

## 特集

### 弘前の未来を担う君たちへ

～「はやぶさ」で「世界初」の快挙を成し遂げた川口淳一郎教授からの夢のメッセージ～

02

目次

上海世界観光博覧会へ出展

03

特集

弘前の未来を担う君たちへ

06

市政情報

◆市民課総合窓口オープン  
◆ライド・トゥー・パーク社会実験の実施

◆7月は青少年の非行・被害防止全国強調月間

◆私たちの介護保険制度 ほか

フォトコレ in ひろさき

珠玉の美へ近代日本絵画名品展  
～古都ひろさき花火の集いほか

暮らしの information

イベント、教室など

Health Information

健康の掲示板  
第26回市民の健康まつり

学生企画コーナー

もっと②♥弘前!!

16

読者のひろば

smile 通信  
読者プレゼント弘前図書館近着図書紹介  
食改さんおすすめレシピ

さらっと一句・川柳

18

25

27

28

## 上海世界観光博覧会(WTF2012)へ出展



5月10日～13日の4日間、中国の上海展覧センターで開催された「上海世界観光博覧会(WTF2012)」に当市が単独でPRブースを出展し、観光プロモーションを実施しました。

中でも、りんごは特に関心が高く、上海での「弘前産りんご」の人気の高さがうかがえました。また、展示会終了後には、現地旅行エージェントを訪問し、当市のPRや旅行商品造成の要請などを行いました。

今回の出展は、当市への中国、特に華東(かとう)地域からの観光客の誘客促進や物産振興を目的としたもので、観光物産コーディネーターの支援のもと、パンフレット配布やポスターの掲出、観光映像の放映のほか、りんごと地酒、金魚ねぶたを展示し、来場者へ「弘前」をPRしました。

博覧会には会期中全体で4万人以上

△問い合わせ先 国際広域観光課(☎ 40・7017)



### 【今号の表紙】 夏の風物詩



7月に入り季節は夏。市内各所で宵宮が開催され、あちこちで花火を楽しむ子どもたちの姿がみられる季節になりました。派手な打ち上げ花火なども楽しめますが、花火といえばやはり、「パチパチパチ」と静かな音をたてながら、星のような形の火花を散らす線香花火。いつまでも感動の余韻を残す、そんな線香花火のような夏になることを願って。

「はやぶさ」の名前は、鳥のはやぶさに由来します。まず、「イトカワ」に降り立ち、地表の物質を探るという任務が、狙いを定めて急降下して獲物をつかみ、飛び上がる動作にちなんだものであること。そして、探査機の形が、漢字の「隼(はやぶさ)」と似ていたからということです。



## 特集 弘前の未来を担う君たちへ

～「はやぶさ」で「世界初」の快挙を成し遂げた川口淳一郎教授からの夢のメッセージ～

イラスト：池下章裕

### 「はやぶさ」って何？

#### 「はやぶさ」を指揮した弘前市出身の川口淳一郎教授

##### 7年間・60億kmの旅

「はやぶさ」は、小惑星と呼ばれる小さな星を調べるために作られた宇宙を飛ぶ機械(宇宙機・探査機)です。月以外の星からのサンプルリターン(地球から3億km離れている小惑星「イトカワ」から約1,500個の砂の粒を持ち帰る)という世界初の快挙を成し遂げました。

「はやぶさ」は、平成15年(2003年)5月9日に、鹿児島県内之浦(うちのうら)の宇宙空間観測所からロ

ケットに乗せて打ち上げられてから、「イトカワ」で地表の物質を探って地球に持ち帰るまで、60億kmを約7年間かけて飛び続けました。

60億kmという距離は地球を約15万周する距離で、たとえば地球を1日で1周したとすると、411年かかる距離です。

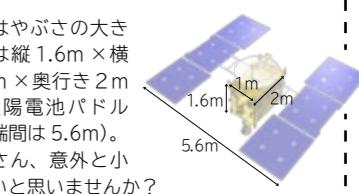
この「はやぶさ」の60億kmの旅で、今まで世界の誰も挑戦したことのない、誰も成功したことのない計画を達成した時にプロジェクトチームのリーダーとして活躍したのが、

当市出身の川口淳一郎教授です。

本誌では今号から4回にわたり、川口教授と「はやぶさ」が成し遂げた世界初の快挙をもう一度振り返りながら、私たちにとって大切なことは何かを学んでいきたいと思います。

#### はやぶさコラム column

意外と小さい？はやぶさ



はやぶさの大きさは縦1.6m×横1m×奥行き2m(太陽電池パドル翼端間は5.6m)。皆さん、意外と小さいと思いませんか？

を用いて加速するエンジンのこと。キセノンと呼ばれるガスが燃料として使われるが、イオンエンジンはこれまでの燃料の10分の1の量で同じ距離を進むことができる。

※2 地球の重力を利用して、探査機の燃料を使わずに、進む方向や速度を大きく変える技術。とても正確な位置と速度のコントロールが必要となる。

※3 宇宙空間において2機以上の宇宙船、または宇宙船と宇宙ステーションなど(今の場合、小惑星「イトカワ」と「はやぶさ」)が速度を合わせ、同じ方向に飛行し、



宇宙航空研究開発機構教授・「はやぶさ」プロジェクトマネージャー  
川口淳一郎 かわぐち・じゅんいちろう

★1955年9月生まれ  
★出身地 弘前市出身  
★出身校 時敏小学校、第一中学校、弘前高校、京都大学、東京大学大学院  
★家族構成 妻、長女、次女の4人家族  
★血液型 A型  
★星座 てんびん座  
★干支 未(ひつじ)  
平成22年8月23日 弘前市民栄誉賞を受賞



7月2日～笑顔でお客様をお迎えします～

## 市民課総合窓口オープン！

これまで、市民の皆さんのが市役所で各種手続きを行う際、「届出書の内容が複雑で記入の仕方が分かりにくい」「どの窓口でどのような手続きをすればよいか分かりにくい」などの声が寄せられていました。

市ではこれらの課題を解消するため、窓口での手続きが簡単で分かりやすくスムーズにできるよう、窓口改革に取り組んできました。

新たな総合窓口は、総合的な受け付けや案内および申請書作成の機能を持つシステムを導入することで、



### ◆初めに発券機から番号札をお取りください

待ち時間を短縮するため、窓口を「証明書発行」「住民異動」「印鑑登録」「戸籍届出」「住基カード・電子証明」に分けて開設します。まず、案内カウンターに設置している発券機から、目的に応じた番号札をお取りください。その後、各窓口から順番にお呼びします。

### ◆新しくなった総合窓口の手続きの流れ

～夫婦・子ども（幼児・小学生）・愛犬の世帯が市外から引っ越しした場合～

7月2日から



市民課（市役所1階）

- ①発券機から番号札を取ります。
- ②番号を呼ばれたら、「住民異動」の窓口へ。職員が必要事項をお聞きします。
- ③再度番号を呼ばれたら次のものを受け取ります。
- ④再度名前を呼ばれたら次のものを受け取ります。
- ⑤住民票の写し／小学校の入学通知書

従来

市民課（市役所1階）

- ①総合案内の記載台で住民異動届の用紙に記入。
- ②窓口に用紙を提出。
- ③名前を呼ばれたら再度窓口へ。
- ④再度名前を呼ばれたら次のものを受け取ります。
- ⑤住民票の写し／小学校の入学通知書

子育て支援課（市役所1階）

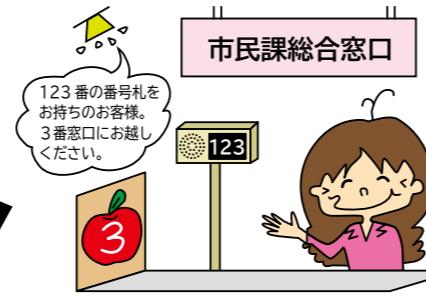
- ①児童手当の手続き
- ②転入内容を確認後、申請書に住所・氏名などを記入
- ③乳幼児医療の手続き
- ④転入内容を確認後、申請書に住所・氏名などを記入

環境政策課（市役所2階）

- ①住所の確認後、ごみ分別収集日程表を受け取ります。

健康推進課（野田2丁目）

- ①愛犬の登録申請



番号案内  
表示モニター  
待ち人数を表示し、待ち時間の快適化を図ります。

### ◆ここがポイント！

- 申請書などへの記入が不要になります  
職員が必要事項を聞き取りして申請書などを作成します。申請者は確認してサインをするだけです。  
※岩木・相馬総合支所、各出張所および市民課駅前・城東分室でも同様のサービスが受けられます。
- 転入に伴う関係課の手続きを自動判断します  
引っ越しなどの手続きの際、児童手当などの手続き

- をシステムで自動判断します。
- 関係課には事前に電子データを送ります  
関係課の手続きについても、事前に電子データを送信し、審査してもらうため、一部の手続きは総合窓口で完結します。
- なお、専門的な内容を伴う場合は、案内書を渡して関係課に案内します。

### 住民基本台帳カードがさらに使いやすくなります

- 住基カード継続利用  
転入先の市町村窓口へ住基カードを提出すると、転入先でも使用できるようになります。
- △注意事項  
①転入先の市町村によっては、住基カードが使用できない場合がありますので、事前にご確認ください／②転入先の市町村窓口へ住基カードを提出する際には、カードの暗証番号（登録済みの4けたの数字）の入力が必要です。暗証番号を忘れた人は、転出の届け出前に、番号の再設定の手続きをお願いします／③電子証明書の発行を受けている場合は、転出の届け出をした時点で失効しますので、必要な人は転入先の市町村で申請手続きをしてください。
- △問い合わせ先  
市民課住民登録係（☎ 40・7020）

# ライド・トゥー・パーク社会実験の実施



市では本年度、中心市街地のにぎわい創出を目的とした3つの社会実験を行います。今号では「都市計画道路3・3・2号を活用した路上駐車場設置の社会実験」とそれに併せて実施されるトランジットモールについてお知らせします。

▽問い合わせ先 都市計画課 (☎ 35・1134)

## ライド・トゥー・パークとは

自家用車や電車、観光バスなどで弘前公園を訪れようとする市民や観光客が、駅や土手町周辺の駐車スペースから中心市街地を経由して移動することで、中心市街地のにぎわい創出につなげていこうとするものです。

### 【実施方法など】

土手町へのアクセス性を高めるために、都市計画道路3・3・2号の弘前郵便局からまちなか情報センターまでの区間に無料の路上駐車場（片側2車線のうち、各1車線分）を設置します。併せて、土手町通りにおいて

一般車両の通行を制限し、バスなどの公共交通のみ通行可能とすることで、歩行者や自転車が安全で快適に通行できる空間を設けるトランジットモールを実施し、街歩きを楽しんでもらおうとする試みです。また、トランジットモールにより広くなった歩道の一部は、商店街によるオープンカフェやワゴンセールなどに活用される予定で、魅力的な沿道空間が形成されます。

そのほか、さまざまなイベントも開催される予定ですので、いつもと一味違う土手町をお楽しみください。なお、実験当日は土手町分庁舎駐車場も利用できます。

▽実施日 7月15日(日) ※8月・10月も実施予定。

▽実施時間 午前10時～午後4時（交通規制は午前9時～午後5時）

### 【実験当日イベント】

●舞台鑑賞＆体験タイム「ぷらっとホール」  
「ダンスパフォーマンス＆みんなと一緒にコラボレーション」

▽時間 午前10時半～11時半

弘前公園



## ▽ところ まちなか情報センター（土手町）

▽内容 大人も子どもも楽しめるダンスパフォーマンスを間近で体感

▽問い合わせ先 弘前こどもコミュニティ・ピーる (☎ 34・0171)

