

hirosaki

「話題」と「笑顔」を届ける総合情報誌 広報ひろさき

2016

6/1

No.247

グラフ特集

弘前さくらまつり



02	目次 たか丸くんのごみ減量速報
03	話題 弘前デザインウィーク
04	グラフ特集 弘前さくらまつり
06	話題 市役所新庁舎がオープン
08	市政情報 ◆平成 27 年度予算の執行状況 ◆クールビズ (COOL BIZ) を今年も実施します ほか
13	フォトコレ in ひろさき 若の里相撲体験教室、弘前りんご花まつり、消防定期観閲式、国際ソーデーマーチ
14	暮らしの information イベント、教室など
23	学生企画コーナー もっと②♥弘前!!
24	Health Information 健康の掲示板 いつまでも歯を大切に 知っておきたい! たばこ情報 ほか
28	読者のひろば smile 通信 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

たか丸くんのごみ減量速報

弘前市の燃やせるごみの排出量

平成 28 年 3 月のごみ排出量	5,198t
1 人 1 日当たりの ごみ排出量	平成 27 年 1,030g 平成 26 年 1,090g 差 -60g

354t 減!!
(昨年同月比)

4,324t 減!!
(昨年比)

弘前市のごみ全体の排出量 (年度累計)

	平成 27 年度	平成 26 年度	差
総排出量	79,335t	83,659t	-4,324t
燃やせるごみ	66,682t	71,040t	-4,358t
燃やせないごみ	2,103t	2,103t	0t
大型ごみ	3,523t	3,344t	179t
資源化ごみ	7,027t	7,172t	-145t

(家庭系・事業系を合計した数値。資源化ごみは容器包装ごみ、古紙類、再生資源回収運動、拠点回収、ボックス回収の合計)



みんなの協力でごみの排出量が年間
4,324t も減ったよ! 本当にありがとう!
でも、全国の自治体と比べるとまだまだご
みの排出量が多い状況なんだ。今年もオール
弘前体制で力を合わせてごみを減らしていこ
うね!

■問い合わせ先 環境管理課資源循環係
(町田字筒井、☎ 35・1130)

【今号の表紙 + 1 枚】 新たな景観



昨年の弘前城天守曳屋 (ひきや) 以降初めての弘前さくらまつり。天守と、それを包み込むように咲く満開の桜の「見たことのない」圧倒的な景観。
+ 1 枚は本丸に設置された展望台から望む天守と桜と岩木山。壮大なスケールで繰り広げられた競演に多くの来場者が感嘆の声をあげました。(関係記事を 4~5 ページに掲載)。



弘前デザインウィーク
HIROSAKI DESIGN WEEK

弘前デザインウィークは、「市民全員クリエイター」を掲げる市民運動です。市民の郷土愛や創造力をはぐくみ、弘前独自の新しい商品や観光資源の開発を行い、世界に情報を発信することで、地方創生を目指します。

弘前デザインウィーク「SAKURA」を開催 - 市民の創造力を育むイベント -

4月23日「SAKURA」オープニング

弘前さくらまつり開会式に合わせてオープニングを開催。アーティストの土佐信道さん (明和電機) のパフォーマンスの後、弘前城城口ロボのデザインを公開するとともに、特別ゲストである歌手の水木一郎さんがテーマソング「超城合体タメノブーンV (ファイブ)」を披露しました。



4月23日・24日 3つのワークショップ



まちなか情報センター (土手町) で土佐信道さん (明和電機) を講師に迎え、子ども達が面白いロボットを考えて形にするワークショップを開催。最優秀に選ばれた作品は今年の秋に開催される「TOKYO DESIGN WEEK 2016」へ弘前代表作品としてロボットの模型が展示されます。



弘前公園内でイラストレーターの中村靖夫さんを講師に、子ども向けの針金アートやペーパーナプキンを使ったお絵かきといった子どもの感性を伸ばすワークショップを開催しました。



