県民駅伝選手選考会

第26回青森県民駅伝競走大会が、9月2日に青森市で開催されます。これに伴い、弘前市実行委員会では、大会での上位入賞を目指し、弘前市代表選手選考会を行います。

▽**日程と対象**　6月17日（日）＝中学生、7月15日（日）＝高校生以上、いずれも午後3時から（受け付けは午後2時～2時30分）

▽**ところ**　弘前公園内レクリエーション広場

▽**内容**　中学生＝3㎞、高校生以上＝男子5㎞、女子3㎞

問青森県民駅伝弘前市実行委員会（松山さん、☎携帯090・4476・5901）

津軽塗職人を目指してみませんか

伝統的工芸品「津軽塗」の担い手となる後継者育成のため、研修生を募集します。

▽**研修期間**　9月1日からの毎週月・水・金曜日、午前9時～正午

※平成34年3月までの研修を予定。研修期間や受講料は変更になる可能性があります。

▽**ところ**　弘前職業能力開発校第二校舎（田町5丁目）2階

▽**内容**　津軽塗に関する講義と技術研修

▽**対象**　市内に住所を有する50歳未満の人＝3人程度

▽**受講料**　月額5,000円

▽**応募方法**　履歴書および応募理由書を記入の上、7月31日までに郵送か直接提出してください。

※応募理由書は、青森県漆器協同組合連合会（神田2丁目）および商工政策課に備え付けてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

▽**選考方法**　書類選考、面接

問青森県漆器協同組合連合会（〒036･8061、神田2丁目4の9、☎兼F35・3629）

△津軽塗制作の様子

地域資源特派員募集

津軽広域連合では、地域の魅力を写真撮影して地域資源のレポートとして投稿する「地域資源特派員」を募集しています。地域資源特派員として、これまで見過ごされてきた「何気ないもの」や「身近にあるもの」を撮影して、圏域の魅力を情報発信してみませんか？

投稿されたレポートは、津軽広域連合ホームページや公式フェイスブック･ツイッターで紹介するほか、津軽広域連合で発行している広報紙にも掲載します。

▽**テーマ**　①あなたのまわりの“季節を感じる”もの／②まちで見かけた“時代を感じる”もの／③あなたのまちの“奇祭・奇習”

▽**応募資格**　弘前市他圏域7市町村に居住、または通勤・通学している人

▽**応募**　ホームページから登録申込書をダウンロードして、Eメール、郵送またはファクスで申し込みを。

▽**レポートの提出**　簡単にまとめて、Eメール、郵送またはファクスで提出を。

問津軽広域連合「地域資源特派員」係（〒036・8003、駅前町9の20ヒロロ3階、☎31・1201、F33・2201、E rengou@tsugarukoiki.jp、H http://tsugarukoiki.jp/）

首都圏からの移住をサポート

首都圏で開催される市内の高校の同窓会やふるさと会に職員が参加し、弘前への移住に関する市の取り組みについて紹介しています。首都圏に関係者の知り合いがいる人は、周知のご協力をお願いします。

【東奥義塾高校同窓会】

▽**とき**　6月23日（土）
午後2時～4時30分

▽**ところ**　アルカディア市ヶ谷（東京都千代田区九段北）私学会館

問6月10日までに、電話かEメール（氏名・電話番号を記入）で、東奥義塾高校同窓会事務局（柳田さん、☎東京03・5943・2545、E k-yanagida@m2.dion.ne.jp）へ。

【弘前工業高校同窓会】

▽**とき**　6月30日（土）
午後1時～3時

▽**ところ**　アルカディア市ヶ谷（東京都千代田区九段北）私学会館

問6月20日までに、電話、ファクスまたはEメール（氏名・電話番号を記入）で、弘前工業高校同窓会東京支部（吹田さん、☎携帯080・2267・7646、F03・5660・3866、E gnkdsk6038mmskstrg@docomo.ne.jp）へ。

