第四事業部弘前工場
24	ニッカウヰスキー弘前工場
25	特別養護老人ホームおうよう園
26	青森銀行弘前支店 ほか12店舗
27	特別養護老人ホーム白寿園
28	デイサービスセンター白寿園
29	生活支援ハウス白寿の園
30	豊産管理弘前営業所
31	アペックス弘前サービスセンター
32	音羽電機工業弘前工場
33	東管サービス
34	大成コンサル
35	日本パルスモーター岩木工場
36	障害者支援施設千年園
37	北村技術
38	弘前農園
39	共立設備工業

エコストア認定事業所

1	au ショップ弘前西
2	ドコモショップ弘前駅前店
3	小山内バッテリー社弘前店
4	ユニバース松原店
5	生協コープあおもり西弘店
6	生協コープあおもり松原店
7	さとちょう樹木店
8	さとちょう松森町店
9	さとちょう小比内店
10	さとちょう大原店
11	さとちょう城東店

エコオフィス認定事業所

1	共立寝具神田工場
2	弘前ドライクリーニング工場
3	田中工務店
4	東奥信用金庫本店 ほか12店舗
5	富士建設
6	みちのく銀行弘前営業部 ほか11店舗
7	マル長
8	猪股建設
9	東邦設備工業所
10	OK リフォーム對馬
11	中村弘前
12	工藤工務店
13	弘果弘前中央青果

※表は平成 29 年 12 月末現在のものです（登録順）。
※６年間継続して認定を受けているエコストア･エコオフィスを「優良認定事業所」としています。

イベント

鳴海要記念陶房館の催し

◎ももの節句　たんごの節句
▽**とき**　2月18日～3月4日の午前9時～午後4時
▽**内容**　桃の節句と端午の節句にちなんだ陶芸、ちりめん細工、糸のこぎり工芸、絵本などの作品展
▽**観覧料**　無料
◎電動ロクロを体験しませんか？
▽**とき**　2月23日・24日の午前10時～午後3時
▽**内容**　電動ロクロを使った器作り
▽**講師**　小山陽久さん、佐藤学さん（津軽千代造窯）
▽**対象**　小学生以上
▽**参加料**　1,500円（材料費などを含む）
～共通事項～
▽**ところ**　鳴海要記念陶房館（賀田字大浦）
問鳴海要記念陶房館（☎82・2902、火曜日は休み）

子どもたちの歴史学習作品展

【ふるさとの歴史・文化財マップ作品展】
▽**とき**　2月22日～27日、午前10時～午後8時＝さくら野百貨店弘前店（城東北3丁目）4階リコルソ前ホール／3月1日～6日、午前9時～午後9時…ヒロロスクエア（駅前町、ヒロロ3階）
▽**内容**　船沢・大成・第三大成・石川・裾野小学校の6年生が各学区にある文化財などを調査し、その成果をまとめた作品の展示
【わたしたちが見たお城の大工事作品展】
▽**とき**　2月22日～27日、午前9時～午後9時＝ヒロロスクエア／3月1日～6日、午前10時～午後8時＝さくら野百貨店弘前店4階リコルソ前ホール
▽**内容**　市内の小学校6年生が弘前城本丸石垣解体工事現場を見学して作成したスケッチや感想文などの展示
～共通事項～
▽**観覧料**　無料
問文化財課（☎82・1642）

第2回弘前観桜会100周年記念講演会

▽**とき**　2月25日（日）、午後3時～（開場は午後2時半～）
▽**ところ**　ホテルニューキャッスル（上鞘師町）2階曙の間
▽**内容**　基調講演「日本一の桜の園、弘前公園ができるまで」…講師・平塚晶人さん（フリーランスライター、弁護士）／パネルディスカッション
▽**参加料**　無料
問2月23日までに、弘前商工会議所地域振興課（☎33・4111）へ。

平成29年度岩木健康増進プロジェクト結果報告会

▽**とき**　3月3日（土）、午前9時半～午後0時半（受け付けは午前9時10分～）
▽**ところ**　中央公民館岩木館（賀田1丁目）2階大ホール
▽**内容**　岩木健康増進プロジェクト健診の結果、健康のレベルアップに役立つ最新情報や実践例など
▽**参加料**　無料
※事前の申し込みは不要。
問弘前大学大学院医学研究科社会医学講座（☎39・5041）／健康づくり推進課（☎37・3750）

スポーツでのまちづくりアイデアソン

「スポーツで楽しめるまちづくり」をテーマに、オープンデータを使ったまちづくりを一緒に考えます。
▽**とき**　3月3日（土）
午後1時～4時半
▽**ところ**　土手町コミュニティパーク多目的ホールA
▽**講師**　相澤謙一郎さん（タイムカプセル代表取締役）／細川弘樹さん（ソフトアカデミーあおもり）
▽**定員**　30人（先着順）
▽**参加料**　無料
※Wi-Fiが利用できます。駐車場はありませんので、公共交通機関などをご利用ください。
問2月28日までに、Eメール（参加者全員の氏名・年齢・職業・好きなスポーツ、代表者の電話番号を記入）で、ひろさき未来戦略研究センター（☎40・7016、E hif@city.hirosaki.lg.jp）へ。

こどもの森 3月の催し

◎自然教室『雪であそぼう！』
▽**とき**　3月4日（日）
午前10時～正午
▽**ところ**　こどもの森（坂元字山元、久渡寺境内）
▽**参加料**　無料
▽**持ち物**　飲み物、替えの下着・靴下、雨具、防寒着
※小学生未満は保護者同伴。事前の申し込みが必要。
▽**開館日**　土・日曜日、祝日
問こどもの森ビジターセンター（☎88・3923）／市みどりの協会（☎33・8733）

Spring Jazz CONCERT

▽**とき**　3月4日（日）、午後1時～（開場は正午～）
▽**ところ**　河西体育センター（石渡1丁目）
▽**出演者**　長谷川健Swing Hat Jazz Orchestra、ロンドンズ
▽**入場料**　前売り券＝1,500円、当日券＝2,000円（ともに、ワンドリンク付き）
※障がい者（証明必要）、中学生以下（保護者と同伴する場合に限る）は無料。
▽**入場券販売所**　市内体育施設
問河西体育センター（☎38・3200、H http://www.hirosaki-taikyo.com）