### ●土手町探検隊

## ▽ところ 土手町通り（トランジットモール内）

▽内容 弘前大学サークル「H・O・T Managers」のメンバーが、お薦めの店を紹介し、街を楽しく散策できるようお手伝いします。

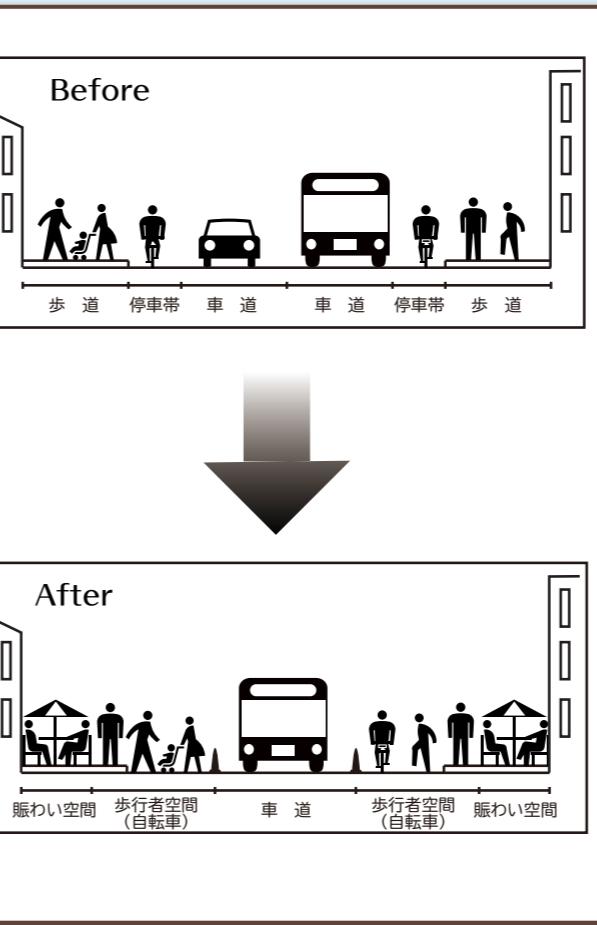
### ●その他

新エネルギー設備展示、均一セール、万年筆教室など詳しく述べは、市ホームページをご覧ください。

### 【土手町通りの交通規制について】

実施日は、午前9時から午後5時まで、一般車両が通行止めとなります。路線バスや100円バスは通常どおりのダイヤで運行します。なお、タクシーは土手町通りでの降車に限り通行可能です。

## 実施イメージ



## 再生可能エネルギーの有効活用を 住宅用太陽光発電 設備等導入支援事業

市では、再生可能エネルギーの普及促進、災害時ににおける電源確保のため、市内の住宅に太陽光発電設備や蓄電池設備を導入する人を対象に、設置費用の一部を補助します。

### ▽対象者 ①～⑤の条件をすべて満たす人

①市内に住所を有している人または本年度内に市内に住所を有する人／②工事請負契約または建売売買契約の締結を、平成24年4月1日～12月28日に行う人／③当事業により、既に補助金の交付を受けていない人／④市税を滞納していない人／⑤太陽光発電設備または蓄電池設備を市内にある住宅に導入し、電力会社と「当該補助対象機器による太陽光発電に係る電力需給に関する契約」を締結する人（法人、マンション管理組合などを除く）で、次の⑦～⑩のいずれかに適合する人

⑦自ら居住するための戸建て住宅に対象設備を導入するもので、建物所有者全員の同意を得ているもの

⑧自ら居住するための共同住宅（建物に居住し、居住部への電力供給を目的とする場合は、階段や広場など、共用部分への供給を含むシステムも可）に、対象設備を導入する人。ただし、ほかに所有者がある場合は、設置個所に係る建物所有者全員の同意を得ている場合に限る

⑨自ら居住するため、対象設備付き建売住宅の売買契約を本年度内に締結し購入するもので、建物所有者全員の同意を得ているもの

### ▽対象設備および補助金額

○住宅用太陽光発電設備…太陽電池の最大出力1kW当たり2万円（上限7万円）

○住宅用蓄電池設備（定置型）…蓄電池容量1kWh当たり2万円（上限7万円）

▽受付期間 7月2日～12月28日（土・日曜日、祝日を除く）の午前8時半～午後5時

### ▽その他

○補助金の交付額が予算枠を超えた場合、受付期間中でも申請を締め切りますので、早めに申し込みを。

○市では、太陽光発電設備や蓄電池設備の設置について、個人住宅への訪問を業者に依頼することは一切ありませんので、ご注意ください。

○住宅用太陽光発電システムは、国の補助制度も活用できます。詳細は太陽光発電普及拡大センターホームページ（<http://www.j-pec.or.jp/>）をご覧ください。

▽問い合わせ先 スマートシティ推進室 (☎ 40・7109)

心配事などは一人  
で悩まず相談を

## 7月は「青少年の非行・被害防止全国強調月間」

子どもが心身ともに健やかに成長し、広い視野と豊かな人格を培い、夢をかなえる手助けをすることは、私たち大人に課せられた大きな責務です。

青少年が加害者・被害者になる犯罪の多発や、薬物乱用の低年齢化、サイバー犯罪の増加など、子どもを取り巻く状況は厳しさを増し、非行に走るきっかけは、子どものすぐ近くまで及んできています。

このため内閣府では、7月を「青少年の非行・被害

防止全国強調月間」と定め、家庭、学校、地域社会が一丸となって青少年の健全育成に取り組む運動を実施しています。また、市や市内にある関係相談機関では、悩みを抱える青少年や子どもについて心配事を抱える保護者のために、下記の相談窓口を開設していますので、ご利用ください。

▽問い合わせ先 子育て支援課子育て支援係（☎ 40・7038）

相談窓口	とき	ところ	電話番号
○夏休み相談室…少年相談センターが「青少年の非行・被害防止全国強調月間」にちなみ開設します（相談員=少年相談センター相談員、家庭・児童相談室家庭相談員）。	7月23日～27日、午前9時～午後5時	少年相談センター（市役所2階）	☎ 35・7000
○家庭児童相談室	午前9時～午後4時（土・日曜日、祝日を除く）	市役所2階	☎ 35・1111、内線299
○子育て支援相談電話	午前9時～午後4時（土・日曜日、祝日を除く）	市役所2階	☎ 33・0003
○すこやかテレホン	平日…午後5時～9時／土・日曜日、祝日…午前9時～午後5時	弘前愛成園内（豊原1丁目）	☎ 38・3100
○ヤングテレホン（弘前警察署内弘前少年サポートセンター）	午前8時半～午後5時（土・日曜日、祝日を除く）	八幡町3丁目	☎ 35・7676
○中南地域県民局地域健康福祉部こども相談総室（弘前児童相談所）	午前8時半～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）	西城北1丁目	☎ 36・7474
※一般的な相談は、市子育て支援課子育て支援係（市役所1階、☎ 40・7038）まで。			
○こども悩み相談	午前8時半～午後5時（時間外、土・日曜日、祝日は留守番電話で対応）	教育研究所内（未広4丁目）	☎ 兼 ファクス 26・2110
○学校生活全般について…①電話相談、②面接相談、③学校適応指導教室での通室指導を行っています。	午前8時半～午後5時（土・日曜日、祝日を除く）	教育研究所内（未広4丁目）	☎ 26・4802

市民の皆さんから  
公募します

## 市立博物館協議会の委員を募集

市立博物館の運営などについて、市民の皆さんの意見を反映させるため、弘前市立博物館協議会の委員を公募します。

▽応募資格 市内に在住する20歳以上の市民（議員、公務員を除く）

※現在、既に市の審議会などの委員になっている人はご遠慮ください。

▽募集人員 2人

▽募集期間 7月1日～20日（当日消印有効）

▽委員の職務 博物館の運営などについて館長の諮詢に応じるとともに、館長に対して意見を述べること

▽任期・会議の開催など 任期は11月1日から2年間。会議は年1回程度、平日に開催

▽報酬など 市の規定に基づく報酬、交通費を支給

▽応募方法 次の事項を記入した応募用紙を、郵送、持参、ファックスまたはEメール（添付ファイルの容量

は1メガバイト程度まで）で提出を。

①住所・氏名（ふりがな）・生年月日・性別・職業・電話番号

②「私の考える博物館」をテーマとした小論文（800字程度）

※応募用紙・小論文の様式は自由ですが、参考様式を市および博物館のホームページに掲載しているほか、生涯学習課（岩木庁舎3階）、市民課総合案内所、岩木総合支所総務課、相馬総合支所総務課で配布しています。なお、応募用紙は返却しませんので、あらかじめご了承ください。

▽選考方法 選考委員会で選考し、結果を応募者全員に通知します。

▽問い合わせ・提出先 市立博物館（〒036・8356、下白銀町1の6、☎ 35・0700、ファックス35・0707、Eメールhakubutsu@hi-it.jp）

不明な点はお問い合わせください

## 国保年金課からのお知らせです

国民健康保険料の臨時相談窓口を開設

本年度の国民健康保険料の納入通知書を7月13日に発送します（予定）。これに伴い、今年も臨時相談窓口を開設し、保険料の賦課内容や減免について相談を受けますので、ご利用ください。

▽とき 7月17日～27日（土・日曜日を除く）、午前8時半～午後5時

▽ところ 市役所2階ロビー

▽相談内容 賦課内容の説明／減免申請の相談・受理／特例対象被保険者等（非自発的失業者）に係る届け出の受け付け（本年度から新たに該当する人は届け出が必要）

※異動届け出、被保険者証の発行、再交付手続きなどは国保年金課（市役所1階、窓口158）で行います。なお、所得内容の確認は市民税課（市役所2階、窓口207）、分割納付などの手続きは収納課（市役所2階、窓口205）で行ってください。

▽その他 減免申請は、第1期納期限の7日前（7月24日）が申請期限ですので、ご注意ください。

▽問い合わせ先 国保年金課国保保険料係（市役所1階、窓口158、☎ 40・7045）

国民健康保険 高齢受給者証の更新

70歳以上75歳未満の国民健康保険加入者に交付している高齢受給者証の有効期限は7月31日です。

新しい受給者証を7月下旬に発送しますので、お手元に届きましたら、記載内容などを確認してください。

▽問い合わせ先 国保年金課国保保険料係（市役所1階、窓口158、☎ 40・7045）

みんなで支え合い  
明るい社会に

## 社会を明るくする運動

～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～



社会を明るくする運動は、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生に理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする運動です。7月を強調月間とし、「犯罪や非行をした人たちの立ち直りを支えよう」「犯罪や非行に陥らないよう地域社会で支えよう」「これらの点について、地域社会の理解が得られるよう協力しよう」の3つを具

体的な行動目標として掲げ、「立ち直りを支える取組についての理解促進」と犯罪や非行をした人たちの『就労・住居等の生活基盤づくり』を重点事項に運動を展開します。この機会に、立ち直ろうとする人を受け入れ、支えるために何ができるか考え、できることから始めてみましょう。

▽問い合わせ先 福祉総務課（☎ 40・7037）

保険料の軽減・減免申請を忘れずに

## 私たちの介護保険制度

### 平成 24 年度介護保険料の決定通知を送付

本年度分の介護保険料の決定通知書を、7月13日付で送付します。特別徴収（年金からの天引き）の人には「介護保険料特別徴収額決定通知書」（はがき）が、普通徴収（納付書で納める、または口座振替）の人には「介護保険料納入通知書」が届けられます。届いたら内容を確認し、不明な点は問い合わせを。なお、普通徴収の人はコンビニエンスストアでの納付はできませんので、ご注意ください。

### 低所得者の保険料を軽減

市では、保険料を減額できる基準を設けています（軽減額は右表のとおり）。軽減には申請が必要です、忘れずに申請してください。

▽対象 ①～⑤の要件すべてに該当する第1号被保険者（65歳以上の人）…①平成24年度の保険料の所得段階が第1段階（生活保護受給者以外）または第2・3段階（特例を含む）／②世帯の前年収入の合計額などが、軽減基準額未満／③住民税課税者と生計を共にしていない／④本人などが居住用以外に処分可能な土地・家屋などを所有していない／⑤本人などが所有する預貯金などの合計額が、その世帯の軽減基準額の2分の1以下

▽受付開始 7月23日から（土・日曜日、祝日を除く）

▽受付場所 介護保険課（市役所1階、窓口107）

▽申請に必要なもの 介護保険料決定通知書か納入通知書／印鑑（スタンプ印不可）／申請者と同一世帯全員の預貯金通帳／平成23年と24年の年金（老齢、

退職、遺族、障害など）や恩給の振込通知書／家賃の支払いのある人は、金額の分かる契約書・領収書など

### 失業などでも保険料を減免

介護保険制度では、震災・風水害・火災などの災害以外にも、65歳以上の介護保険被保険者がいる世帯で、主に生計を維持していた人が今年1月以降に会社の都合や倒産などにより失業したときや、事業や業務の休廃業により収入が著しく減少したときなどは、介護保険料の減免を受けられる場合があります。

