

意見や提案をお
寄せください

弘前市中心市街地活性化基本計画（案）に 対するパブリックコメントを実施

市では、中心市街地活性化に向け、商業者・行政・関係機関などが一体となって取り組んでいくため、新たな「弘前市中心市街地活性化基本計画」の策定を行っています。このたび、計画の原案がまとまりましたので、市民の皆さんから意見や提案を募集するため、パブリックコメント（意見公募手続き）を実施しています。

▽募集期間 3月25日（必着）まで

▽計画（案）の閲覧方法

○市のホームページ

○次の場所で閲覧（土・日曜日を除く）

商工政策課（市役所6階、窓口652）、岩木総合支所総務課（賀田1丁目）、相馬総合支所民生課（五所字野沢）、市民課駅前分室（駅前町、ヒロロ3階）、市民課城東分室（末広4丁目、総合学習センター内）、各出張所

▽対象 ①市内に住所を有する人／②市内に事務所等を有する人または団体など／③市内に勤務する人／④市内の学校に在学する人／⑤本市に対して納税義務を有する人または寄付を行う人／⑥本計画（案）に利害関係を有する人

▽提出方法 指定の様式または任意の様式に、住所、

氏名（法人などの場合は名称および代表者氏名）、在住・在学の別（任意様式の場合は対象①～⑥のいずれか）、件名（任意様式のみ、「弘前市中心市街地活性化基本計画（案）への意見」など）を記入し、次のいずれかの方法で提出を。

①郵送…〒036・8551、上白銀町1の1、商工政策課あて

②商工政策課へ直接持参（土・日曜日を除く）

③ファクス…35・1105

④Eメール…shoukou@city.hirosaki.lg.jp

⑤「わたしのアイデアポスト」へ投函…市役所総合案内所、岩木総合支所総務課、相馬総合支所民生課、市民課駅前分室・城東分室、各出張所に設置
※記入漏れがある場合は意見として受け付けませんので、ご注意ください。また、電話など口頭では受け付けません。

▽意見の公表など 寄せられた意見などは、計画策定の参考とするほか、後日集約し、氏名・住所を除き、対応状況を市ホームページで公表します。なお、個別回答はしませんので、ご了承ください。

■問い合わせ先 商工政策課（☎35・1135）



健康の掲示板

■問い合わせ・申込先 弘前市保健センター（野田2丁目、☎37・3750）

ヒロロ健康サークル

～みんなで体を動かそう！～

日ごろ運動しない人でも、無理なく参加できるサークルです。一緒に体を動かしてみませんか。

▽とき 4月7日～28日の毎週火曜日、午前10時半～11時50分（受け付けは午前10時～）

▽内容 ひろさき健幸増進リーダーによる体操

▽対象 毎回継続して参加できる40歳以上の市民＝25人

▽持ち物 運動のできる服装、室内用シューズ、汗ふきタオル、飲み物

▽申込期限 3月23日（必着）

ヒロロフィットネス・ABC・サークル

▽とき 4月9日・23日、5月14日・28日、6月11日・25日の午前10時半～11時50分（受け付けは午前10時～）

▽内容 ひろさき健幸増進リーダーによる体操

▽対象 毎回継続して参加できる40歳以上の市民＝25人

▽持ち物 運動のできる服装、室内用シューズ、汗ふきタオル、飲み物

▽申込期限 3月26日（必着）



脱メタボクラブ

あなたのやる気応援します

内臓脂肪の蓄積が動脈硬化を促進し、生活習慣病の重症化を進行させます。そこで、自身の体型を改善したい人が集まり、食事と運動により減量を実践します。

▽とき 4月12日（日）、午前10時～11時（受け付けは午前9時半～）※月1回（5月17日、6月21日、

7月26日、8月16日、9月20日、10月4日）の開催を予定。

▽内容 1カ月で1kgの減量と、6カ月後にBMIが25未満になることを目指し、運動と食事を一緒に考えます。ひろさき健幸増進リーダーと一緒に取り組み、1カ月ごとに達成状況を確認します。