白神研究会積雪期観察会

白神山地でスノートレッキングや雪の十二湖を散策しませんか。
▽**とき**　3月10日（土）、午前10時半～午後2時半（雪・雨天決行）
▽**集合**　午前10時半、アオーネ白神十二湖（深浦町松神）駐車場
※送迎を希望する人は、事前に申し込みをし、当日の午前7時半までに、弘前大学（文京町）正門に集合を。
▽**コース**　十二湖ビジターセンター・青池－金山の湧き壺の池巡回
▽**対象**　小学校4年生以上＝20人（中学生以下は保護者同伴、先着順）
※雪の中を4時間ほど歩きますので、高血圧や心臓疾患など持病のある人は医師に相談を。
▽**参加料**　1,000円（保険料・テキスト代として）
※白神研究会会員は500円。
▽**持ち物**　スキーウェア、長靴、オーバーズボンかロングスパッツ、かんじきかスノーシュー（貸し出し可）、スキーストック、昼食、飲み物
▽**申込先**　3月7日までに、電話かファクスまたはEメールで、弘前大学白神自然環境研究所（山岸さん、☎兼F 39・3706、E hyama@hirosaki-u.ac.jp）へ。
※住所、氏名、年齢、電話番号、移動手段をお知らせください。
問弘前大学農学生命科学部（本多さん、☎兼F 39・3812、E honda@hirosaki-u.ac.jp）

第16回春の文化芸能祭

▽**とき**　3月4日（日）、午後1時～（開場は午後0時半～）
▽**ところ**　岩木文化センター「あそべーる」（賀田1丁目）
▽**入場料**　無料
※事前の申し込みは不要。
■**問い合わせ先**　岩木文化協会（長谷川さん、☎携帯090・4638・4322）

【出演団体など】

♪オープニング　みんなで歌おう 岩木コーラス、あそべーる歌の会による「青い山脈」
♪第一部…岩木コーラス（合唱）／あそべーる歌の会（歌謡）／長谷川清一さん（歌謡）／前田美代子さん（漫芸）／岩木手踊り会（手踊り）／西川菊静会（新舞踊）／工藤正志＆ヒップスバンド（バンド演奏）／弘前相撲甚句愛好会（相撲甚句）／岩木芸能愛好会（歌謡）／弘前櫻会（よさこいソーラン）
♪第二部…高瀬まみさん（演歌歌手）・渋谷幸平さん（三味線）・小石スグルさん（ピアノ）～スペシャルステージ～

インフルエンザにご注意を！

インフルエンザが流行していますので、次のことを心掛けてください。
【インフルエンザ予防対策】
外出時はマスクを着用し、体調が悪いときは、人込みをなるべく避ける／帰宅したら手洗い・うがいをする／せき・くしゃみなどの症状があるときは、マスクを着用する／過労や睡眠不足にならないよう、また、抵抗力を下げないよう、十分な栄養や休養をとる／室内が乾燥しないよう適度な湿度を保つ／早めに予防接種を受ける
【インフルエンザにかかったら】
普通の風邪だと軽く考えず、マスクを着用して早めに医療機関を受診する／外出を控え、安静にして休養や睡眠を十分にとる／水分を十分に補給する（お茶やスープなど、飲みたいもので構わない）／せき・くしゃみなどの症状があるときは、周りの人にうつさないように、マスクを着用する／無理をして学校や職場などに行かない
■**問い合わせ先**　健康づくり推進課（☎37・3750）

休日在宅当番

▽**診療時間**　**内科**…午前9時～正午／**耳鼻咽喉科・眼科、歯科**…午前10時～午後4時

内　科		
3/4	佐藤内科小児科取上医院（取上2）	☎33・1191
11	さがらクリニック（桔梗野1）	☎37・2070
18	場崎クリニック（代官町）	☎38・6600
25	弘前温泉養生医院(真土)	☎82・3377

耳鼻咽喉科・眼科		
3/11	加藤眼科クリニック（田町5）	☎31・3711
25	斎藤耳鼻咽喉科医院（城東2）	☎26・0033

歯　科		
3/4	弘前インター歯科クリニック（石川）	☎55・8214
11	杉山歯科クリニック（泉野2）	☎55・0811
18	あまない歯科医院（神田1）	☎88・6400
21	遠藤歯科（代官町）	☎36・5560
25	城西歯科クリニック（五十石町）	☎33・6680

◎休日の救急病院などについては、消防本部の救急病院案内専用電話（☎32・3999）へお問い合わせください。

harappa 映画館「3.11 ～私たちは忘れない～」

東日本大震災および福島第一原発事故をテーマとした、ドキュメンタリー３本を上映します。

▽**日程**　３月 11 日（日）、①午前 10 時半～＝『祭の馬』、②午後１時～＝『被ばく牛と生きる』、③午後３時半～＝『息の跡』

※各上映後、シネマトークを行います。

▽**ところ**　弘前中三（土手町）８階スペースアストロ

▽**ゲスト**　小川直人さん（せんだいメディアテーク学芸員）

▽**観覧料**　前売り＝ 1,000 円（１回券）、2,500 円（３回券）／当日＝ 1,200 円（１回券）、学生＝ 500 円（１回券）

※１作品ごとに１回券が１枚必要。

▽**チケット取扱所**　弘前中三、紀伊國屋書店弘前店、まちなか情報センター、弘大生協、コトリ cafe（百石町展示館内）

問 harappa 事務局（☎ 31・0195、**E** post@harappa-h.org、**H** http://harappa-h.org）

※平成 29 年度市民参加型まちづくり１％システムの採択事業。

ひとにやさしい社会推進セミナー

▽**とき**　３月 14 日（水）
午後６時半～８時

▽**ところ**　ヒロロ（駅前町）３階多世代交流室２

▽**テーマ**　「恋愛関係を心理学から考える－二人だけの世界がもたらす帰結は“幸せ”か“不幸せ”か」

▽**講師**　古村健太郎さん（弘前大学人文社会科学部講師）

▽**対象**　市民または市内に通勤・通学している人＝ 25 人（先着順）

▽**参加料**　無料

▽**その他**　無料の託児があります（３か月～小学生が対象。２月 28 日までに事前の申し込みが必要）

問 ３月 10 日までに、市民参画センター（☎ 31・2500）へ。

親子サイエンスカフェ in ひろさき

紙芝居風のお話や実験などを通して、親子で科学を学びませんか。

▽**とき**　３月 17 日（土）
午後１時～２時半

▽**ところ**　総合学習センター（末広４丁目）大会議室

▽**テーマ**　太陽はどうやってかがやいているの？～核融合「かくゆうごう」ってなあに？

▽**対象**　小学生＝ 15 組程度（保護者同伴、先着順）

▽**参加料**　無料（飲み物、菓子付き）

▽**その他**　参加者には核融合炉のペーパークラフトとプラズマボールを差し上げます

問 ３月 16 日までに、電話、ファクスまたはＥメール（住所、氏名、電話番号、Ｅメールアドレスを記入）で、青森県 ITER 計画推進会議サイエンスカフェ事務局（藤田さん・坂本さん、☎青森 017・734・1311、**F** 017・775・3567、**E** staff@acci.or.jp）へ。