減免を受けるためには申請が必要ですので、失業などを証明できる書類（雇用保険受給者証など）を持参の上、ご相談ください。

※軽減および減免は申請日以後の保険料が対象となりますので、早めに手続きを。また、特別徴収の人が7月31日までに申請した場合は、4月・6月に徴収された保険料も対象になります。

▽問い合わせ先 介護保険課介護保険料係（市役所1階、窓口107、☎ 40・7049）

### 軽減後の保険料額

所得段階 世帯の前年 収入額（軽減基準額）	第1段階（生活保 護受給者以外）お よび第2段階の人	第3段階（特例を 含む）の人
42万円未満の人	第1・2段階の半額	第1・2段階の半額
42万円以上 88万円 未満の人	軽減対象外	第1・2段階の額

○保険料額…第1段階および第2段階=3万6,480円／特例第3段階=4万6,560円／第3段階=5万4,720円

※収入額は単身世帯の場合で、世帯員が1人増すごとに44万円を、また、住居が持ち家でない場合は月額3万1,000円を上限とする家賃・間代の合計額を加算。

対象となる人は申請を

## 社会福祉法人利用者負担軽減制度

介護保険の利用者負担軽減制度を実施している社会福祉法人が提供する介護保険サービスを利用する場合、一定の収入・資産条件以下の人は、事前の申請により利用者負担額が4分の3に、生活保護受給者はユニット型などの個室利用料の全額がそれぞれ軽減されます。

▽対象 ①～⑤の要件すべてに該当し、市長が生計困難者と認めた人および生活保護受給者…①世帯の年間収入や課税状況などが基準額以下／②世帯の預貯金な

どが基準額以下／③自己居住用の住居以外の資産がない／④負担能力のある親族に扶養されていない／⑤介護保険料の滞納がない

▽申請に必要なもの 利用者本人と同一世帯員全員の預貯金通帳など／利用者本人と同一世帯員全員の収入が分かるもの（遺族年金、障害年金などを含む）／印鑑（スタンプ印不可）

▽問い合わせ・申請先 介護保険課介護給付係（市役所1階、窓口107、☎ 40・7071）

各種申請はお早めに

## 後期高齢者医療制度についてのお知らせ

してください。

※既に交付を受けている人の、現在使用している認定証の有効期限は7月31日です。平成23年中の所得状況などにより引き続き①または②と判定された人は、7月下旬に新しい認定証を送付しますので、申請手続きは必要ありません。

▽申請に必要なもの 持参する場合…申請書、印鑑（スタンプ印は不可）／郵送の場合…申請書のみ

▽申請場所 国保年金課高齢医療係（市役所1階、窓口156）／岩木・相馬総合支所民生課

※郵送の場合は、国保年金課高齢医療係（〒036・8551、上白銀町1の1）へ。

▽問い合わせ先 国保年金課高齢医療係（☎ 40・7046）／青森県後期高齢者医療広域連合（☎青森017・721・3821、ホームページ <http://www.aomori-kouikirengou.jp/>）



### 保険料の通知について

本年度の後期高齢者医療保険料額は、平成23年中の所得を基に決定されます。対象者には7月13日に通知書を郵送しますが、送付される通知書は保険料の納め方によって異なります。詳細は通知書に記載されていますが、不明な点がありましたら、お問い合わせください。

### 保険料の減免について

天災やそのほかの特別な事情などで保険料の納付が著しく困難になった場合は、申請により保険料の減免を受けられることがありますので、早めにご相談ください。

### 後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証

認定証（白色）を医療機関の窓口で提示すると、1カ月当たりの医療費の自己負担額や入院時の食事代が減額されます。

▽交付対象者 次の①または②に該当する人は、申請により認定証の交付を受けることができます。

①低所得区分Ⅱに該当する人…市民税非課税の世帯に属する人

②低所得区分Ⅰに該当する人…市民税非課税で、世帯全員の各所得が0円（公的年金の場合は、収入額が年額80万円以下）である世帯に属する人および老齢福祉年金受給者

▽申請方法 新たに①または②と判定された人には7月中にお知らせと申請書を送付しますので、手続きを

### 高額療養費の自己負担限度額および食事療養標準負担額

所得区分	窓口での自己 負担割合	自己負担限度額		入院時の1食当たりの食事代
		外来（個人単位／月）	外来+入院（世帯単位／月）	
現役並み所得者	3割	4万4,400円	8万100円+（医療費-26万7,000円）×1%（※1）	260円
低所得者Ⅱ	1割	1万2,000円	4万4,400円	210円 (過去1年の入院期間が90日以下)
		8,000円	2万4,600円	160円 (過去1年の入院期間が90日超え)（※2）
低所得者Ⅰ			1万5,000円	100円

※1 過去1年間の高額療養費の支給該当が4回目以降は4万4,400円となります（多数該当）。

※2 入院期間および食事代の内訳が分かるもの（領収書など）を持参し、あらためて申請手続きが必要となります。

介護予防事業として実施します

## おたっしゃ健幸塾 「健康になって、幸福な日々を！」

年齢が進むにつれて体力や筋力が低下するのは誰もが避けられません。しかし、体を動かさないと、筋力や骨は年齢以上に衰え、心臓や肺の機能も低下してしまいます。また、ひざや腰の痛みから動かないと、「動けない」状態になり、それが全身機能の低下、さらには「動かない、動けない」状態へと悪循環に陥ってしまいます。そうならないためには、日ごろから体を動かし、生活に必要な筋力や柔軟性を蓄えることが大切です。市では、高齢者が介護を必要とする状態にならないようにするために、高齢者に適した運動を通して、いつもでも元気でいきいきとした生活を送れるよう「おたっしゃ健幸塾」を開催します。

▽日程および開催場所 右記日程表のとおり

▽時間 午前 10 時～正午

▽対象 65 歳以上の市民

▽内容 健康運動指導士による講話と実技「転ばぬ先の健幸体操」／保健師によるミニ講話「認知症を予防しよう」

▽持ち物 運動できる服装、汗ふきタオル、水分補給のための飲み物

▽問い合わせ・申込先 健康推進課健康支援第一係(野田2丁目、弘前市保健センター内、☎ 37・3750)

※「何回でも参加したい」「運動を続けたい」という声に応え、日程表の28回に加えて、5回追加開催します。繰り返し参加し、家では怠けがちになる運動を、みんなで楽しく行いましょう。広報ひろさき15日号に翌月分の日程や会場を掲載しますので、ご覧ください。

【運動機能チェック…1つでも当てはまれば、あなたの骨や関節、筋肉は弱っているかも！?】

□片足立ちで靴下が履けない

□家中でつまずいたり滑ったりする

□横断歩道を青信号で渡りきれない

□階段を上るのに手すりが必要である

□15分くらい続けて歩けない

□2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である  
(1ℓ牛乳パック2本分)

□体にやや負担がかかる家事(掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど)が困難である

学区・地区	会場	実施月日
1 和徳(北)	和徳公民館	7月13日(金)
2 西	西交流センター	7月20日(金)
3 新和	新和公民館	7月27日(金)
4 相馬	長慶閣	8月10日(金)
5 清水	清水交流センター	8月17日(金)
6 豊田	サンライフ弘前	8月27日(月)
7 堀越	堀越公民館	8月31日(金)
8 朝陽	鷹ヶ丘老人福祉センター	9月7日(金)
9 東	城東団地町会集会所	9月10日(月)
10 北	北児童センター	9月14日(金)
11 城西	勤労青少年ホーム	9月28日(金)
12 桔梗野	桔梗野会館	10月5日(金)
13 時敏	弘前市保健センター	10月12日(金)
14 文京	中野集会所	10月19日(金)
15 三大	第三大成小学校	10月22日(月)
16 和徳	堅田集会所	10月26日(金)
17 松原	上松原中央集会所	11月2日(金)
18 大成(二大)	大成小学校	11月5日(月)
19 高杉	瑞風園	11月16日(金)
20 大成(一大)	みなみ会館	11月19日(月)
21 船沢	船沢公民館	11月30日(金)
22 岩木	岩木保健福祉センター	12月4日(火)
23 藤代(致遠)	藤代公民館	12月14日(金)
24 裾野	弘前市農村環境改善センター	12月21日(金)
25 千年	千年公民館	1月11日(金)
26 石川	石川公民館	1月18日(金)
27 東目屋	東目屋ふれあいセンター	1月25日(金)
28 藤代(三省)	三省地区交流センター	2月8日(金)

### 昨年度の参加者アンケートより…

とても分かりやすく参考になった／楽しかった／今後も続けたい／体が軽くなった／筋肉が落ちているのを感じた／何回でも参加したい

便利なサービスをご利用ください

## 在宅ねたきり高齢者の寝具丸洗いサービス

自宅で生活をしている65歳以上のねたきりの人を対象に、寝具の丸洗いを無料で実施します。

▽内容 掛布団、敷布団、毛布または丹前のいずれか合計3枚までを専門業者が回収し、丸洗い・乾燥・殺菌消毒をした後、自宅へ返却します(約1週間)。

▽実施期間 8月下旬～10月末

※回収日・返却日については、申し込み受け付け後、利用決定通知で個別にお知らせします。

▽申込先 7月20日までに、各地域の民生委員へ

※民生委員が分からぬ場合は問い合わせを。

▽問い合わせ先 福祉総務課高齢福祉係(☎ 40・7037)



## 市民参加型まちづくり1%システム 実施事業紹介

このコーナーでは、平成23年度に「市民参加型まちづくり1%システム」を活用し、実施された事業を紹介します。6回目の今号は下記の1事業です。

17

### パフォーマンスアートふれあい事業 2011

～世界のパフォーマンスアートを楽しむ3日間～

▽実施団体 FUNKY STADIUM(ふあんきーすたじあむ)

▽事業内容 自分自身の身体を使って表現を行うパフォーマンスアートを用いて、若者や親子が気軽に参加して楽しめるワークショップ(パントマイム、ジャズダンス、お父さんのためのストリートダンス講座など)とその成果を発表するイベントを開催しました。さまざまな分野のパフォーマンスアートに触れ、参加者同士の交流の場となりました。

▽事業費／補助金額 777,890円／500,000円



●「制度の内容を詳しく知りたい」「申請書類の書き方が分からない」など、1%システムに関する問い合わせについては、募集期間内外問わず、いつでも相談に応じていますので、気軽にお問い合わせください。

#### 【本年度の募集期間】

▽3次募集期間…8月20日～9月19日(事業実施期間は11月1日～平成25年3月31日)

※1次・2次募集は終了しました。

▽問い合わせ先 市民との協働推進課市民協働係(☎ 40・7108、Eメールshiminkyoudou@city.hirosaki.lg.jp)

## 遺跡の保護にご協力を

市内に点在する遺跡は先人の生きた証

現在市内には、約1万3,000年前の旧石器時代から江戸時代までの埋蔵文化財包蔵地(遺跡)が443カ所確認されています。

先人が営んだ生活の跡や使用した土器などが残されているこれらの遺跡は、文字が使われていない時代の歴史をひととく上で貴重な資料となります。また、古文書が存在する時代の遺跡であっても、文字に記されることのない庶民の文化や生活を知る上での重要な資料となります。

貴重な遺跡の保護のため現状変更時は届け出を

遺跡内では、現状変更(建物の建設や土地の造成、重機などによるりんご園の改植など)を行う場合、実施する60日前までに文化財保護法に規定される届け出が必要です。場合によっては、遺跡への影響を確認する発掘調査を行うこともあります。

現状を変更する計画がある場合は、事前に遺跡への該当の有無について、文化財保護課(岩木庁舎3階)にお問い合わせください。



# フォトコレ in ひろさき

市内各地で行われた  
イベントや  
まちの話題を  
お届けします。



## 珠玉の美～近代日本絵画名品展～

6月16日、市立博物館（下白銀町）において、ウッドワン美術館所蔵の絵画を展示する特別企画展1「珠玉の美～近代日本絵画名品展～」が開幕しました。

葛西市長らのあいさつ、テープカットが行われた式典後、ウッドワン美術館学芸員の重藤嘉代さんによるギャラリートークが行われ、訪れた市民らは、興味深く説明を聞きながら数々の名品に見入っていました。