※BMI＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）

▽対象 BMIが26以上で減量をしたい市民（治療を必要とする疾患のない人）＝15人

▽持ち物 運動のできる服装、室内用シューズ、汗ふきタオル、飲み物

▽申込期限 3月26日（必着）

市民健康クッキング講座 （3回コース）

講話や簡単なクッキングなど、「食」を通じた健康づくりに関する講座です。

▽とき ①4月8日（水）、②5月13日（水）、③6月10日（水）※時間はいずれも午前10時半～午後1時。

▽内容 食生活改善の講話、簡単な調理実習と試食

▽対象 ①～③すべてに参加できる市民＝15人（初めての人を優先）

▽持ち物 エプロン、三角きん、はし、筆記用具

▽申込期限 3月30日（必着）



～共通事項～

▽ところ ヒロロ（駅前町）3階健康ホール

▽参加料 無料（各自傷害保険などに加入を）

▽申し込み方法 往復はがきに、住所・氏名（ふりがな）・生年月日・電話番号・希望の講座名（サークル名）を記入し、健康づくり推進課

（〒036・8711、野田2丁目7の1）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。

ヒロロ開催の講座などに参加する場合、駐車場はヒロロ駐車場（3時間無料）または、おおまち共同パーク（2時間無料）をご利用ください。

休日在宅当番

▽診療時間 外科・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

外 科		
4/5	弘前温泉養生医院(真土)	☎82・3377
12	北都クリニック(相良町)	☎32・1335
19	弘前温泉養生医院(真土)	☎82・3377
26	山内整形外科(城東4)	☎26・3336
29	福士医院(新里)	☎27・1525

内 科		
4/5	小堀クリニック(中野2)	☎32・7146
12	さがらクリニック(桔梗野1)	☎37・2070
19	伊東内科・小児科クリニック(元長町)	☎32・0630
26	弘前温泉養生医院(真土)	☎82・3377

耳鼻咽喉科・眼科		
4/5	福島耳鼻咽喉科(百石町)	☎32・5032
12	松本眼科(三岳町)	☎31・3211
29	やすはら耳鼻咽喉科(安原3)	☎88・0087

歯 科		
4/5	おおつ歯科クリニック(山王町)	☎32・4832
12	菊地歯科医院(中野1)	☎32・7257
19	大手門歯科(元大工町)	☎33・6030
26	おおしみず歯科クリニック(大清水1)	☎28・5211
29	なかむら歯科医院(末広4)	☎26・0388

◎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。



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、「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ています。今号からは、平成26年度に採択された事業を紹介します。

1

石渡町会ふれあいの集いと自主防災訓練

▽実施団体 石渡町会

▽事業内容 地域住民の交流による絆づくりと地域の活性化を図るため、毎年開催している「ふれあいの集いと自主防災訓練」の健康体操と防災訓練の内容を充実させ、引き続き開催しました。作成した石渡町会版防災冊子をもとに防災講話と避難誘導訓練を行うなど、昨年よりもレベルが高い訓練に地域住民が積極的に参加し、防災意識の向上が図られ、有事の際は助け合いや隣近所への気配りが必要であることを意識づけることができました。

▽事業費／補助金額 21万3,757円／18万円



2

環境教育用だんぶり池下敷き作製活用事業

▽事業団体 ひろさき環境パートナーシップ21

▽事業内容 いろいろな生き物に触れることができる「弘前だんぶり池」で見られる生き物や、生態系を紹介した下敷きを作製しました。完成した下敷きを市内の小学校5年生（全員）や、だんぶり池で観察活動を行う人たちに配布したことにより、夏休みにだんぶり池を訪れる人が増え、市民の関心が高まりました。

▽事業費／補助金額 23万4,349円／21万円