星空観察会 in プラネ

【さぁ始めよう！星空観察】

▽**とき**　３月 17 日（土）、午後６時～８時（受け付けは午後５時半～）

▽**ところ**　弘前文化センター（下白銀町）３階プラネタリウム

▽**内容**　今の時期に見える星座や春の星座などについて説明した後、屋外で星空観察（曇天時は屋内で別メニューを実施）

▽**講師**　蒔苗智之さん（ひろさき星の子サークル責任者）

▽**対象**　市民＝ 40 人（小学生以下は保護者同伴、先着順）

▽**参加料**　無料

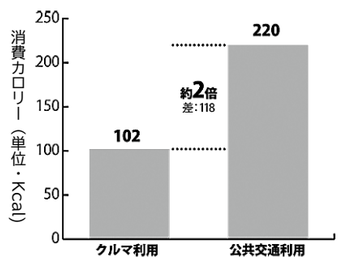
▽**持ち物**　防寒具

問 ３月 16 日までに、電話、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、中央公民館（☎ 33・6561、**F** 33・4490、**E** chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み）へ。

公共交通利用のススメ③

バスや電車は、健康に良い！

■ 15㎞離れた地点への移動に伴う消費カロリー



【参考文献】第６次改定日本人の栄養所要量（1994）、個人の通勤交通行動が健康状態に与える影響に関する研究（2006）：村田香織・室町泰徳、土木計画学研究・論文集 23、pp.497-504

【公共交通で運動不足解消！?】

通勤や買い物の際に自動車を利用するよりも、バスや鉄道などの公共交通を利用した場合は、車に比べて歩く機会が自然と増えます。そのため、消費カロリーが多くなるため、生活習慣病のリスクが少なく、健康に良いとされています。通勤や通学などの毎日の習慣が健康面に影響している部分は、積み重ねると大きな違いとして出てくるのかもしれません。特に運動不足になりがちな冬こそ、公共交通の利用をおススメします！

■問い合わせ先　都市政策課交通政策推進室（☎ 35・1124）

保存版

平成 30 年度

弘前市出前講座

市民の皆さんの自主的な学習会などに市の職員を派遣し、制度や行政の情報を積極的に提供する「弘前市出前講座」を実施しています。

４月から次の４講座を追加。全 94 講座となりますので、ぜひご利用ください。

○補助事業を活用して、弘前の農業を元気に！
○ホントは知らないごみのお話～減量化って？資源化って？～
○弘前デザインウィークについて
○城ロボ「超城合体タメノブーンＶ」

出前講座ってなぁに？

市民の皆さんが関心のある講座をメニューから選んでください。市の職員が指定の場所に出向き、分かりやすく説明します。

誰でも利用できるの？

市内に在住、または通勤･通学する５人以上のグループなら、誰でも利用できます。ただし、営利活動を目的とした催しなど、出前講座の趣旨に反する場合は利用できないこともあります。

利用日と時間は？

年末年始（12 月 29 日～１月３日）を除く、午前９時～午後９時の２時間以内。土･日曜日、祝日も可。

会場の準備などは？

受講を希望するグループで用意してください。

利用料は？

無料です。

申し込み方法は？

利用申込書に必要事項を記入し、利用希望日の１カ月前までに広聴広報課へ。ファクス、郵便での申し込みも可。

※出前講座のパンフレットおよび利用申込書は、広聴広報課窓口のほか、岩木・相馬の各総合支所、各出張所などにも用意しています。また、市ホームページからダウンロードできます。

■問い合わせ・申込先　広聴広報課（市役所２階、〒 036･8551、上白銀町１の１、☎ 35･1194、ファクス 35・0080）

平成 30 年度

弘前市出前講座メニュー

講座名の前に★があるのは新しい講座だよ！

※機構改革により、担当課などが変更となる場合があります。

分野	No.	講座名	主な内容	担当課等
市政	1	弘前市経営計画について	弘前市経営計画による地域経営について	ひろさき未来戦略研究センター
	2	弘前市まち・ひと・しごと創生総合戦略	弘前市まち・ひと・しごと創生総合戦略に掲げる地方創生の取り組みを紹介します	ひろさき未来戦略研究センター
	3	統計データを探してみよう、使ってみよう	市のオープンデータ、国の e-stat 等の使い方を紹介します	ひろさき未来戦略研究センター
	4	「政策効果モニター」「地域経営アンケート」について	「政策効果モニター」「地域経営アンケート」の調査結果について	ひろさき未来戦略研究センター
	5	業務の効率化・適正化の取り組み	市役所における業務の効率化・適正化に向けた「仕事力リノベーション事業」の取り組みを紹介します	ひろさき未来戦略研究センター
	6	指定管理者制度	指定管理者制度について	ひろさき未来戦略研究センター
	7	移住推進の取り組みについて	人口減少対策の一つとして取り組んでいる移住推進の取り組みを紹介します	ひろさき未来戦略研究センター
	8	弘前市の行政組織	市の組織について	人材育成課
	9	情報公開制度のしくみ	情報公開制度の利用方法について	法務契約課
	10	弘前市の個人情報保護のしくみ	制度の内容について	法務契約課
	11	あなたと市政をつなぐ 広聴広報活動	市長車座ミーティング、わたしのアイデアポストの利用の仕方、広報ひろさき、ウェブサイトやテレビ・ラジオ放送などについて	広聴広報課
	12	ＳＮＳを活用！ 弘前の魅力を世界に発信	弘前の魅力をＳＮＳを活用して発信している当市の取り組みを説明するほか、拡散された具体的事例の紹介	広聴広報課
	13	国際交流員・国際化推進員のしごと	国際交流員・国際化推進員の弘前市役所での業務について	広聴広報課
	14	弘前市の財政	市の予算編成、財政の現状	財務政策課
	15	身近な公共施設について考えてみよう！	私たちの身近な公共施設には、どのような問題があって、どのような取り組みが行われているのでしょうか？	財産管理課
	16	「ひろさき便利まっぷ」を使ってみよう	弘前市地図情報サイト「ひろさき便利まっぷ」の操作・活用方法を紹介 ※インターネット通信ができるパソコンが必要です。	情報システム課
	17	市民税・県民税について	市民税・県民税の計算方法、申告書の書き方	市民税課
	18	固定資産税・都市計画税について	土地や家屋の評価のしくみと税金の計算方法について	資産税課
	19	市税の収入	市民税、固定資産税の収入実績や各種納付方法について	収納課
	20	弘前市市民参加型まちづくり１％システムとは？	市民活動を応援する制度「市民参加型まちづくり１％システム」について、制度概要、採択事例などをわかりやすく説明します	市民協働政策課
	21	協働によるまちづくりとは？ ～協働によるまちづくり基本条例について～	市民・議会・執行機関３者の協働によるまちづくりを定めた「弘前市協働によるまちづくり基本条例」の内容などを説明します	市民協働政策課
	22	男女共同参画社会	男女共同参画社会について	市民参画センター
産業	23	農業経営者応援講座	認定農業者制度・農業金融制度の概要、農業経営改善計画の作り方	農業政策課
	24	農家の家族経営協定のはなし	家族経営協定とは、協定書の締結まで	農業委員会事務局
	25	農業者年金	農業者年金の制度のおはなし ※事前にデータを頂ければ、試算ができます。	農業委員会事務局
	26	中小企業のための融資制度	主な融資制度について	商工政策課
	27	中心市街地の活性化	中心市街地活性化の取り組みについて	商工政策課
	28	弘前市の特産品	弘前の特産品いろいろ	商工政策課
	29	★補助事業を活用して、弘前の農業を元気に！	国・県・市の補助事業により、規模拡大や省力化を目指す意欲的な生産者を応援するため、制度の概要・活用方法などを説明します	農業政策課