本企画展は、岸田劉生、横山大観、上村松園ら近代日本を代表する作家の作品71点を展示しており、岸田劉生の「毛糸肩掛せる麗子肖像」や黒田清輝の「木かけ」などを鑑賞できます。開催期間は7月16日（月・祝）まで。

6月16日

## 古都ひろさき花火の集い

6月16日、岩木川悪戸河川敷運動場を会場に、「第7回古都ひろさき花火の集い」が開催されました。

今年は、東日本大震災の被災地・岩手県野田村から30人が招待されたほか、会場では、出会いの場を創出する『花火 de 合コン』など、さまざまな催しが行われました。

打ち上げは午後7時半のオープニングワイドスターインから始まり、全国花火名人尺玉競演、花嵐桜組のよさこい演舞との共演など、趣向を凝らしたプログラムが続き、夜空に見事な大輪の花が咲き誇りました。



6月16日～



5月27日

## 弘前城植物園無料開放

5月27日、弘前城植物園の無料開放が行われました。

晴天となった当日は、季節の植物を目当てに、多くの来園者でにぎわいました。この日見ごろを迎えていたのは、ハンカチツリーやボタン、オオデマリなど。訪れた人々は、園内をゆっくりと散策したり、満開の花々を写真に収めたりして満喫していました。



6月10日

## ねぷた絵の描き方講習会

6月10日、市立観光館（下白銀町）の研修室で、津軽錦絵作家協会会員が講師を務める、ねぷた絵の描き方講習会が開催されました。

講習会には家族連れなど24人が参加。参加者は時々講師に手伝ってもらいながら、墨描き、ろう描き、色塗りの順に、丁寧な筆遣いで仕上げていき、オリジナルのねぷた絵を完成させました。



5月27日

## 自治体経営フォーラム

5月27日、市内のホテルで、元三重県知事で早稲田大学マニフェスト研究所所長の北川正恭さんを招いて開催された「地域主権時代の自治体経営フォーラム」。北川さんの基調講演の後、葛西市長らが事例報告を行ったほか、パネルディスカッションでは、地域主権時代に求められる行政・議会・市民などの役割について活発な意見が交わされました。



6月17日

## 前川建築ミニチュア制作

6月17日、木村産業研究所（在府町）で、「前川國男の建物を大切にする会」による「前川建築1／600模型制作会」が行われました。会場であり前川國男の一番最初の作品である「木村産業研究所」が課題となつた制作会には、市民ら30人が参加。参加者は、ピンセットを手にボンドでパーツを貼り付けながら、模型の仕上がりに目を凝らしていました。


**イベント**
**りんごステンドグラス展**

ステンドグラス工房 VIDRIERAS (ビドリエラス、主宰・嶋津幸さん) の出展で、りんごをモチーフにしたステンドグラスの作品を展示します。製作体験もあります。

▽とき 7月6日～23日  
午前9時～午後5時  
▽ところ りんご公園（清水富田字寺沢）  
問りんご公園（☎ 36・7439）

**サタディプラン**

土曜日に小・中学生を対象に、無料で開催します。

▽日程・会場  
【弘前文化センター（下白銀町）プラネタリウム】  
○わくわく☆こどもプラネ（子ども向けのプラネタリウム投影） 7月7日・14日・21日の午前10時半～11時／中央公民館（☎ 33・6561）  
【弘前図書館（下白銀町）】  
○読み聞かせと図書館の探検隊（絵本の読み聞かせ・紙芝居などと図書

**こどもアート  
体験ひろば 2012**

市内の文化芸術団体の協力で、音楽、絵画、演劇などさまざまなアートが体験できるイベントを開催します。

▽とき 7月29日（日）、午前10時～午後3時  
▽ところ 総合学習センター（末広4丁目）  
▽内容 右表のとおり  
▽対象 小学生（親子での参加も歓迎します）  
▽参加料 無料  
▽持ち物 飲み物、汗ふきタオル、動きやすい服装  
※希望者にはおにぎり、そばを提供します（各100円）。問電話または、はがきかファクス、Eメール（氏名〈ふりがな〉・性別・電話番号・学校名・学年・体験を希望するものの番号〈複数可〉を記入）で、7月27日までに、生涯学習課（〒036・1393、賀田1丁目1の1、☎ 82・1641、✉ 82・5899、✉ shougai@city.hirosaki.lg.jp）へ。

番号	団体名	内容
1	弘前交響楽団	弦楽器などいろいろな楽器の演奏体験
2	弘前マンドリンアンサンブル	マンドリンの演奏体験
3	パーカッショングループ（ファルサ）	パーカッションの演奏体験
4	弘前ねむの会ファミリーコーラス	手話で歌おう、英語で歌おう
5	望月太左君衛鼓の会	小鼓の演奏体験
6	弘前謡曲会	謡曲（能楽）を学ぼう
7	弘前日本舞踊	日本舞踊の体験
8	日本舞踊を楽しむ会	日本舞踊の体験
9	弘前バレエ連盟	クラシックバレエ、フラメンコの体験
10	弘前やまぶき会	津軽手踊りの体験
11	弘前茶道協会	お茶会の体験、お茶を点てる体験
12	子どもせん茶道クラブ	せん茶道の作法、玉露の入れ方の体験
13	劇団 弘演	劇を鑑賞した後、演じてみる
14	弘前市児童文化研究サークル連合会	人形作りと人形劇の鑑賞
15	弘前市美術作家連盟（書道）	書道の体験
16	弘前市美術作家連盟（洋日本画）	絵画の鑑賞と制作
17	いけばな子ども教室	いけばなの体験
18	やきもの子どもクラブ	やきもの製作の体験

【備考】4…筆記用具の持参を／6…白足袋か白靴下の持参を／10・11…靴下の持参を／18…作品の仕上がりは1ヵ月後になります

館地下書庫の探検。対象は小学校1年生～3年生） 7月21日の午後2時～3時／弘前図書館（☎ 32・3794）

**【市立博物館（下白銀町）】**

○親子鑑賞会（開催展覧会の鑑賞。保護者も無料） 7月7日・14日の午前9時半～正午／市立博物館（☎ 35・0700）

※希望により解説対応あり。

**【市立郷土文学館（下白銀町）】**

○親子文学散歩（クイズを解きながら観覧） 7月7日・14日・21日の午前10時～正午／市立郷土文学館（☎ 37・5505）

問各会場へ。

会＆交流会あり（有料）。詳しくは問い合わせを。

○弘前大学プロダクトデザイン研究室（☎ 39・3388、✉ hirosaki-u@tocol.net）

**ホタル観察会**

弥生いこいの広場（百沢字東岩木山）、高長根レクリエーションの森（高杉字神原）、こどもの森（坂元字山元）の3施設で、ホタル観察会を行います。自然の豊かさと幻想的な明かりを体感しませんか。

▽とき

○弥生いこいの広場…7月7日、午後8時～9時

○高長根レクリエーションの森…7月14日、午後8時～9時

○こどもの森…7月21日、午後7時半～8時半

※いずれも雨天中止。

▽参加料 無料  
問 弥生いこいの広場（☎ 96・2117）／高長根レクリエーションの森（☎ 97・2627）／こどもの森（☎ 88・3923）

**こどもの森7月の行事**

○探そう！食べられる山の実  
▽とき 7月8日（日）、午前10時

時～正午（雨天決行）

▽対象 小学生

▽参加料 無料

○月例登山「勤労奉仕ライオン岩ルート」

▽とき 7月15日（日）、午前9時半～午後2時半（雨天決行）

▽参加料 無料

▽持ち物 昼食、飲み物、替えの下着・靴下、雨具

※事前の申し込みが必要。

○カブト・クワガタ展

▽とき 7月29日～8月18日

▽入場料 無料

～共通事項～

▽ところ こどもの森ビジターセンター（坂元字山元、久渡寺境内）

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）

**一日体験ボランティア**

ボランティア活動を始めるきっかけとして、一日だけの体験をしてみませんか。

▽とき 7月14日（土）

午前9時半～午後2時

▽ところ 老人保健施設「平成の家」（独孤字石田）

※現地集合・解散。市役所西口から午前8時50分発の送迎バスも利用できます。

▽対象 市民＝10人（先着順）

▽参加料 400円（昼食代として）

▽持ち物 ズック、動きやすい服装

問 7月12日までに、ボランティア支援センター（元寺町、市民参画センター内、☎ 38・5595）へ。

**夏休み紙漉き体験**

オリジナルのはがきを和紙で作ってみませんか。夏休みの宿題にもぴったりです。

▽とき 7月21日・22日の午前10時～午後3時

▽ところ 交流センター紙漉の里（紙漉字山越）高野和紙・紙漉作業場

▽内容 はがき4枚を製作

▽対象 市民

▽参加料 無料

※事前の申し込みは不要。駐車スペースは十分あります。

問 中央公民館相馬館（☎ 84・2316）

**動物観察と自然体験キャンプ**

動物観察や工作、虫とりなどをして、1泊2日のキャンプを楽しもう。

▽日程 7月23日（月）…午後0時半～追手門広場集合、午後1時～出発、弥生いこいの広場泊／24日（火）…正午～追手門広場解散

▽対象 小学校3年生～6年生＝30人

▽参加料 1,000円（当日徴収）

問 弥生いこいの広場（百沢字東岩木山、☎ 96・2117）

●「岩木川探検隊」は、全国モーターボート競走施行者協議会からの拠出金を受けて実施するものです。


**教室・講座**
**ソフトテニス教室**

▽とき 7月7日～28日の土・日曜日、午前10時～正午

▽ところ 弘前公園内テニスコート

▽対象 高校生以上

▽参加料 無料（各自傷害保険などに加入を）

▽申し込み 当日会場で受け付け

▽持ち物 テニスシューズ

※貸しラケットはあります。

問 弘前ソフトテニス協会（築館さん、☎ 携帯090・3694・0796）

**弘前図書館 7月の催し**
**○おたのしみおはなし会**

▽とき 7月7日・14日・21日の午後2時～2時半

▽ところ 弘前図書館（下白銀町）1階閲覧室おはなしコーナー

▽内容 「夏・海」をテーマとした、絵本の読み聞かせ、紙芝居、昔話、エプロンシアター、なぞなぞなど

▽対象 おおむね4歳～小学校低学年の児童

**○だっこでおはなし会**

▽とき 7月28日（土）午前10時半～11時

▽ところ 弘前図書館1階閲覧室おはなしコーナー

▽内容 絵本の読み聞かせ、手遊び、ブックトークなど

▽対象 0歳～3歳の子と保護者

**○夏休みおはなし会**

▽とき 7月28日（土）午後2時～2時40分

▽ところ 弘前図書館2階視聴覚室

▽語り手 おはなしボックス

▽対象 小学生＝80人（幼児も可）

～共通事項～

▽参加料 無料

※事前の申し込みは不要。

問 弘前図書館（☎ 32・3794）

## 市民グラウンド・ゴルフ 初心者教室

▽とき 7月16日(月・祝)  
午前8時半~午後0時半  
▽ところ 弘前B&G海洋センター  
(八幡町1丁目)  
▽内容 グラウンド・ゴルフについての正しい知識の指導と実技交流  
※用具は貸し出します。  
▽対象 基礎知識を学びたい人(子どもも可)  
▽参加料 無料(別途資料代・保険料として100円必要)  
間7月6日までに、弘前市グラウンドゴルフ協会(奥出さん、☎33・8908)へ。

## ベテランズセミナー

▽とき 7月19日(木)  
午前10時~11時半  
▽ところ 弘前文化センター(下白銀町)2階中会議室  
▽内容 防災講座①「すぐに役立つ防災のお話」…講師・高田敏幸さん(岩木山自然学校代表)  
▽対象 おおむね60歳以上の市民  
▽受講料 無料  
※防災講座は3回シリーズで、2回目は8月16日、3回目は9月6日を予定しています。  
間電話かファクスで、中央公民館(☎33・6561、✉33・4490、火曜日は休館日)へ。