【東京目屋会総会】

▽**とき**　7月1日（日）、午前11時30分～午後2時30分

▽**ところ**　レストラン・グリーンパーク（東京都台東区上野公園）

問6月25日までに、電話で、東京目屋会事務局（山田さん、☎茨城0297・73・3146）へ。

各種無料相談

名称	とき	ところ	内容	問い合わせ・申込先
労働相談会	6月5日、午後1時30分～3時30分／6月17日、午前10時30分～午後0時30分	青森県労働委員会（青森市長島）	労働者と事業主間で生じた労働条件に関するトラブルなどの相談（事前の予約も可）	青森県労働委員会事務局（☎青森017・734・9832）
弘前コスモス会による無料相談	6月12日（火）、午後1時30分～3時30分	ヒロロ（駅前町）3階多世代交流室1	相続や遺言を中心とした相談（事前の予約は不要）	弘前コスモス会（ふたば行政書士事務所内、二葉さん、☎88・8781）
①女性のための法律講座 ②法テラス無料相談	7月17日（火）、①午前10時30分～午後0時30分／②午後1時～3時	ELM文化センター（五所川原市唐笠柳字藤巻）	離婚に関する正しい法律や制度について（①20人、②4人、いずれも先着順、事前の申し込みが必要）	青森県男女共同参画センター（青森市中央3丁目、アピオあおもり内、☎青森017・732・1022〈水曜日を除く午前9時～午後4時〉）