保存版　平成 30 年度 弘前市出前講座

分野	No.	講座名	主な内容	担当課等
観光・文化	30	弘前感交劇場	津軽地域全体を一つの劇場ととらえ、観光客と地域住民が共感共鳴できる「感動と交流」の旅のスタイルを展開する、弘前の観光施策	観光政策課
	31	弘前の四大まつり	弘前の四大まつりについて	観光政策課
	32	弘前公園のサクラ	サクラの歴史と管理の工夫について	公園緑地課
	33	弘前公園の古木名木	弘前公園にある歴史的な古木名木の紹介	公園緑地課
	34	弘前市の保存樹木	大切にしたい保存樹木をスライドなどで紹介	公園緑地課
	35	弘前城植物園の楽しみ方	植物の種類と花の見ごろ	公園緑地課
	36	弘前城本丸石垣修理	弘前城の天守曳屋から石垣修理まで、100 年ぶりの大事業について	公園緑地課
都市基盤	37	私道整備の補助制度	制度の概要、事業の進め方、負担割合	建設政策課
	38	地震からわが家を守ろう	木造住宅の耐震診断と耐震改修について	建築指導課
	39	空き家対策	空き家・危険家屋対策と空き家・空き地バンク制度について	建築指導課
	40	都市計画とまちづくり	土地の利用や建物の建て方のルール、道路や公園の計画など、まちづくりに必要な内容について	都市政策課
	41	弘前市の景観計画	岩木山の眺めや城下町のまちなみなど、弘前ならではの景観を守り、創り、育てるための取り組みについて	都市政策課
	42	子ども向け景観学習	市内の魅力的な建物、風景の紹介や弘前市景観計画に基づく取り組みや自分たちのできることを分かりやすく説明します（座学）	都市政策課
	43	みんなで考えよう！ くらしの中の公共交通	路線バスをはじめとする公共交通の現状と活性化について	都市政策課
	44	地域まち育てについて	市民と行政が協働で、自分たちでできることからまちづくりに継続的に取り組む「まち育て」の考え方と、中学校区に分けた地域の構想づくりについて	都市政策課
	45	コンパクトなまちづくり	将来における少子高齢化を見据えた公共交通と連動したコンパクトなまちづくりを説明します	都市政策課
	46	緑化推進について	くらしに役立つ緑の働きと重要性など	公園緑地課
	47	弘前型スマートシティ構想	エネルギーや ICT を活用したまちづくりや融雪対策など、弘前型スマートシティ構想の概要と取り組みについて	スマートシティ推進室
	48	弘前市の水道ビジョン	水道事業のこれからの取り組み	上下水道部総務課
	49	水道とくらし	水が蛇口から出るまで	上水道施設課
安全・生活環境	50	地域防災対策	地域や家庭で行う災害への備えと防災活動について	防災安全課
	51	弘前市国民保護計画	弘前市国民保護計画の内容について	防災安全課
	52	福祉避難所について	災害時に二次避難所として開設される福祉避難所について	福祉政策課
	53	悪質商法について	消費者被害の多い悪質商法手口紹介や対応方法について	市民生活センター
	54	はじめよう！ボランティア	ボランティアの楽しみ方、受け入れ方や活動について	市民参画センター
	55	わかりやすい戸籍の届出	戸籍のしくみ、各種届出の書き方	市民課
	56	くらしの中の雪対策	除排雪の方法、消・流雪溝・雪置き場の利用について ※７月～ 10 月に限り開催します	道路維持課
	57	高齢者等の交通安全	高齢者等が交通事故に遭わない、起こさないためのポイント	都市政策課
	58	クイズで楽しくエコライフ！	地球温暖化について、クイズで楽しく学びます	環境管理課
	59	ごみの分け方出し方（事業所版）	当市の排出割合が多い事業系ごみについて、ごみの種類や分別の仕方、リサイクルの方法などについてレクチャーします	環境管理課
	60	地域のみんなではじめよう 再生資源回収運動	自主的なリサイクル活動である再生資源回収運動の活動のはじめ方や仕組み、ノウハウについて	環境管理課
	61	再生可能エネルギーについて学んでみよう！（弘前型スマートシティアカデミー）	再生可能エネルギーとはどんなものか、どのように使われているのかについて、わかりやすく説明します	スマートシティ推進室
	62	★ホントは知らないごみのお話 ～減量化って？資源化って？～	私のごみはどこに行くの？これ使わないけどリサイクルできる？ごみのダイエットに興味ありませんか？	環境管理課