## 環境整備センターの教室

【竹とんぼ作り教室】  
▽とき 7月22日(日)  
午前9時半~午後3時  
▽ところ 弘前地区環境整備センター(弘前市竹筒井)  
▽講師 尾崎行雄さん  
▽定員 小学校4年生以上=15人  
▽参加料 無料  
▽持ち物 昼食、飲み物、刃の細かいのこぎり(用意できる人のみ)  
▽その他 作業しやすく、汚れてもいい服装でおいで。  
▽受付開始 7月5日から  
【レゴブロックを集めています】  
家庭で不要になった「レゴブロック」を集めています。協力していただ

だける場合は、直接グラウンド棟までお持ちください。持参できない人は、ご連絡を。なお、寄せられた「レゴブロック」は返却できませんので、あらかじめご了承ください。

間弘前地区環境整備センター(弘前市竹筒井)36・3388、受付時間は午前9時~午後4時、月曜日は休館日)

## 中学生武道教室(弓道)

▽とき 7月21日~8月18日の毎週土曜日、午前9時半~11時半  
▽ところ 市立弓道場(笛森町)  
▽対象 中学生=10人

▽参加料 600円(スポーツ安全保険料として)  
▽申し込み方法 往復はがきに、住所・氏名・学年・電話番号を記入し、7月14日(必着)までに弘前弓道会(〒036・8065、西城北1丁目7の5、相馬方)へ。

※応募多数の場合は抽選で決定。  
間弘前弓道会(相馬さん、☎37・1743、午後7時半~8時半)

## 夏休み小学生「木工の会」

▽とき 7月26日(木)  
午前10時~午後3時  
▽ところ 清水交流センター(大開2丁目)

▽内容 丸太で作る「小さないす」/立体パズル「サッカーボール」  
※どちらか1つを作ります。  
▽対象 小学校3年生~6年生=25人  
▽受講料 2,000円(材料費・昼食代含む)

▽持ち物 エプロン、筆記用具  
間7月14日までに、弘前友の会(小菅さん、☎兼✉35・3609)へ。

## ちびっこテニス体験教室

▽とき 7月26日(木)  
午前10時~11時  
▽ところ 河西体育センター(石渡1丁目)

▽内容 ラケットの持ち方から打ち方(ストロークやボレー)まで、的当てゲームなど  
▽対象 5歳児・小学生=30人  
▽参加料 無料(各自傷害保険などに加入を)

▽持ち物 帽子、フェースタオル、飲み物、運動のできる服装、室内専用シューズ

▽申し込み方法 往復はがきに、住所・氏名・生年月日・学年(小学生)・電話番号・教室名を記入し、7月14日(必着)までに克雪トレーニングセンター(〒036・8101、豊田2丁目3)へ。

※はがき1枚で1人とし、応募多数の場合は抽選で決定します(きょうだいでの参加は、はがき1枚で可)。  
間克雪トレーニングセンター(☎27・3274)

## お箏(こと)体験セミナー

▽とき 7月28日、8月25日、9月22日、10月27日、親子の部=午前10時~正午/一般の部=午後2時~4時  
▽ところ 弘前文化センター(下白銀町)第1練習室

▽対象 親子の部…小学生以上の子とその親=15人程度/一般の部…高校生以上=15人程度  
▽参加料 無料  
▽申し込み方法 7月25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・学校名・学年・希望の部(親子・一般の別)を記入)で、ひろさき邦楽ふれあい交流事業実行委員会事務局(木庭袋(きばくら)さん、☎兼✉27・8738、✉tugarunooto@kotokibakura.com)へ。

▽対象 小学校3年生~6年生=25人  
▽受講料 2,000円(材料費・昼食代含む)  
▽持ち物 エプロン、筆記用具  
間7月14日までに、弘前友の会(小菅さん、☎兼✉35・3609)へ。

## 夏休みキッズダンス教室

▽とき 7月27日・30日・31日、午前10時~11時半  
▽ところ 青森県武道館(豊田2丁目)

▽対象 小学生=20人(先着順)  
▽参加料 2,000円(保険料含む)  
▽申し込み方法 電話、ファクスまたはEメール(住所・氏名・学年・電話番号を記入)で、スパレクダンスクラブ平川事務局(岩渕さん、☎携帯090・7062・1107、✉44・5851、✉npohirakawa@yahoo.co.jp)へ。  
間スパレクダンスクラブ平川事務局

## 市民体育館の暑中げいこと スポーツ教室

### 【剣道暑中げいこ】

▽とき 7月24日~28日  
午前6時~8時

▽内容 基本動作、基本技、練習げいこ、講話

▽対象 市民=150人

※用具は各自で準備を。

▽申し込み 当日会場で受け付け  
【夏休みチビッコスポーツ教室】

▽とき 7月24日(火)

午前9時半~11時半  
▽内容 トランポリン、ヒットだ!ターゲット、ユニカール、キャッチングザスティックほか

▽対象 3歳以上の幼児・小学生とその保護者(就学前の幼児は保護者も一緒に参加を)

▽持ち物 運動のできる服装、室内専用シューズ、汗ふきタオル  
▽申し込み方法 はがきに、住所・氏名・生年月日・性別・学年(小学生)・年齢(幼児)・電話番号・教室名を記入し、7月23日(必着)までに市民体育館(〒036・8362、五十石町7)へ(きょうだいでの参加は、はがき1枚で可)。

~共通事項~  
▽ところ 市民体育館

▽参加料 無料(各自傷害保険などに加入を)  
間市民体育館(☎36・2515)

## 弘前B&G海洋センターの 暑中げいことスポーツ教室

### 【柔道暑中げいこ】

▽とき 7月25日~29日  
午前6時~7時半

▽内容 柔道の基本動作の習得と健康増進

▽講師 弘前柔道協会

▽対象 小学生以上=50人

### 【軽道(たいどう)暑中げいこ】

▽とき 7月25日~29日  
午前6時~7時半

▽内容 軽道の基本動作の習得と健康増進

▽講師 弘前市軽道協会

▽対象 小学生以上=50人

### 【少年少女バレー・ボール教室】

▽とき 7月27日~29日、午前

10時~正午

▽内容 バレーボールの基本動作の習得と健康増進

▽講師 弘前バレー・ボール協会

▽対象 小学校4年生~中学生=50人

~共通事項~

▽ところ 弘前B&G海洋センター(八幡町1丁目)

▽参加料 無料(各自傷害保険などに加入を)

▽申し込み 当日会場で受け付け  
【講習会など】

●マツの手入れ実習 7日、午後1時半~3時半

●アジサイの栽培とせん定 28日、午後1時半~3時半

●訪問相談 14日・21日

※庭木の出張相談です(無料)。電話で申し込みを。

【弘前城植物園…今月見られる花】  
スモークツリー、アジサイ、ハス、ヘメロカリス、ノウゼンカズラなど  
間緑の相談所(☎33・8737)

## 緑の相談所

7月の  
催し

### 【展示会】

●シーグラスと花のときめき展 7日・8日

●ベゴニア展 13日~19日

### 【特別展示】

●弘前城薪能関連「面と装束展」5日まで

### 【講習会など】

●マツの手入れ実習 7日、午後1時半~3時半

●アジサイの栽培とせん定 28日、午後1時半~3時半

●訪問相談 14日・21日

※庭木の出張相談です(無料)。電話で申し込みを。

【弘前城植物園…今月見られる花】  
スモークツリー、アジサイ、ハス、ヘメロカリス、ノウゼンカズラなど  
間緑の相談所(☎33・8737)

### 【なぎなた教室】

▽とき 9月7日~平成25年3月15日の毎週金曜日、午後7時半~8時半

▽対象 小学生以上

▽申込期間 7月1日から開催期間中随时受け付け

### ~共通事項~

▽ところ 青森県武道館(豊田2丁目)

▽定員 30人

▽参加料 無料(別途スポーツ安全保険料が必要)

間青森県武道館(☎26・2200)

※詳細はホームページ( http://www.aomorikenbudoukan.com )に掲載しています。

## 親子料理教室

▽とき 8月2日・3日の午前10時~午後1時

▽ところ 弘前市保健センター(野田2丁目)

▽献立 タコライス、野菜たっぷりスープ、デザート

▽対象 各日15組30人(先着順)

▽持ち物 エプロン、三角きんはし、お茶など水分補給できるもの(必要な人)

間7月17日から、電話で弘前市保健センター(☎37・3750)へ。

## 夏休み子ども創作講座

「天秤（てんびん）とひばトンボ」をテーマに開催します。  
 ▽とき 8月3日（金）午後1時～3時  
 ▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）2階大会議室  
 ▽内容 県産材でおもしろ天秤づくり／重さを計るしくみを学ぼう／ひばトンボを飛ばして遊ぼう  
 ▽講師 藤岡秀雄さん（一级建築大工技能士）  
 ▽対象 小学生と参加を希望する保護者  
 ▽定員（教材数） 50人（先着順）  
 ▽参加料 1人500円（当日徴収）  
 ▽持ち物 手ふき用タオル  
 ▽申し込み方法 郵送、ファクスまたはEメール（住所・氏名〈ふりがな〉・学年・電話番号・教材数を記入）で、8月2日（必着）までに申し込みを。

■中央公民館（☎ 33・6561、FAX 33・4490、E-mail chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休館日）

## 子どもミュージカルクラブ 短期講座

ミュージカルの基礎練習を通して、自己表現とチームワークを学ぶ実技講座です。異なる年齢や学校の子どもたちと一緒に活動します。

▽とき 8月8日～10日、16日～18日の午後1時半～3時半（計6日間）

▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）大会議室

▽内容 最終日の発表を最終目標としたミュージカルの基礎練習…講師・清水知子さん、前田美代子さん（情報ネットワークグループ「リエゾン」）

▽対象 市内の小学校3年生～中学生=20人

▽参加料 1,000円  
 ※応募者が少ない場合は開催しないことがあります。

■7月25日までに、中央公民館（☎ 33・6561、火曜日は休館日）へ。



## その他

### 夜間・休日納税相談のご利用を

▽夜間納税相談 7月17日～20日の午後5時～7時半

▽休日納税相談 7月22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、ぜひ相談においでください。

今月の休日納税相談日は第4日曜日です。この日は電話での相談や、市税などの納付もできます。

※特別な理由がなく、納付および連絡がない場合は、差し押さえ処分を執行することもあります。

■収納課（市役所2階、窓口205、☎ 40・7032、40・7033）

## 高層建物へのテグス設置を手伝います

市では、街なかカラス対策事業の一環として、高層建物管理者に、カラスの飛来を防ぐためのテグスを無償で提供しています。また、本年度からは、テグスの張り方指導なども行いますので、カラス被害でお困りの人は、気軽にご相談ください。

■環境政策課環境保全係（☎ 40・7035）

## 図書館職員になってみ隊 小・中学生募集

本が好きで図書館に興味がある小・中学生の皆さん、図書館職員の仕事を体験してみませんか。夏休みの体験学習にも最適です。

▽とき ①7月28日、②8月4日の午前9時半～正午

▽ところ 弘前図書館（下白銀町）

▽内容 ①講義…図書館の利用方法、仕事について ②体験…本の貸し出しや返却、書庫での図書の検索・返本など

▽対象 市内の小学校4年生～中学生=10人（先着順）

※2日間の参加が条件です。

▽参加料 無料

▽持ち物 自分の本1冊（コーティングの実習で使用）

■7月6日から、電話で弘前図書館（☎ 32・3794）へ。

※修了者には、「図書館准職員認定書」を交付します。

## フォークリフト運転技能講習

▽とき 普通自動車運転免許証保有者=7月30日～8月2日／大型特殊自動車運転免許証（カタピラ限定なし）保有者=7月30日・31日

▽ところ 学科=サンライフ弘前（豊田1丁目）／実技=つがる弘前農協・河東地区りんご施設（悪戸字芦野）

▽対象 ①申請時に求職中で、雇用保険を受給している40歳以上の人（雇用保険の受給期間を終えてなお求職中の人に含む） ②出稼労働者で18歳以上の人

▽定員 10人（先着順）

▽受講料 普通自動車運転免許証保有者=1万円／大型特殊自動車運転免許証（カタピラ限定なし）保有者=4,000円（ともに別途テキスト代1,575円が必要）

▽申し込み受け付け 7月11日～18日

※申し込みには、印鑑、写真（縦30mm×横24mm）1枚、雇用保険受給者証か出稼労働者手帳（有効期限内のもの）、自動車運転免許証を持参してください。なお、代理人による申請はできません。

