

市民ボランティアによる パソコン講座		▽参加料 無料 ▽持ち物 運動できる服装、腰ひも、足袋（靴下可）、扇子（貸し出し可） 📍神刀剣桜流剣詩舞剣桜館（佐藤さん、☎携帯 090・9637・6377、📠96・2660）	
【インターネット講座】 ▽とき 5月18日・25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 インターネットの利用方法など ▽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 ▽参加料 無料 ▽持ち物 筆記用具、昼食 ▽受け付け開始 5月4日、午前8時半から ※定員になり次第締め切り。電話でも受け付けます（受け付け時間は午後5時まで）。 📍学習情報館（総合学習センター内、☎26・4800）		平成26年度 弘前市女性大学受講生募集	
第18回日本医療保育学会 市民公開講座		身近な課題を取り上げ、より良い地域づくりのため開講します。本年度は第50回を記念し、市政・時事・文化などに関する特別講演と、2泊3日の研修旅行（2月）を計画しています。 ▽とき 5月26日～平成27年3月16日（計10回）、午前10時～正午 ※内容により時間変更あり。 ▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）ほか ▽対象 市内在住の女性 ▽受講料 年2,500円（資料代・通信費として） ▽申し込み方法 受講料を添えて事務局へ（電話での申し込みは不可）。また、途中回からの受講もできますが、受講料の軽減はありません。 📍弘前地区女性会事務局（弘前文化センター1階、市社会教育協議会内、☎31・3010、火・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時）	
～こどもの自己肯定感を育（はぐく）むために～ 病児・病後児保育の現場で活躍する「医療保育士」「医療保育」をテーマに公開講座を開催します。 ▽とき 5月31日（土）正午～ ▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）ホール ▽参加料 無料 ※事前の申し込みは不要。 📍あらいこどもクリニック（福土さん、☎兼📠27・2010）		文化グループ講習会	
剣舞・詩舞 初心者講習会		【自分が作る器が一番！やきもの体験講座】 中央公民館（下白銀町、弘前文化センター内）で活動している「やきもの愛好会」の会員が講師となり、一般向けの講習会を開催します。 なお、初心者、経験者は問いません。 ▽とき 6月5日・12日・26日、7月3日の午後6時半～9時 ▽ところ 弘前文化センター3階工作実習室 ▽内容 自由作品制作（成形2回、釉薬（ゆうやく）がけ1回、鑑賞会1回） ▽定員 20人（先着順） ▽参加料 2,500円（材料費として） ▽持ち物 エプロン、使い古しのタオル	
5月31日までに、中央公民館（☎33・6561、📠33・4490、📧chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み）へ。		脳トレ&ミニバンス ボール教室	
片手で持てるほどの小さなゴムボールを使って、無理なく誰でも始めることができるストレッチ体操です。 ▽とき 6月2日～30日の毎週月曜日＝午後1時半～2時半、木曜日＝午前10時～11時 ▽ところ 弘前B＆G海洋センター（八幡町1丁目）武道場 ▽内容 ミニバンスボールを使ったストレッチ体操、ミニゲーム ▽対象 市民＝30人 ▽参加料 無料（各自傷害保険などに加入を） ▽持ち物 飲み物、汗ふきタオル、運動のできる服装 ▽申し込み方法 往復はがきに、住所・氏名・生年月日・電話番号・教室名・ボールの有無を記入し、5月20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の1）へ。 ※家族や友人同士での参加の場合は、はがき1枚で応募可。応募多数の場合は抽選で決定。 📍克雪トレーニングセンター（☎27・3274）		歌で3つの力をアップしませんか！～手話音楽等体験育成事業～	