※次ページに続く。

分野	No.	講座名	主な内容	担当課等
子育て	63	認定こども園・幼稚園・保育所のはなし	保育料（利用者負担額）の決定方法、利用状況	子育て支援課
	64	児童館と放課後児童クラブ	児童館・児童センターの事業と利用方法、放課後児童健全育成事業など（なかよし会・児童クラブ）について	子育て支援課
	65	子育ての負担を軽減	児童手当と子ども医療費の受給資格など	子育て支援課
	66	ひとり親の生活を応援	児童扶養手当とひとり親家庭等医療費の受給資格など	子育て支援課
	67	児童虐待	児童虐待について	子育て支援課
	68	ＤＶ（ドメスティックバイオレンス）	ＤＶ（配偶者等からの暴力・デートＤＶ）について	子育て支援課
	69	青少年健全育成	非行の現状、非行防止対策、環境浄化対策、子どもを取り巻くインターネット環境	少年相談センター
教育	70	地域の力で学校を応援しませんか～これからの教育環境～	小中一貫教育システムやコミュニティ・スクール、子ども達が集団の中で学べる環境など、今後弘前市が目指す教育環境について	学校づくり推進課
	71	公民館は学びの支援隊	学び合い、つながり合える学びの場を案内します	中央公民館
	72	津軽の歴史～藩主たちの時代～	弘前藩を治めた 12 人の藩主たちのエピソードを交えながら弘前の歴史についてお話しします	市立博物館
	73	弘前の社会教育について	子どもから高齢者まで学び続けるために～社会教育事業の紹介～	生涯学習課
健康・福祉	74	障害福祉サービス	障害者総合支援法による福祉サービスについて	福祉政策課
	75	障害者手帳のしくみ	障害者手帳の申請から認定までと受けられるサービスについて	福祉政策課
	76	障がい者の医療制度	障がい者の医療制度について	福祉政策課
	77	成年後見制度で安心な老後を	認知症などで判断力が十分でない人の権利や財産を守るために活用できる、成年後見制度について	福祉政策課
	78	介護保険制度のしくみ	○介護認定・介護給付について ○介護保険料について ○介護予防・日常生活支援総合事業について	介護福祉課
	79	高齢者の福祉	高齢者のための介護保険以外のサービスについて	介護福祉課
	80	弘前市安心安全見守りネットワーク	高齢者などの見守り事業の概要と地域でできる見守り方を紹介します	介護福祉課
	81	国民健康保険制度のしくみ	制度の概要、医療給付の内容、各種届出	国保年金課
	82	後期高齢者医療制度のしくみ	制度の概要	国保年金課
	83	国民年金制度のしくみ	国民年金の保険料、保険料免除・納付猶予制度、受給資格、各種届出	国保年金課
	84	誰でもゲートキーパー講座	心の悩みを抱えている人を支える人（ゲートキーパー）になるためのポイント	健康づくり推進課
	85	働きざかり世代の健康づくり講座	血管を若く保つための生活習慣（血管年齢測定・体組成測定も可能）	健康づくり推進課
	86	健康な食生活講座	妊婦の食生活、生活習慣病予防の食生活、高齢者の食生活、親子で見直す食生活、幼児・学童・思春期の食生活	健康づくり推進課
	87	たばこの健康被害防止対策について	市の取り組み状況、「弘前市たばこの健康被害防止対策の指針」の内容、受動喫煙防止対策のあり方等について	健康づくり推進課
	88	予防接種について	予防接種の種類、定期の対象年齢、接種間隔、一般的注意事項について	健康づくり推進課
その他	89	市議会のしくみ	市議会の進め方、市政と市議会の関係	議会事務局
	90	選挙のしくみ	選挙の概要と選挙運動などについて・模擬投票	選挙管理委員会事務局
	91	課長がおじゃまします	課の主な取り組みを紹介します	全課室
	92	マイナンバー	マイナンバー制度について	ひろさき未来戦略研究センター
	93	★弘前デザインウィークについて	弘前デザインウィークのこれまでの取り組みを紹介	広聴広報課
	94	★城ロボ「超城合体タメノブーンＶ」	城ロボのキャラクターを通じて弘前のお城についてひもときます	広聴広報課

ふれあい高齢者ゲートボール親善大会

▽**とき**　3月17日（土）
午前9時～
▽**ところ**　克雪トレーニングセンター（豊田2丁目、運動公園内）
▽**内容**　リーグ戦
▽**対象**　60歳以上の市民
▽**参加料**　1チーム（7人以内）＝2,000円（当日徴収）
問2月28日までに、弘前市社会福祉協議会（☎33・1161）か、弘前市ゲートボール協会（五十嵐さん、☎携帯090・8928・2328）へ。

いろんなロケットを作って飛ばそう

ペットボトルなどでロケットを作って飛ばしてみませんか。
▽**とき**　3月18日（日）、午前の部＝午前10時～正午／午後の部＝午後1時～3時
▽**ところ**　弘前地区環境整備センタープラザ棟（町田字筒井）
▽**講師**　福田智好さん（弘前市少年少女発明クラブ会長）
▽**対象**　小学生以上＝各回30人程度（小学生は保護者同伴）
▽**参加料**　無料
▽**持ち物**　空の炭酸飲料用のペットボトル（耐圧用、1.5ℓ）
▽**申し込み受付**　3月4日から
問弘前地区環境整備センタープラザ棟（☎36・3388、午前9時～午後4時、月曜日は休み）

全日本一輪車競技大会舞台演技部門

▽**とき**　3月18日（日）の午前10時～（開場は午前9時15分～）
▽**ところ**　市民会館（下白銀町）
▽**入場料**　S席＝2,000円、A席＝1,500円、B席＝1,000円（全席指定）
※3歳以下で、保護者の膝の上に座る子どもは無料。
▽**入場券取扱所**　豊田児童センター、東部児童センター、紀伊國屋書店弘前店、平川市平賀児童館
問豊田児童センター（☎27・7828、F 26・7299、E uni_dancing@yahoo.co.jp）

『季節×弘前』プロジェクションマッピング

高さ約5mの大きなホワイトツリーに、「弘前さくらまつり100周年」をテーマとした、プロジェクションマッピングを投影しています。ぜひおいでください。
▽**開催期間（予定）**　3月31日までの日没（午後4時半ごろ）～午後8時
▽**ところ**　弘前駅ビルアプリーズ（表町）2階入口前
※詳しくは、ホームページ（http://www.jre-abc.com/wp/appliese）で確認するか、問い合わせを。
問アプリーズ（☎36・2231）

教室・講座

出愛サポーター勉強会

お見合いを支援する出愛サポーター（市民ボランティア）とサポーターに興味のある人を対象とした勉強会を開催します。サポーターに関する知識を深めてみませんか。
▽**とき**　2月24日（土）
午前10時～11時半
▽**ところ**　土手町コミュニティパーク多目的ホールA
▽**内容**　出愛サポーターの役割、ひろさき広域出愛サポートセンターの利用状況報告など
※出愛サポーターを随時募集しています。希望者は事務局へ申し出を。
問2月23日までに、ひろさき広域出愛サポートセンター事務局（☎35・1123）へ。

生きがいセンターの教室

各教室の受講者を募集します。期間はいずれも4月～平成31年3月の1年間です。
▽**ところ**　生きがいセンター（南袋町）
▽**対象**　65歳以上の市民
▽**受講料**　無料（一部の教室は教材費が必要）
▽**申し込み方法**　はがきに住所・氏名（ふりがな）・生年月日・性別・電話番号・教室名（1人2つまで。健康料理教室は①または②のいずれか1つ）を記入し、2月28日（当日消印有効）までに、生きがいセンター（〒036・8272、南袋町1の20）へ。電話での申し込みはできません。
※受講希望者が定員を超えた場合は、抽選で決定。より多くの市民に参加してもらうため、同じ教室での受講が初めての人、連続して3年を超えない人の順に優先。結果は後日通知します。
■**問い合わせ先**　生きがいセンター（☎38・0848、月曜日は休み、月曜日が祝日の場合は翌日が休み）へ。）

教室名	主な活動日程	定員
書道教室	毎月第1・3水曜日、午後1時半～3時半	35人
クレヨン画教室	毎月第1・3水曜日、午前10時～正午	40人
日本舞踊教室	毎月第2・4水曜日、午前10時～正午	20人
茶道教室（表千家）	毎月第1・3木曜日、午前10時～正午	15人
茶道教室（裏千家）	毎月第2・4木曜日、午前10時～正午	15人
健康料理教室①	毎月第3金曜日、午前10時～午後1時	25人
健康料理教室②	毎月第4金曜日、午前10時～午後1時	25人
健康体操教室	毎月第1・3土曜日、午前10時～正午	25人
歌謡(カラオケ)教室	毎月第2日曜日の午後3時～5時と 毎月第4日曜日の午後2時～5時	40人
社交ダンス教室	毎月第1・3日曜日、午後1時半～3時半	男性=15人 女性=25人