■商工労政課労政係（市役所6階、☎ 35・1135）

## 弘前市おもてなし観光推進事業事業者募集

市では、魅力ある地域づくりに取り組む団体・グループなどが実施する、地域における新しい観光資源の

掘り起こしや磨き上げ、新たな活動に取り組む事業などを支援するため、補助金を交付します。

▽対象団体 任意の地域活動団体、観光関係団体、商工関係団体、NPO法人およびこれらに類する組織団体、グループなどで、市長の認定を受けたもの（個人や単独の企業を除く）

▽対象経費 団体が市内で実施する事業に要する経費で、①報償費／②旅費／③需用費（食糧費除く）／④役務費／⑤委託料／⑥使用料および賃借料／⑦被服費／⑧その他市長が認めたもの

▽補助率・補助限度額など 1事業につき補助対象経費の実支出額の合計額から参加料、売上金などを差し引いた額の10分の9以内の額または70万円のいずれか少ない額

▽応募方法 7月10日の午後5時までに、指定の審査申請書などを観光物産課（市役所5階）へ提出を。詳細はお問い合わせください。

■観光物産課（☎ 35・1128、FAX 35・3765）

## 7月1日から改正育児・介護休業法が全面適用に

平成21年に改正された育児・介護休業法が、本年7月1日からすべての事業所に適用され、常用労働者数100人以下の事業所で働いている人でも、新たに次の制度を利用することができます。

①育児短時間勤務制度…3歳未満の子を養育する労働者のため、1日の所定労働時間を原則6時間とする制度

※制度の規定がない場合、事業主には制度を整備する義務があります。  
 ②育児のための所定外労働の免除…

3歳未満の子を養育する労働者のために、所定外労働を免除する制度

③介護休暇…要介護状態にある対象家族の介護その他の世話のために、対象家族1人の場合は年5日、2人以上の場合は年10日まで、年次有給休暇とは別に取得できる休暇制度  
 ■青森労働局雇用均等室（☎ 青森017・734・4211）

## シンフォニー「成年後見制度を考える会」相談室

相続・遺言・財産管理・将来への不安など、成年後見に関わる法律・社会生活上の諸問題について、相談員が無料で相談に応じます（秘密厳守）。なお、事前の予約は不要です。

▽とき 7月29日（日）午後1時～4時

▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）2階第1会議室

※当日受け付けは午後3時半まで。

■シンフォニー「成年後見制度を考える会」（目賀田さん、☎ 37・0345、鎌田さん、☎ 兼 FAX 38・1829）

※平成24年度市民参加型まちづくり1%システムの対象事業として行われます。

## 行政書士弘前コスモス会による無料相談会

相続・遺言を中心とした相談会です。なお、事前の予約は不要です。

▽とき 7月10日（火）午後1時半～3時半

▽ところ 市民参画センター（元寺町）3階

■弘前コスモス会行政書士奈良尚子（奈良行政書士事務所、☎ 40・0024）

## 有料広告



## 市のプールが開場！

本年度のプール利用についてお知らせします。健康維持のためにも積極的にご利用ください。

### 【市民プール・城北ファミリープール】

①第2市民プール（中野3丁目、☎ 37・1934）

▽開場期間 9月2日までの午前9時～午後6時

▽休場日 7月2日・9日、8月27日

②第3市民プール（八幡町3丁目、☎ 37・1935）

▽開場期間 9月2日までの午前9時～午後6時

▽休場日 7月5日・12日・19日、8月30日

③城北ファミリープール（八幡町1丁目、☎ 37・1936）

▽開場期間 9月2日までの午前9時半～午後5時

▽休場日 7月3日・10日・17日、8月28日

※それぞれ休憩時間あり。

### ～共通事項～

▽料金 65歳以上の市民、市内の小・中学生や障がい者、外国人留学生は無料。住所や年齢を証明できるもの提示を。

※その他の利用料金は、施設ごとに設定されていますので、市ホームページなどでご確認ください。

■開場期間中は各プールへ。開場日以外は、市体育協会（☎ 37・5508）へ。

### 【岩木B&G海洋センター】

▽開場期間 9月9日まで（予定）の午前9時～午後9時（休憩時間は正午～午後1時と午後5時～6時）

▽料金（7月1日より改正） 大人=270円／高校生=140円／小・中学生=50円

※休憩時間を挟むと、再度料金が掛かります。なお、65歳以上の市民、市内の小・中学生や障がい者、外国人留学生は無料。住所や年齢を証明できるもの提示を。

■岩木B&G海洋センター（兼平字猿沢、☎ 82・5700）

## 食と産業まつり出展者募集

△とき 10月12日～14日の午前9時半～午後5時  
△ところ 克雪トレーニングセンターおよびエントランス広場（豊田2丁目、運動公園内）  
△出展料 1コマ＝1万5,000円  
△共益費 克雪トレーニングセンター内…1店舗＝5,000円／エンタス広場…1店舗＝1万円  
間7月20日の正午までに、津軽の食と産業まつり運営協議会事務局（上鞘師町、弘前商工会議所内、33・4111）へ。

## 弘前マルシェFORET（フォーレ）開催

農産物直売青空市場・「弘前マルシェFORET（フォーレ）」が7月1日から開催されます。催しも多数予定していますので、ぜひご来場ください。

また、出店者（農産物・農産加工品生産者および飲食物・物産品販売者）も随時募集しています。

△とき 7月～10月の毎週日曜日、午前9時～午後2時（8月12日は午前8時～正午）、8月11日、9月22日の午後5時～9時、11月24日の午前10時～午後3時

△ところ JR弘前駅から上土手町を結ぶ歩行者専用道路（えきどてプロムナード）および駅前公園  
間弘前マルシェコンソーシアム（31・0508、http://www.foforet-hirosaki.jp）

## 正しく使って楽しい花火

花火は夏の風物詩。これからは家

## 有料広告

## 有料広告

の庭などで、子どもたちが花火をしている姿を見掛けることが多くなります。

気軽に楽しめる「おもちゃ花火」でも、正しく取り扱わないと火災になったり、やけどを負ったりするなど事故につながる恐れがあります。花火をするときは必ず次のことについて、楽しく遊びましょう。  
○風が強く乾燥した日は花火をしない  
○注意書きを必ず読み、それを守る  
○花火をほぐしたり、束ねて点火したりしない  
○燃えやすいものがない、安全な場所を選ぶ  
○子どもだけで花火をさせない

○水の入ったバケツなどを用意するおもちゃ花火の遊び方については、日本煙火協会ホームページ（http://www.hanabi-jpa.jp）に詳しく掲載されていますので、ご覧ください。

△消防本部予防課（本町、32・5104）または最寄りの消防署・分署へ。

## 市職員募集（埋蔵文化財発掘調査専門職）

△資格 日本国籍を有し、昭和58年4月2日以降に生まれた人で、次の資格を満たす人 ①大学または大学院で、考古学または歴史学の専門教育を受けたこと（これらと同等の専門知識を有する場合を含む）／②発掘調査の経験が豊かで、発掘調査の全工程を習得していることなど  
※詳細については、人事課で交付する募集要項をご覧ください。なお、募集要項は、市ホームページにも掲載しています。

△採用予定 1人

## 有料広告

## △第1次試験 書類審査

△第1次試験合格発表 9月28日までに本人に直接通知します。

※第2次試験の詳細については、第1次試験合格者に直接通知します。

△受験申込書の提出方法 人事課（市役所3階、窓口302）で交付する受験申込書に記入し、8月13日（必着）までに郵送または持参してください（受け付けは、土・日曜日、祝日を除く午前8時半～午後5時）。  
間人事課職員係（〒036・8551、上白銀町1の1、35・1119）

## 朝市・産直マップ

## 平成24年版を配布

市内の農業団体などが開催している朝市や直売所の開催日時、場所などが分かる「朝市・産直マップ」を、次の場所で無料で差し上げます。部数に限りがありますので、お早めに。

△主な配布場所 市役所、岩木庁舎、相馬庁舎、りんご公園、市立観光館、市民参画センター、市民課駅前分室、市民課城東分室、緑の相談所など  
間農政課農業振興係（40・7102）

## 今月の市税などの納期

## 納期限 7月31日

固定資産税 第2期  
国民健康保険料 第1期  
介護保険料 第1期  
後期高齢者医療保険料 第1期

☆毎月第4日曜日は納税相談日です。  
☆納税は便利で確実な口座振替のご利用を。  
☆納期限を過ぎると督促手数料や延滞金が加算される場合があります。  
☆コンビニエンスストアでも納付できます。

## 有料広告

## 有料広告

## Health Information

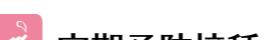


## 健康の掲示板

弘前市保健センター（野田2丁目） 37・3750

母子健康手帳の持参を。場所は弘前市保健センター（各指定医療機関での個別健診を除く）で、料金は無料です。なお、発熱など体調不良の場合は、次回に受診してください。★は対象者に健康診査票を送付します。

名称	とき 内 容	対象・定員	申込先
乳幼児の健康診査	4か月児★ 7か月児★ 各指定医療機関での個別健診		
	1歳6か月児 7月25日・26日／受付=午後0時半～1時半	平成23年1月生まれ	
	3歳児 7月11日・12日／受付=午後0時半～1時半	平成20年12月生まれ	
	1歳児歯科 7月18日・19日／受付=午後0時半～1時	平成23年7月生まれ	
	2歳児歯科★ 対象=平成22年1月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診		
離乳食教室	7月30日（月）、午後1時～2時半／受付=正午～午後0時50分 離乳食講話／グループレッスン／ミニ講話（親子のふれあい、これから始める歯みがき）／身長・体重測定／育児相談	平成24年2月生まれ	7月9日から、弘前市保健センターへ。
ベビー相談	7月20日（金）／受付=午後1時半～2時（相談が終り次第終了） 子育て相談／身長・体重測定 ※歯の相談を希望する人は普段使っている歯ブラシの持参を。	乳児（1歳未満）とその家族	7月6日から、弘前市保健センターへ。
キッズ相談	7月20日（金）／受付=午前10時～11時（相談が終り次第終了） 子育て相談／発達相談（時間予約制）／身長・体重測定／保育士のミニ講話（午前11時～） ※歯の相談を希望する人は普段使っている歯ブラシの持参を。	幼児（1歳以上）とその家族	7月6日から、弘前市保健センターへ。



## 定期予防接種 G・日本脳炎

通年接種です。対象は「健康と福祉ごよみ」で、受付時間は指定医療機関で確認し、早めに接種を。

## 【ポリオ（小児まひ）】

春季のポリオ生ワクチン接種は終了しました。なお、9月からは不活化ワクチンへ切り替わる予定です。切り替わった場合、生ワクチンを1回も受けない人は不活化ワクチン4回（注射）接種、1回受けた人は不活化ワクチン3回（注射）接種が必要となります。不活化ワクチンについては、国から詳しい情報が入り次第、お知らせします。



## 検 診 市の各種検診は、年度内に1回受診できます。

名称	とき 内 容	対象・定員	問い合わせ・申込先
セット検診	7月17日～8月10日（日曜日を除く）※7月18日・26日、8月1日・8日・9日は女性限定 胃・肺・大腸がん検診（50歳以上は前立腺がん検診も受診可）別途500円	40歳以上の市民（職場で受診できる人を除く）※定員になり次第締切。	
	1,900円（市の国保加入者は950円、70歳以上の人には無料）		
女性の健康診査	7月21日・31日、8月1日・9日 ※31日は託児あり（乳幼児10人まで）。8月1日・9日は女性限定 血液検査、尿検査、内科診察、骨密度検査など	18歳～39歳の主婦や自営業の女性（職場で受診できる人、妊娠中やその疑いのある人などを除く）※定員になり次第締切。	
	800円		
医療機関での検診	胃・大腸・前立腺がん検診、骨密度検査、結核検診は、医療機関でも受診できます。直接、「市の検診」と伝えて問い合わせを。詳細は「健康と福祉ごよみ」で確認するか、健康推進課へお問い合わせください。		