手話音楽をご存じですか？英語を交えながら手話音楽を楽しむことで表現力・英語力・コミュニケーション力の3つの力が向上します。初心者も歓迎します。 ▽とき 6月15日（日）午後1時半～3時 ▽ところ 石のむろじ（早稲田3丁目） ▽内容 指でつくる字ってなあに（練習曲・崖の上のポニョ）／英語発音の「基本」ってなあに（練習曲・People of the world ほか）／顔と体の表現力をきたえよう（練習曲・天使の羽のマーチ）		▽講師 木村直美さんほか（ピアノ伴奏・鈴木久日子さん） ▽対象 小学生以上＝20人程度 ▽参加料 無料 ※事前の申し込みが必要。 📍ねむの会ファミリーコーラス（三浦さん、☎携帯 090・4552・2411）	
青森県武道館の各種教室		【武道教室】 ▽柔道教室 毎週火・金曜日の午後6時～9時 ▽空手道教室 毎週月・木曜日の午後7時～9時 ▽少林寺拳法教室 毎週火・土曜日の午後6時～9時 ▽剣道教室 毎週土曜日の午後4時～7時 ▽参加料 各教室月額500円（別途スポーツ安全保険料が必要） ※少林寺拳法については登録料が必要になります。 【青森県武道館武道等普及振興事業】 ▽なぎなた教室 5月9日～11月14日の毎週金曜日、午後7時～9時 ▽募集人数 20人 ▽参加料 無料（別途スポーツ安全保険料が必要） ～共通事項～ ▽対象 小学生以上 ▽ところ 青森県武道館（豊田2丁目） ▽受け付け 教室開催期間中は随時受け付けします。 ▽その他 教室参加とは別に、試合への出場や段級審査には、各団体への登録料が必要となります。 📍青森県武道館（☎26・2200）	
チビッコバスケットボール教室		バスケットボールの体験からスキルアップを目指すコースまでそろえています。 ▽日程と内容 ①金曜コース（経験者用）＝毎週金曜日の午後7時～9時／②木曜夜コース＝毎週木曜日の午後7時～9時／③木曜夕方コース＝毎週木曜日の午後4時半～6時半／④土曜コース＝毎月第1・3土曜日の午前9時半～11時半	
※②～④は体験用です。 ▽ところ ①＝東小学校（城東中央5丁目）体育館／②・③＝青森県武道館（豊田2丁目）／④＝朝陽小学校（在府町）体育館 ※場所が変更になる場合があります。事前にご連絡ください。 ▽対象 ①＝小学校3～6年生／②・③・④＝小学校1～6年生 ▽参加料 ①・②・③＝月3,000円／④＝月1,500円（当日徴収、初回無料体験有り） ▽持ち物 内履き、動きやすい服装、汗ふきタオル、飲み物、5号バスケットボール（無くても可）など 📍スポネット弘前（☎32・6523、日曜を除く、午前9時～午後9時〈水・木曜日は正午から〉）		roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/	
その他		最低工賃の改正	
青森県電気機械器具製造業の最低工賃が、5月1日から改正されました。最低工賃は、工賃の低い家内労働者の労働条件の改善を図るため、家内労働法に基づき決定されるものです。 詳しい改正内容については、お問い合わせください。 📍青森労働局賃金室（☎青森 017・734・4114、📠http://aomori-		青森県電気機械器具製造業の最低工賃が、5月1日から改正されました。最低工賃は、工賃の低い家内労働者の労働条件の改善を図るため、家内労働法に基づき決定されるものです。 詳しい改正内容については、お問い合わせください。 📍青森労働局賃金室（☎青森 017・734・4114、📠http://aomori-	
岩木川市民ゴルフ場がオープンしました！			
ゴルフコースが、さらに利用しやすい料金になりました。短命県返上、健康増進のため、さわやかな汗を流しませんか。 ▽ところ 岩木川河川敷地内（向外瀬～清野袋） ▽使用料 ○ゴルフコース 一般＝1,080円、小・中学生および高校生540円 ○ニュースポーツコース（1時間） 一般＝60円、小・中学生および高校生＝30円 ※ニュースポーツコースは、当面スナッグゴルフ体験コースとして使用できますが、今後グラウンドゴルフコースやターゲットバードゴルフコースも設置する予定です。 ※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。年齢や住所を確認できるものの提示を。 📍岩木川市民ゴルフ場（☎36・7855）			