各種スポーツ・体操教室

教室名	とき	ところ	内容	対象・定員	参加料	問い合わせ・申込先
①ターゲット・バードゴルフ講習会	6月9日～7月1日の毎週土・日曜日、午前9時30分～正午	栄町河川敷運動広場（蒲中字中川原）	講習、ストロークプレーなど	高校生以上の市民	無料	開催日直前の木曜日までに、青森県ターゲット・バードゴルフ連盟（髙橋さん、☎携帯090・8925・5331）へ。
②ターゲット・バードゴルフ体験教室	10月下旬までの毎週土・日曜日、祝日の①午前9時30分～正午、②午後1時30分～3時30分		ターゲットバードゴルフの体験			青森県ターゲット・バードゴルフ連盟（髙橋さん、☎携帯090・8925・5331）
③市民水泳教室	6月19日～22日・26日～29日、午後0時30分～2時30分（全8回）	河西体育センター（石渡1丁目）	水泳教室	一般市民＝20人	無料	6月12日までに、弘前水泳協会（木村さん、☎携帯090・5841・8300）へ。
④かけっこ教室	6月25日～7月12日の毎週月・木曜日、午後4時30分～6時		走る・跳ぶ等の全身運動、足を動かすトレーニング	小学校1年生～3年生＝20人	無料	6月14日（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。（※1）（※2、④のみ）
⑤プールで体力づくり教室	6月22日～7月20日の毎週金曜日、午後1時～2時	温水プール石川（小金崎字村元）	水中ウォーキング・ストレッチ、筋力トレーニングなど	市民＝25人	無料	
⑥健康サポート教室	6月12日・26日の午後2時～3時		脳の活性化プログラム、エアロビクス、ストレッチなど	65歳以上＝各回20人	無料	温水プール石川（☎49・7081）（※2）
⑦年長児・1学年児童水泳教室	6月27日～7月25日の毎週水曜日、午後5時～6時		水慣れ、クロール	年長、小学校1年生＝15人	無料	6月13日（必着）までに、岩木B＆G海洋センター（〒036・1332、兼平字猿沢32の11、☎82・5700）へ。（※1）
⑧一般中級・初級水泳教室	6月21日～8月23日の毎週木曜日、午後7時～8時		中級＝4泳法を楽しく泳ぐ、初級＝水慣れ、けのび、クロール	中級＝10人 初級＝5人	無料	
⑨ノルディックウォーキング教室	6月5日～7月24日（7月3日を除く）の毎週火曜日、午前10時～11時30分	岩木川市民ゴルフ場（清野袋）周辺	ポールを使用したウォーキングなど	市民＝15人（先着順）	1日200円（保険料含む）	事前に、岩木川市民ゴルフ場（☎36・7855）へ。
⑩キッズスナッグゴルフ教室	6月10日、7月15日、8月5日、9月2日の午前10時～11時30分	岩木川市民ゴルフ場（清野袋）ニュースポーツ広場	クラブの握り方・振り方、簡単なゲーム	年長～小学校3年生＝6人（先着順）	1人1回500円	
⑪ジュニアゴルフ教室	6月9日、7月14日、8月4日、9月1日の午後1時～2時30分	岩木川市民ゴルフ場（清野袋）	クラブの握り方、ボール打ち体験など	小学生～中学生＝各日4人	1回1,000円	
⑫夏季ジュニアゴルフ大会	6月24日（日）、午前11時30分～午後6時頃		18ホールズストロークプレー	小学校3年生～中学生（ゴルフラウンド経験者）＝10人	1人2,500円	
⑬スロージョギング教室	6月27日～7月25日の毎週水曜日、午後1時30分～2時45分	金属町体育センター	簡単なウォーミングアップ運動、スロージョギングの走り方や姿勢など	市民＝10人程度	無料	6月18日（必着）までに、金属町体育センター（〒036・8245、金属町1の9、☎87・2482）へ。（※1）（※2）
⑭走り方教室	6月29日～7月20日（7月11日は除く）の毎週水・金曜日、午後4時30分～6時	弘前B＆G海洋センター（八幡町1丁目）	走る、跳ぶ等の全身運動、足を動かすトレーニング	小学校4年生～6年生＝15人	無料	6月14日（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。（※1）（※2）
⑮ストレッチ体操教室	7月2日～8月27日（7月16日、8月13日を除く）の毎週月曜日、午後1時30分～2時30分		ストレッチ体操、筋力トレーニング	市民＝30人	無料	6月21日（必着）までに、弘前B＆G海洋センター（〒036・8057、八幡町1丁目9の1、☎33･4545）へ。（※1）
⑯からだ若返りストレッチ教室	7月4日～8月29日の毎週水曜日、午前10時～11時		ストレッチによる血行促進、代謝アップ	市民＝8人	無料	
⑰ヒロロ健康サークル	7月3日～24日の毎週火曜日、午前10時30分～11時50分	ヒロロ（駅前町）3階健康ホール ⑲はイベントスペースも含む	あっぷる体操、あっぷるストレッチ、ゴムバンドトレーニングなど	毎週継続して参加できる40歳以上の市民＝30人	無料	6月15日（必着）までに、健康づくり推進課（〒036・8711、野田2丁目7の1、☎37･3750）へ。（※1）（※2）
⑱ヒロロABCサークル	7月5日～9月27日（8月9日・16日は除く）の毎週木曜日、午前10時30分～11時50分					
⑲体力づくり＆ウォーキング教室	7月11日～9月19日の毎週水曜日、午後2時～3時30分／7月19日～9月20日の毎週木曜日、午後1時30分～3時		ストレッチ体操、筋力トレーニングなど	市民＝各15人	無料	6月25日（必着）までに、弘前市運動公園（〒036・8101、豊田2丁目3、☎27・6411）へ。（※1）（※2）
⑳体力アップ体操教室	7月10日～8月28日の毎週火曜日、午前10時～11時	市民体育館（五十石町）フィットネスルーム	ストレッチ体操、筋力アップ体操など	市民＝14人	無料	6月15日（必着）までに、市民体育館（〒036・8362、五十石町7、☎36・2515）へ。（※1）（※2）

※1…往復はがきに、住所・氏名（ふりがな）・性別・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。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。／※2…室内用シューズの持参を。
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。各自傷害保険に加入を。