食生活改善推進員  
養成講座

栄養や食生活についての知識や技術を学び、「食」を通じた健康づくり活動を行うボランティアを養成する講座です。

△とき 8月28日、9月3日・10日・18日・25日、10月1日・9日・19日・23日の午前10時～正午

※初日と最終日は午後1時から。

△ところ 弘前市保健センター

△内容 食生活改善、生活習慣病の予防、食品衛生、献血作成、調理実習など（10単位（おおむね20時間）の受講が必要）

△対象 全日程受講できる人で、受講後、食生活改善推進員として活動できる市民=30人（先着順）  
※託児室を用意します。

△受講料 1,650円（テキスト代として）

△申込先 7月31日までに、弘前市保健センターへ。



## こころの健康相談

市民対象の保健師による無料面接相談です。事前に電話で申し込みを。

△7月・8月の相談日

7月=10日（火）・24日（火）  
8月=14日（火）・28日（火）  
※時間は午前9時～午後3時半。

△ところ 弘前市保健センター

△予約受付時間 午前8時半～午後5時（土・日曜日、祝日を除く）

△予約先 弘前市保健センター

※「こころの病気」の治療をしていない人を優先します。現在治療している人は、まず主治医に相談を。

## 第26回 市民の健康まつり 7月7日(土)・8日(日)

市民の健康まつりは、市民の皆さんの健康増進のため、健康づくりに関連した団体の協力により開催しています。

健康に関するクイズラリーや各種相談・検査・測定、AED体験などの子どもから大人まで楽しめる各種コーナーのほか、市内の小学生から募集した元気いっぱいのポスター、川柳・俳句の作品展示など内容も盛りだくさんです。

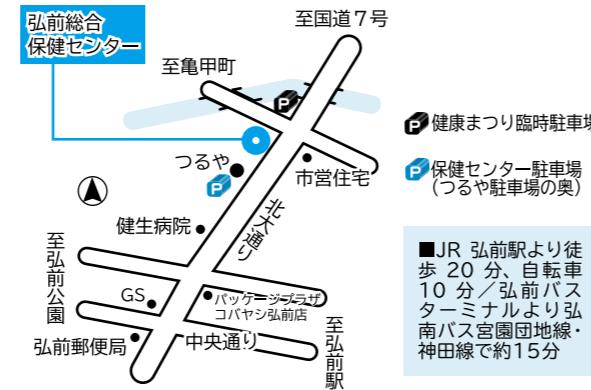
7月8日の午後1時半からは、国際セラピードッグ協会代表でブルースシンガーでもある、大木トオルさんによる特別講演会も開催されます。入場は無料です。家族そろっておいでください。

▽とき 7月7日の午前10時～午後4時と8日の午前10時～午後3時

▽ところ 弘前総合保健センター（野田2丁目）

※当日は駐車場が込み合いますので、なるべく公共交通機関の利用や、自家用車に乗り合わせておいでください。

▽問い合わせ先 健康推進課（弘前総合保健センター内、☎37・3750）



コーナー名	内 容
セ ン タ ー 1 階 くすり110番コーナー ※7月7日のみ	おくすり相談・健康商品と健康飲料の試食試飲・健康関連ポスター・資料展示
健康クイズラリー	健康に関する問題を解きながら会場巡り
展示即売コーナー	作品の展示、手づくりパン・お菓子などの販売
放射線技師会コーナー	骨塩定量測定・放射線パネル展示など
つがる弘前農協 農産物直売所	地場野菜や加工品の販売
セ ン タ ー 2 階 歯科技工士会コーナー	パネル展示・石こう人形の色付け体験・ミニチュア入れ歯の作成など
食生活改善コーナー/お料理実験コーナー	ポスター掲示・試食提供・ポップコーン作り
リハビリコーナー	ポスター展示・リハビリ相談・測定（握力・片足立位・長座体前屈）
心肺蘇生法（AED）体験コーナー	心肺蘇生法体験・救急事例のビデオ上映など
検査コーナー	簡易血糖測定・尿定性検査・尿中塩分濃度測定
糖尿病相談コーナー	糖尿病の療養についての相談・その他生活習慣病の健康相談
ジェネリック医薬品コーナー	ジェネリック医薬品についての説明、ジェネリック医薬品に切り替えた際の差額計算など
体組成測定コーナー	内臓脂肪レベルなどの測定
健康づくりコーナー	メタボリックシンドロームやがん予防、心の健康づくりについてのポスター展示など
食と健康コーナー『血管年齢チェック』	血管年齢の測定・健康クイズ・塩分に関する展示物など
栄養相談コーナー	栄養相談・栄養クイズなど
予防接種相談コーナー	子ども・大人の予防接種に関する相談
こども子育てコーナー	子育て相談、赤ちゃん人形の抱っこ・おんぶ・着替え体験など
母乳相談コーナー	母乳に関する相談・授乳スペースなど
ゲームコーナー	子どもから大人まで楽しめる、楽しいゲームのコーナー
歯つらつ健口コーナー	ブラッシング指導・健口体操・酸蝕歯（さんしょくし）について
歯科健康相談コーナー	歯科健康相談
	口腔（こうくう）がん検診の体験 ※午前10時～正午
看護専門学校コーナー	手洗いチェックコーナー、うつ病に関するポスター展示など
ポスター、川柳・俳句入賞作品展示	健康を題材にした市内小学生の作品展示
イベント名	とき・問い合わせ先など
よい歯のシニアコンテスト	とき…7月7日/受付・審査…正午～午後0時半/表彰式…午後1時15分～1時半/対象…60歳以上で自分の歯が20本以上ある人/問い合わせ先…弘前歯科医師会（☎27・8778）
ポスター、川柳・俳句入賞者表彰式	とき…7月8日、午前10時半～11時半/問い合わせ先…健康推進課（☎37・3750）
特別講演会「セラピードッグ 動物介在療法～人と犬の命の絆～」	とき…7月8日、午後1時半～2時半/講師…大木トオルさん（国際セラピードッグ協会代表）/問い合わせ先…弘前市医師会事務局（☎32・2371）

# もっと②♥弘前！！

学生企画コーナー

## 弘前ストリートダンス & パフォーマンス フェスティバル 2012

5月12日、昨年の11月に引き続き、今年も弘前ストリートダンス&パフォーマンスフェスティバルが行われました。このイベントでは、交通規制により歩行者天国となった土手町通りで、ダンス・スケートボード・BMX・アート・DJ TIME・大道芸・ワークショップ・オープンカフェなどのさまざまな催しが開かれました。

まず、私たちが最初に向かったのは、学生限定5 on 5 ダンスバトルです（写真左下）。集まつたのは小学生～大学生のダンスチーム。ダンスの知識について皆無なひろ♥レポメンバーでしたが、その種類やダンス人口の多さにとても驚くとともに、弘前にはこんなにも熱気溢れる若者たちがいるんだということに感動しました。バトルの出場者は、全国各地から集まつた人たちで、年齢も性別も違う人同士が、さまざまな種類のダンスで観客を魅了していました。バトルといえども、ダンスをやり切つた後に笑顔で互いに握手する姿はとてもりしく、ダンスをしている人同士だからこそきずながあるのだと感じました。

次に向かったのはスケートボードバトルです（写真右）。お互いの技を競い合い、天井すれすれまで飛んで技を披露。メンバー一同そのすごさに圧倒されました。



当日は気温も上がりらず、あいにくの雨模様でしたが、それでもたくさんの人たちでぎわい、街自体もいつもより生き生きしていて、私たちもとても有意義な時間を過ごすことができました。今後もこのようなイベントが増えて、弘前を若者たちの力で良いものにしていけたらいいと思いました。

（取材・石郷岡）

### ひろ♥レポ取材 私たちがんばってます！ 今日はこの人ー!!



#### Profile

岩渕伸雄（いわぶちのぶお）  
岩手県出身。現在、ストリートダンススタジオ「FUNKY STADIUM」の代表を務め、市内を中心にダンスイベントなどを企画し、若者が活躍できる場を提供している。

ストリートダンススタジオ「FUNKY STADIUM」代表 岩渕伸雄さん

#### “若者が活躍できる場を作りたい!!”

岩渕さんは弘前大学大学院出身。大学で知り合った友人に誘われ、ストリートダンスを始めた。「弘前に来てからの生活はほとんどがダンスだった。ダンスで知り合った人数のほうが多かった」と岩渕さんは語る。ダンスを通じて弘前で何かできないかと考え、それまで弘前になかった“ダンススタジオ”を5年前に開設した。「ストリートダンスをもっといろんな世代に知ってもらいたい。県外から来た自分が青森県に残りたいと思うくらい、県内には、ダンスを発信できる力があるのではないか」と考えたからだそうだ。現在スタジオには、4歳から50代までさまざまな世代の人が通っており、生徒数は250人以上。彼はダンスの楽しさについて、「ストリートダンスは常に進化しており、正解のダンスなどはない。ダンサー自身がどれだけ楽しめるかが大切だ」と語る。

現在は、弘前を中心にダンスイベントなどを開催し、ダンスに打ち込む若者たちに活躍の場を提供している。本年5月に土手町で行われた「弘前ストリートダンス&パフォーマンスフェスティバル」も彼らのスタジオが企画・運営したものだ。（取材・今井）

ひろ♥レポとは…若者目線で弘前のこと伝えようと発足された、広報ひろさきで学生企画コーナーを担当する女子大生グループです。私たちと一緒に広報原稿を作ってくれる女子大生（市内在住）を募集しています！問い合わせ・応募やご意見・ご感想はEメール（hiro.repo@gmail.com）で。Twitter（@HiroRepo）もやってます！興味のある人はどうぞ（^々^）

読者の  
ひろば今月のテーマ  
「夏の思い出」

読者のひろばは皆さんから寄せられたハガキなどでつくるページです。

## ホタルの思い出

私が子どもの頃は、やたらに蚊がたくさんいました。それでどこの家でも、かやを使っていたものです。

当時は近所の小さな川でも、ホタルがいっぱいいました。それを網で取ってきて、かやの中に放して電気を消すと、ホタルが光を放ち、とて

も幻想的な気分になりました。今の子どもたちには、説明してもなかなか分からることだと思います。今も忘れない懐かしい思い出です。  
(細川安津子さん)

## お盆の送り火

弘前に移り住んで十数年経ちますが、移り住んで間もないお盆のころ、市内を車で通ると、各家の玄関先で何かが燃えている。この家もあそこの家もそこら中の家々で。後でそれはお盆の送り火であることを知りました。私の生まれ育ったところにはそういう風習がなかったので、初めて見たときは、とても不思議な光景に思い、びっくりしました。  
(P.N.みけさん)

## 冷たいタオルで

今から50年も前のこと、小生は調理員として勤務していた。真夏、

猛暑の日、熱源を使う調理室の温度は42度以上。もちろんクーラーもない。親切な先輩から、「暑いからと言って水ばかり飲んでいると必ず胃炎になるよ」と注意を受けてからは、冷やしたタオルを首に巻き付けて、何度も交換し夏を過ごしたものでした(P.N.須郷井蛙さん)

来月の  
テーマは

## 「旅」です。

…テーマにまつわるエピソードをお寄せください。身近で起こった出来事や市内で開催された行事に参加した感想など、テーマ以外でも構いません。  
※投稿方法など詳細は31ページをご覧ください。

PRESENT  
読者プレゼント

「広報ひろさき」へのご意見・ご感想をお寄せください。

小惑星探査機「はやぶさ」プロジェクトマネージャー・川口淳一郎教授の直筆サイン入りクリアファイルと映画「はやぶさ 遙かなる帰還」のパンフレット(非売品)をセットにしたものをお選びで10名様にプレゼントします。なお、皆さんから寄せられた意見などは、今後のよりよい誌面づくりのための参考とさせていただきます。

▽応募方法 ①住所、②氏名、③年齢、④性別、⑤電話番号、⑥本誌へのご意見・ご感想、⑦件名「はやぶさプレゼント希望」を記入し、郵送、ファックスまたはEメールで、広聴広



10名様

報課広報係(〒036-8551、上白銀町1の1、☎35-1194、ファックス35-0080、Eメールkouhou@city.hirosaki.lg.jp)へ。

▽応募締切 7月11日(必着)  
※応募は1人1通までとし、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。なお、応募に際して取得した個人情報は、プレゼントの発送のみに使用します。

8月生まれ  
写真募集中!