農家の「かっちゃ」の漬け物教室

▽**とき**　3月2日（金）
午前10時～正午
▽**ところ**　清水交流センター（大開2丁目）調理実習室
▽**内容**　きゅうりの佃煮、高菜の葉くるみの調理
※塩抜きした野菜を使用します。
▽**定員**　30人（先着順）
▽**参加料**　1,000円
▽**持ち物**　エプロン、三角きん
問2月18日～24日に、直接来館するか電話で、清水交流センター（☎87・6611、月曜日は休み）へ。

インバウンド観光セミナー

増加する外国人観光客の受け入れ方法について学んでみませんか。
▽**とき**　3月2日（金）
午後3時～5時50分
▽**ところ**　土手町コミュニティパーク1階多目的ホール
▽**内容**　講演「最新のインバウンド情報とイギリス（富裕層）からのツアーの紹介及び欧米からの受け入れ時の必須事項について」…講師・阿部昌孝さん（JTBグローバルマーケティング＆トラベル営業企画部地域交流推進部長）／ディスカッション「弘前で生活する外国人の目から見たインバウンド観光について」／外国人観光客受入環境の整備について（アリペイ、ウィチャットペイなど）
▽**定員**　70人（先着順）
▽**参加料**　無料
▽**その他**　セミナー終了後に情報交換会（会費4,000円）があります。
問2月26日までに、ファクスまたはEメール（住所、氏名、事業所名、電話番号、情報交換会への出席の有無を記入）で、弘前観光コンベンション協会（☎35・3131、F35・3132、E hirokan5@jomon.ne.jp）へ。

楽しく話しておもてなし英語

【わんどの弘前を外国人に紹介するべ】
▽**とき**　3月5日・7日・8日の午後4時～7時（各日は別内容、1日だけの参加も可）
▽**ところ**　弘前大学（文京町）総合教育棟2階イングリッシュ・ラウンジ
▽**内容**　外国人教員からおもてなしの英会話を学んだあと、ホテル、レストランや観光案内を想定して実践します

▽**対象**　観光・旅行事業関係および国際交流に関心がある人＝30人（先着順）
▽**参加料**　無料
▽**申し込み方法**　2月28日（必着）までに、電話か、申し込み用紙に必要事項を記入し、郵送またはEメールで申し込みください
※申し込み用紙はホームページ（http://culture.cc.hirosaki-u.ac.jp/EL/Welcome.html）からダウンロードできます。詳しくは、問い合わせを。
問弘前大学イングリッシュ・ラウンジ（多田さん、〒036・8560、文京町1、☎36・2111〈代表〉、E tadameg@hirosaki-u.ac.jp、）

市民ボランティアによるパソコン講座

【メール講座】
▽**とき**　3月13日・20日の午前10時～午後3時
※2日間で1セットの講座です。
▽**ところ**　総合学習センター（末広4丁目）
▽**内容**　メールの利用方法など
▽**対象**　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）
▽**参加料**　無料
▽**持ち物**　筆記用具、昼食
問2月25日から、学習情報館（総合学習センター内、☎26・4800、午前8時半～午後5時）へ。

公共職業訓練（ハロートレーニング）

おおむね45歳未満の雇用保険受給者を対象とした公共職業訓練が来年度より拡充されます。
▽**追加科目**　介護福祉士、保育士、理容師、美容師、調理師、栄養士
※科目によって募集期間などが異なりますので、詳しくは専用ページ（http://course.jeed.or.jp/onestop/）で確認するか、問い合わせを。
【職業訓練説明会】
▽**とき**　2月22日、3月15日の午後2時～4時
▽**ところ**　市民文化交流館ホール（駅前町、ヒロロ4階）
▽**内容**　職業訓練制度の概要説明および各訓練施設からの訓練内容説明
▽**参加料**　無料
問弘前公共職業安定所（☎38・8609、音声案内42＃）

ミニムワイン上級講座

▽**とき**　2月～7月の第4日曜日、午後1時半～3時半
▽**ところ**　参加人数によって決定（市民会館、土手町コミュニケーションプラザなど）
▽**内容**　世界のエクセレントなワインを数種試飲し、ワインについて語り合います
▽**定員**　10人（未成年不可）
▽**受講料**　各回7,000円
※車での来場は不可。
問ミニムワイン（松井さん、☎携帯090・1502・1355、E m.m@minimewine.com）

高齢者健康トレーニング教室

6種類のトレーニングマシンを使った軽い負荷による運動プログラム（40分程度）です。専門のスタッフがサポートしますので、健康増進、介護予防にご利用ください。
▽**とき**　毎週月曜日～土曜日の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～
▽**ところ**　ヒロロ（駅前町）3階高齢者健康トレーニング教室
▽**利用期間**　4月から9月まで（利用開始から最長6カ月間）
▽**対象**　65歳以上の市民＝100人
問3月9日（必着）までに、はがき（住所・氏名・年齢・電話番号・利用希望曜日と利用希望時間〈第1希望から第3希望まで〉を記入）で、健康トレーニング教室（〒036・8003、駅前町9の20、☎35・0161）へ。
※応募多数の場合は抽選で決定（新規利用者を優先）。3月中旬以降、結果を郵送します。

読み聞かせボランティア講習会

▽**とき**　3月3日（土）
午前10時～正午
▽**ところ**　中央公民館岩木館（賀田1丁目）小和室
▽**内容**　読み聞かせボランティアによる、おはなし会に必要な知識や技術の紹介、ペープサート（紙人形劇）の作成と実技指導

▽**定員**　15人（先着順）
▽**参加料**　無料
問2月1日から、直接来館するか電話で、岩木図書館（☎82・1651）へ。

第6回岩木山スキーフェスティバル

雪国ならではのスポーツであるクロスカントリースキーの体験やチューブそり、毎年好評の雪上バナナボートなど岩木山の冬を楽しみましょう。また今年は、新種目「バブルサッカー大会」を開催します。イベントの最後には抽選会も行いますので、ぜひおいでください。
▽**とき**　2月25日（日）
午前10時～午後3時
▽**ところ**　岩木青少年スポーツセンター（常盤野字湯段蒔）
▽**内容**　クロスカントリースキー体験、エアーボード、チューブそり、雪上バナナボート体験、スノーモービル体験、スノートレッキング、バブルサッカー大会、ニュースポーツ体験、雪上ダンスパフォーマンス＆デザイン角巻ファッションショー、馬そり、抽選会
▽**入場料**　無料
※詳しくは、問い合わせを。
■**問い合わせ先**　文化スポーツ振興課（☎40・7115）