1歳の記念に写真を掲載してみませんか。

★対象 平成24年8月に1歳の誕生日を迎える市内在住の子

★掲載内容 子どもの写真・氏名(ふりがな)・生年月日・住所(町名まで)

★応募方法 ①子どもの写真1枚(プリント・データのどちらか)に、②子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・性別、住所、保護者氏名、電話番号を記入したものを添えて、7月11日(必着)までに、郵送、持参またはEメールでご応募ください。

★問い合わせ・応募先 広聴広報課広報係(〒036-8551、上白銀町1の1、市役所2階、窓口258、☎35-1194、Eメールkouhou@city.hirosaki.lg.jp)



Happy Birthday to you!

Smile  
通信

## 7月生まれ



おだぎり はるき  
小田桐 暖樹くん  
H23.7.18生(種市)



くどう さわき  
工藤 爽喜くん  
H23.7.22生(青山1)



おの あやか  
小野 彩華ちゃん  
H23.7.19生(茂森新町4)



つがわ ゆうしん  
津川 侑心くん  
H23.7.5生(南富田町)



つがわ いっしん  
津川 一心くん  
H23.7.5生(南富田町)



いしざわ せいり  
石沢 惺琉くん  
H23.7.16生(細屋町)



こうさか ひろと  
高坂 大翔くん  
H23.7.26生(高田1)



きたやま だいち  
喜多山 大地くん  
H23.7.9生(愛宕)



こん しい  
今 志衣ちゃん  
H23.7.3生(新岡)



じん かいと  
神 凱斗くん  
H23.7.8生(桔梗野5)



いわや りゅう  
岩谷 龍くん  
H23.7.28生(城東中央5)



たてやま おとか  
館山 青郁ちゃん  
H23.7.6生(清野袋1)



いしおか とわ  
石岡 飛和くん  
H23.7.9生(清原3)



さかもと みりあ  
坂本 実莉杏ちゃん  
H23.7.19生(館後)



あべ いつき  
阿部 樹くん  
H23.7.26生(泉野3)



ふじた こう  
藤田 夏羽ちゃん  
H23.7.12生(石川)



わたなべ  
渡邊 みらいちゃん  
H23.7.10生(大開3)



しま そうすけ  
島 壮佑くん  
H23.7.20生(早稲田1)



なかがわ なつき  
中川 夏希ちゃん  
H23.7.5生(早稲田1)



さわだ としぱ  
澤田 利周くん  
H23.7.31生(駒前町)



むらかみ ひなた  
村上 陽大くん  
H23.7.29生(田園1)



たまだ かいと  
玉田 凱斗くん  
H23.7.19生(新法師)



つるや かんか  
鶴谷 柏七ちゃん  
H23.7.8生(城西3)



なかむら たかね  
中村 天音ちゃん  
H23.7.1生(浜の町東1)



なりた はな  
成田 羽那ちゃん  
H23.7.4生(清原4)



かさい りゅうせい  
葛西 龍生くん  
H23.7.25生(小友)



いのうえ みゆき  
井上 みゆきちゃん  
H23.7.26生(駒前町)



さとう まり  
佐藤 真理ちゃん  
H23.7.26生(駒前町)



たなか まり  
田中 真理ちゃん  
H23.7.26生(駒前町)



たなか まり  
田中 真理ちゃん  
H23.7.26生(駒前町)

# さらっと一句・川柳

今月のお題

「山」

我住まい山の中腹熊も住む  
胸の奥響く山彦師の言葉  
食事した妻は“ベゴ”なる“山”となる  
入山もマナー守らず助け呼ぶ

半月板登山したいと泣いている  
岩木山十二單衣に守られて

亡父の山ホップステップして越える  
山菜は年金補填の宝の山

にがい味山かけ試験に泣いた我  
一度でいい我が人生にも山欲しい

ふる里の山川風は遠い国  
山の幸採れる目がなしもちぐされ

幾山河越えて掘んだ幸一つ  
山のべに咲くジギタリス想い秘めて

岩木山十二單衣に守られて  
山菜は年金補填の宝の山

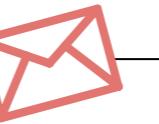
亡父の山ホップステップして越える  
岩木山十二單衣に守られて

にがい味山かけ試験に泣いた我  
一度でいい我が人生にも山欲しい

ふる里の山川風は遠い国  
山の幸採れる目がなしもちぐされ

幾山河越えて掘んだ幸一つ  
山のべに咲くジギタリス想い秘めて

豊田 一戸 一彦  
清藤 一戸 一彦  
白戸 和賀  
工藤 幸男  
藤代 澄雄  
石沢 和子  
吉川 ひとし  
福田 りこ  
榎夢 ひとし  
新仁 ひとし  
三上 和子  
古山 祈歩



どしどし  
応募を!

## 8月1日号の投稿募集

◎読者のひろばお便りテーマ  
「旅」

…家族旅行、一人旅、忘れられない旅、旅先の失敗談など、旅にまつわるエピソードをお寄せください。  
※身近で起こった出来事や市内で開催された行事に参加した感想など、テーマ以外でも構いません。

◎川柳のお題「半」

…お題から自由に発想して、一句ひねってみてください。

▼応募方法 次の事項を記入し、7月11日（必着）までに、郵送、持参、ファクスまたはEメールで応募を。

①住所・氏名・ペンネーム（希望者のみ）・電話番号

②お便りタイトル・エピソードなど（200字程度）または川柳（1人一句まで）

※なお、応募多数の場合は、採用されない場合もあります。

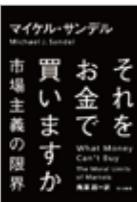
▼問い合わせ・応募先 広聴広報課  
広報係（〒036-8551、上白銀町1の1、市役所2階、窓口258、☎35-1194、ファクス35-0080、Eメールkouhou@city.hirosaki.lg.jp）

どっしりと母のお尻はまるで山  
故郷の富士が逆さに映り夏  
通勤時登り下りで躊躇なる  
登山靴葉桜の中空を見る  
旬の菜かくし山こに真っしぐら  
岩木山台地横切り巖鬼山  
フキワラビ山では嫌いな虫は無視  
神様も魔物も住むというお山

山本 まさ子  
稻見 則彦  
成田 田中  
野原 稲見  
米澤 長内  
長内 成田  
好明 よう子  
好明 兼弘  
山崎 まや  
山崎 敏昭  
山崎 淳氏

選・広聴広報課

それをお金で買いますか—  
市場主義の限界  
マイケル・サンデル著、早川書房



私たちの生活と密接にかかわる、「市場主義」をめぐる問題。この現代最重要テーマに、国民的ベストセラー『これからの「正義」の話をしよう』のサンデル教授が鋭く切り込む、待望の最新刊。

## NEW BOOKS COMING UP

英雄はそこにいる  
島田雅彦著、集英社



シャーマン探偵ナルヒコは穴見警部の依頼で迷宮入り事件の捜査に協力することになった。神がかり的な犯罪にほんろうされるなか、犯人とは別の、眞の敵が立ちはだかる。ノンストップ・ミステリー長編小説。

美女の七光り(美女入門シリーズ)  
林真理子著、マガジンハウス社



女を卑屈にさせ、自信を失わせるゼイ肉との戦いに勝利！自分史上最高キレイの称号を得たマリコを待ち受けているものは…。波瀬万丈の恋の冒険をつづる。『anan』連載「美女入門」を書籍化。

最高に心地のいい住宅をデザインする方法 [エクスナレッジ・ムック]  
エクスナレッジ社



本書で紹介されている50軒の住宅は、ここ数年内に竣工したもの。敷地や周辺環境との関係、構造、材料、設備など、現代日本の戸建住宅が、どのような方向を目指しているのかを知るための優れた事例集。

## 弘前図書館近着図書紹介

ダヤンと恐竜のたまご—  
ダヤンの冒険物語  
池田あきこ著、ほるる出版



ある日、とても大きなたまごを見つけたダヤンは、そのたまごに絵を描いてイースターのお祭りに出すこと。ところが、そのたまごから恐竜の赤ちゃんが産まれて…。おなじみダヤンの新・長編シリーズ第2弾。

### 弘前図書館DATA

▽開館時間 平日…午前9時半～午後7時／土・日曜日、祝日…午前9時半～午後5時  
▽ところ 下白銀町（追手門広場内）

▽休館日 毎週月曜日・第3木曜日（祝日の場合は翌日に振替）、年末年始、蔵書点検期間  
TEL 32-3794

弘前市食生活改善推進員会

旬の野菜をデザートに！  
ミニトマトのコンポート

トマトは熱を加えることで甘みが増します。ミニトマトや豆腐がデザート感覚でおいしくなるメニューです。

食改さん  
おすすめ  
レシピ  
File.07

材料（4人分）  
ミニトマト…20個  
豆腐(絹ごし)…1/4丁(100g)  
レモン…1/2個  
(レモン汁の場合は大さじ2)  
砂糖…70g  
水…1カップ



### 調理のポイント！

レモンの皮が気になる場合は、皮をむいて使うか、レモン汁でもおいしく作れます。  
※輸入レモンの皮には、防カビ剤などの農薬が付着しているので、皮ごと使う場合は、国産のレモンを選びましょう。

のを、ふた付きの容器に入れて冷蔵庫で冷やす。  
④器によく冷えたミニトマト、1cm角に切った豆腐を入れ、シロップを注いだら出来上がり。  
■1人分の栄養価 エネルギー／100kcal、タンパク質／2.1mg、脂肪／1.0g、カルシウム／20mg

# 弘前 ねぶたまつり

開幕まであと1ヶ月!  
8月1日~7日

## 有料観覧席の販売開始

有料観覧席は、桜大通りとJR弘前駅前のタクシー乗り場、ベストウェスタンホテルニューシティ弘前の前などに設置されます。販売は7月1日からです。販売場所など詳しくは問い合わせを。

### △料金

○桜大通り 個人（いす席）…1,500円（ガイドブック、うちわ、りんごジュース付き）／団体（10人以上・桟敷席）…高校生以上=1,500円（ガイドブック、うちわ、りんごジュース付き）、小・中学生=700円（うちわ、りんごジュース付き）

○駅前 個人・団体（いす席）…1,500円（ガイドブック、うちわ、りんごジュース付き）

△問い合わせ先 弘前観光コンベンション協会事務局（☎ 35・3131）

## 合同運行の出発時間

8月1日~4日=午後7時、桜大通りから出発／8月5日・6日=午後7時、中央通りから出発／8月7日（なぬかび）=午前10時、松森町ふれあい広場交差点から出発／（仮称）なぬかびスペシャル=8月7日、午後6時~8時半、岩木川河川敷（悪戸）

※1日から4日まで、桜大通りでは、ねぶたの出陣に先立ち、津軽情っ張り（じょっぱり）大太鼓の勇壮な演技を披露。

△まつりの問い合わせ先 市立観光館（☎ 37・5501）

## ねぶた運行コース



「ひろさき街歩き」は、街歩きガイドが観光客と一緒にまちなかを歩き、有名な観光スポットのほかに、地元の人でも今まで知らなかったようなところや昔懐かしい雰囲気を味わえるところ、また、これまで一般的には入りづらかったところなどを巡るもので、いろいろな弘前の魅力を発見できるメニューづくりがなされています。

今回も、コースメニューの中から1つを紹介します。

詳しくは

ひろさき街歩き で 検索  
machi-aruki.sakura.ne.jp

## 路地裏探偵団と行く

ローカル線と  
チャリンコの旅  
「風になれ!」



弘南鉄道大鰐線に自転車を持ち込むことを知っていますか？その名もサイクルトレイン。ローカル線の車窓からの景色を楽しんだ後は、自転車に乗って自然豊かなアップルロードをサイクリングします。

### 【ガイドツアーの内容】

△とき 6月~10月の第1・3日曜日、午前9時~午後0時半

△ところ アップルロード、土淵川サイクリングロードほか

△集合場所 まちなか情報センター（土手町）インフォメーション

※自分の自転車か「サイクルネットHIROSAKI」の観光用貸出自転車（有料）で参加を。

△参加料 1,000円（電車乗車券代含む）

△申し込み 参加日の1週間前まで

△問い合わせ・申込先 弘前観光コンベンション協会（☎ 35・3131）



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。