「文化財のまち 弘前 de ぶらぶら」

第4回　乳井・薬師堂界隈

今回の起点は、弘前市の南域にある乳井神社。この神社は、中世の津軽で力を持った福王寺（ふくおうじ）の後身と考えられ、市指定の①『乳井神社社殿』は、弘前藩3代藩主津軽信義が明暦元年（1655）に毘沙門天堂として建てたといわれています。近年は、老朽化が進んだことから平成28～29年度に屋根のふきかえなどの修理が行われています。また、神社の周辺には福王寺に関すると考えられる指定文化財も多く、市指定の②『乳井神社の五輪塔』と『乳井神社の板碑群』、③『乳井古堂の板碑群』、薬師堂へ足を延ばすと市指定の④『薬師堂愛宕（あたご）神社の板碑群』もみられ、これらは、中世における乳井福王寺の足跡を知る上で貴重な歴史資料といえます。さらに、この界隈には、古代から中世の遺跡も多く、中世城館として知られる⑤『乳井茶臼館』の頂上からは、石川城跡や堀越城跡とともに、津軽為信が下国安藤愛季（ちかすえ）（檜山勢）との合戦であわや命を落とす危機となった六羽川（ろっぱがわ）の古戦場跡（平川市）もわずかに望むことができ、風光明媚な風景とともに、歴史をひもときながら散策してみるのもいいでしょう。
■**問い合わせ先**　文化財課（☎82・1642）

▲乳井神社社殿

※「弘前の文化財」（600円・市立博物館で販売）より抜粋。見学には、所有者の許可が必要な場合があります。

その他

自動車の名義変更・廃車手続きおよび車検はお早めに

例年３月は、名義変更（移転登録）・廃車（抹消登録）・住所変更など（変更登録等）・車検（継続検査）の手続きで、運輸支局および事務所の窓口が大変混雑します。名義変更や廃車などの手続きは、待ち時間の少ない３月14日以前に行うようお願いします。なお、軽自動車は「軽自動車検査協会」が手続き窓口になり、手続き方法が異なりますのでご注意を。

問東北運輸局青森運輸支局（☎テレフォンサービス〈情報案内〉050・5540・2008、**H** http://wwwtb.mlit.go.jp/tohoku/am/am-index.htm）

被害者支援活動員募集

あおもり被害者支援センターは、犯罪の被害者やそのご家族、ご遺族に各種支援を行う民間のボランティア団体です。ただ今、被害者支援活動員を募集しています。皆さんも私たちの活動に参加してみませんか。

▽**応募期間**　３月30日まで

※募集要項は市民協働政策課窓口で配布しています。詳しくは、問い合わせを。

問あおもり被害者支援センター（青森017・718・2085、平日の午前10時～午後５時）

「くらし」や「仕事」、「お金」のことなどでお困りの人へ

ひろさき生活・仕事応援センターでは、くらしや健康の不安・悩みの相談のほか、相談者の状況にあった仕事のあっせんを行います。見学や体験実習（インターンシップ）などから始めたい人、子育てが一段落した人、現場で働きたいという高齢者、子どもの仕事・進路が心配と悩んでいる人など、それぞれの「働きたい」を企業や事業所と一緒になってカタチにしていきます。

▽**受付時間**　午前８時半～午後５時（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

▽**ところ**　ヒロロスクエア（駅前町、ヒロロ３階）

▽**相談料**　無料

問ひろさき生活・仕事応援センター（☎38・1260）

鶏を含む家畜を飼養する皆さんへ

【定期報告の時期になりました】

「家畜伝染病予防法」により、鶏を含む家畜の飼養者は、毎年、定期報告が義務付けられていますので、次の家畜の飼養者は忘れずに報告してください。

▽**報告対象**

①鶏（青森シャモロック、比内地鶏、烏骨鶏〈うこっけい〉、軍鶏〈しゃも〉、チャボ、声良鶏〈こえよしどり〉、金八鶏〈きんぱどり〉などを含む）、アヒル、ウズラ、キジ、ホロホロ鳥、七面鳥、ダチョウ

②鳥類以外（牛、馬、豚、ヤギ、めん羊、イノシシ、シカ）

▽**報告内容**　２月１日時点の頭羽数

▽**報告方法**　「定期報告書」を農業政策課へ持参してください

▽**報告期限**　３月５日

※報告書の様式は同課で配布するほか、県畜産課ホームページ（http://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/nourin/chikusan/kizyun.html）に掲載しています。

問農業政策課（☎40・7102）／西北地域県民局地域農林水産部つがる家畜保健衛生所（☎つがる0173・42・2276）

桜のせん定枝　無料配布

弘前公園でせん定した桜の枝を、来園者に無料配布します。

▽**とき**　２月23日～３月23日の毎週金曜日、午前８時半～（無くなり次第終了）

▽**ところ**　緑の相談所（弘前公園内）

▽**注意事項**　１人３本まで（ただし、販売目的等での持ち帰りは禁止）／頒布する桜は、枯れた枝や病気の枝をせん定したもので、必ず花が咲くとは限りません／作業状況や天候により準備できない場合があります／せん定作業中は高所から枝の落下があるなど、大変危険ですので近づかないようにしてください

問公園緑地課（☎33・8739）

C型肝炎に感染した人へ請求期限が延長されました

血液製剤フィブリノゲンなどの投与でC型肝炎に感染した人を対象とした給付金の請求期限が、2023年（平成35年）１月16日まで５年間延長されました。

給付金の支給を受けるためには、請求期限までに裁判提起を行う必要があります。

身に覚えのある人は、まずは、肝炎ウイルス検査を受けてください。

問厚生労働省専用相談窓口…（☎フリーダイヤル0120・509・002〈平日の午前９時半～午後６時〉）、肝炎ウイルス検査について…健康づくり推進課（☎37・3750）

子ども予防接種週間

３月１日～７日は、子ども予防接種週間です。通常の診療時間内に予防接種を受けられない人に対して、３月３日（土）・４日（日）も定期の予防接種を実施します。

また、接種の際は、実施医療機関への予約が必要となります。

※詳しくは、問い合わせを。

問弘前市医師会事務局（☎32・2371）

人の動き Population

		前月比
・人口	174,106人	（−65）
男	79,887人	（−36）
女	94,219人	（−29）
・世帯数	71,824世帯	（＋ 1）

平成30年１月１日現在（推計）

各種無料相談

名　称	と　き	ところ	内　容	問い合わせ・申込先
今先生の無料健康相談	３月３日・17日の午後１時～４時（時間指定不可）	ヒロロ（駅前町）３階健康広場相談室	からだのことなどで気になることや、健康広場のセルフチェックコーナーの測定結果についての相談（事前の予約が必要）	健康広場（☎35・0157）
女性のための女性司法書士による法律相談	３月３日（土）、午前10時～午後４時	アスパム（青森市安方１丁目）５階あすなろ	相続、成年後見、借金、家族間の問題などを抱えた女性の相談に応じます	青森県司法書士会（☎青森017・776・8398）
労働相談会	３月６日（火）、午後１時半～３時半	青森県労働委員会（青森市長島２丁目）	個々の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解決について（事前の予約ができます）	青森県労働委員会事務局（☎青森017・734・9832）
くらしとお金の安心相談会	３月７日（水）、午前10時～午後４時	市民生活センター（駅前町、ヒロロ３階）	生活再建や債務整理に必要な資金の貸し付けに関すること（事前の予約が必要）	消費者信用生活協同組合青森事務所（☎青森017・752・6755）

各種スポーツ・体操教室

教室名	と　き	ところ	内　容	定員・対象	参加料	問い合わせ・申込先
①下山明子先生のヨガ教室	３月３日・10日・17日の午前10時半～11時	三省地区交流センター（三世寺字鳴瀬）	無理せず手軽にできる初心者向けヨガ（体操）	20人（先着順）	無料	２月28日までに、三省地区交流センター（☎95・3760、月曜日は休み）へ。
②産後エクササイズママ＆ベビー	３月４日・18日の午後０時45分～１時45分	ウイング弘前（青山５丁目）	ヨガやピラティスの要素を取り入れ赤ちゃんともコミュニケーションをとりながら動きます	生後３か月～12か月の子どもと母親＝10組	１回受講＝1,944円／２回受講＝3,240円	事前に、ウイング弘前（☎38・8131）へ。
③OKJよちよち親子 フィットリトミック	３月11日・25日の午後０時45分～１時45分		赤ちゃんとスキンシップを取りながら、いろいろな音楽に合わせて親子で楽しく運動します	生後８か月～24か月の子どもと保護者＝10組		
④OKJわんぱく親子体操教室	３月11日・25日の午後２時～３時		親子で音楽に合わせて一緒に遊びながら、運動習慣を身につけます	２歳～６歳の子どもと保護者＝10組		
⑤からだリラックス！アースヨガ教室	３月５日～26日の毎週月曜日、午後７時～８時	弘前B&G海洋センター（八幡町１丁目）武道館	禅の考え方やめいそうを取り入れた心身共に緊張感から開放されるリラックスヨガ	市民＝各回15人（先着順）※ヨガマットは100円で貸し出し可。	１回500円（保険料含む）※全４回参加の場合は1,800円。	直接来館するか電話で、弘前B&G海洋センター（☎33・4545、火曜日は休み）へ。
⑥水泳教室（バタフライ）	３月５日～22日の毎週月・木曜日、午後１時～２時	温水プール石川（小金崎村元）	バタフライ基本泳法	クロールで25m泳げる市民＝15人	無料	２月27日（必着）までに、温水プール石川（〒036・8123、小金崎字村元125、☎49・7081）へ。（※１）（※２）
⑦ながらストレッチ教室	３月６日・13日・20日の午後７時～９時	勤労青少年ホーム（五十石町）	テレビを見ながら、寝ながらできる簡単ストレッチ（シェイプアップ、冷え対策）	市民または市内に通勤しているおおむね35歳までの人＝10人（先着順）	無料	３月２日までに、勤労青少年ホーム（☎34・4361）へ。

※**1**…往復はがきに、住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・教室名を記入の上、各申込先まで申し込みを。

※**2**…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。

共通事項…飲み物・タオルなどを持参の上、運動のできる服装で参加を。持ち物は問い合わせを。各自傷害保険に加入を。

有料広告　有料広告

[広報ひろさき お知らせ版]
hirosaki
2018 2/15 No.288

第34回 弘前城ミス桜コンテスト

第33回ミス桜の皆さん

観光のまち弘前に彩りを添える「第34回弘前城ミス桜コンテスト」を開催します。選ばれた皆さんには、市の四大まつりや県内外での各種観光イベントやキャンペーンなどで弘前をＰＲするために活躍していただきます。

▽**とき**　3月24日（土）、午後1時～
▽**ところ**　弘前文化センター（下白銀町）2階大会議室
▽**選出**　ミス桜グランプリ＝1人／ミス桜＝2人
※ミス桜グランプリには総額約60万円相当の賞金・賞品を、ミス桜には総額約20万円相当の賞金・賞品を贈呈。
▽**選出方法**　一次審査（書類審査）で15人程度を事前に選出し、会場での決勝審査で決定。書類審査の結果は、東奥日報の紙上に掲載するほか、郵送で通知します。
▽**応募資格**　満18歳～28歳の未婚女性（高校生・他のミス任期中の人を除く）で、市内もしくは県内在住で弘前に愛着のある人
▽**申込先**　3月9日までに、申込用紙に住所・氏名・生年月日・電話番号・学歴・職業（勤務先）・自己PRなどを記入し、顔写真・全身写真を各1枚貼り、次の①か②に申し込みを。申込用紙も用意しています。
①東奥日報社弘前支社（〒036・8207、上白銀町3の4、☎34・5151）
②弘前市観光政策課（市役所5階、〒036・8551、上白銀町1の1、☎35・1128）

ふるさと再発見バスツアー

地元のことだけど当たり前すぎてよく知らないことや気になっているけど個人では行きづらいスポットはありませんか？このツアーは津軽の伝承料理や食材、りんごの流通についてガイドと一緒に巡ります。

津軽のごはん旅
～津軽あかつきの会とつくる旬料理と山菜加工場の見学～

▽**とき**　3月3日（土）、午前9時半～午後3時45分
▽**内容**　津軽あかつきの会による料理教室・実食・講話・木村食品工業（平川市）の見学・道の駅いなかだての見学
※バスで移動します。
▽**参加料**　6,500円
▽**申込締め切り**　2月26日

▲津軽あかつきの会の料理
※写真はイメージです。

ふるさと大人の社会見学
～りんご編～

▽**とき**　3月10日（土）、午前7時45分～午後2時半
▽**内容**　弘果市場内見学・板柳町ふるさとセンター内部見学・ミニりんご箱製作体験（板柳町）
※バスで移動します。
▽**参加料**　7,000円
▽**申込締め切り**　3月5日

▲りんご箱製作体験

共通事項

▽**集合**　開始10分前までに、観光案内所前（弘前駅構内）へ
▽**定員**　各25人（先着順〈最少催行人数20人〉）
■**問い合わせ・申込先**　弘前観光コンベンション協会（☎35・3131、H http://hirosaki-kanko.or.jp）

VEGETABLE OIL INK
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。

■編集発行　弘前市経営戦略部広聴広報課　〒036-8551　弘前市大字上白銀町1-1　☎35・1111　ファクス35・0080
■ホームページ　http://www.city.hirosaki.aomori.jp/　■公式フェイスブック　https://www.facebook.com/hirosakicity
※「広報ひろさき」は録音版も発行しています。ご希望の人は広聴広報課までお知らせください。