弘前公園内で、Instagram が写真の撮り方を教え、弘前の春の魅力を発信するワークショップを開催しました。

5月4日 弘前クリエイター プレゼン&夜桜会

茂木健一郎さん (脳科学者)、伊東豊雄さん (建築家)、廣村正彰さん (グラフィックデザイナー)、川上麻衣子さん (女優・ガラス工芸作家)、弘前市長をコメンテーターとして、弘前のクラフトマンやデザイナー、大学生たちが弘前の未来を彩るアイデアを発表しました。プレゼン大会の後には、ゲストと交流する夜桜会を行いました。



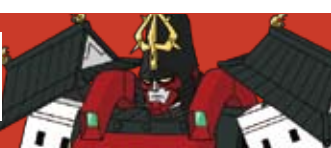
未来の城ロボの アイデアを募集中! 水木一郎さんのサイン色紙を 抽選で3名様にプレゼント



城ロボプロジェクト「超城合体タメノブーンV (ファイブ)」に今後期待することやアイデアをお寄せください。抽選で3名様に水木一郎さんのサイン色紙をプレゼントします。
▽応募方法 ①住所、②氏名、③年齢、④性別、⑤電話番号、⑥城ロボの今後の展開についてのアイデア、⑦件名に「読者プレゼント希望」と記入し、郵送、ファクスまたはEメールで、広聴広報課 (〒036・8551、上白銀町1の1、☎ 40・0494、ファクス 35・0080、Eメール kochokoho@city.hirosaki.lg.jp) へ。

0494、ファクス 35・0080、Eメール kochokoho@city.hirosaki.lg.jp) へ。
▽応募締切 6月24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。
※城ロボプロジェクトの概要は広報ひろさき5月1日号の5ページに掲載しています。

弘前デザインウィーク公式 WEB サイト <http://www.city.hirosaki.aomori.jp/hdw/>
■問い合わせ先 広聴広報課 (〒036・8551、上白銀町1の1、☎ 40・0494、ファクス 35・0080、Eメール kochokoho@city.hirosaki.lg.jp)





グラフ特集
弘前さくらまつり

4月23日から5月5日にかけて弘前公園で開催された弘前さくらまつり。早咲きに対応して4月16日から準まつり体制をスタートし、その期間を含めての人出は236万人を記録しました。



たくさんの笑顔も咲いた。



満開のソメイヨシノ、昨年の弘前城天守曳屋（ひきや）により生まれた天守と桜と岩木山が一度に見られる新スポット、散った桜の花びらがじゅうたんのよう水面に浮かぶ花筏（いかだ）、期間後半を彩る色とりどりの遅咲きの桜。新しいものと変わらないものが見事に融合し、園内は今年も来場者の笑顔であふれました。



来年もまた、
ここで会いたい。



市役所新庁舎がオープンします



7月4日、市役所新庁舎がオープンします。新庁舎は免震工法で建設されており、防災関連の機能が集約され、市の防災拠点として位置付けられるほか、世界的な建築家の前川國男による「前川建築」の継承、省エネ対策としてLED照明の採用や太陽光発電システム等の導入、開放的なラウンジで利用者の健康づくりに配慮したヘルシーメニューを提供する食堂など、「市民のための庁舎」として大きな役割を担うこととなります。

なお、新庁舎のオープンに伴い、市役所本館・新館を含め一部課室等の移動を行います。また、8月以降も庁舎改修に伴う課室等の移動がありますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

■問い合わせ先 財産管理課（☎ 35・1120）



■新庁舎オープンおよび庁舎改修に伴う課室等の移動一覧（平成28年7月中）

			7月4日から	7月18日から
1階	新館	福祉政策課	新庁舎1階へ	本館2階へ
		市民課	新庁舎1階へ	
	新庁舎	国保年金課	新庁舎1階へ	
2階	本館		市民課	
		収納課	新庁舎2階へ	
		市民税課	新庁舎2階へ	
	新館	資産税課	新庁舎2階へ	
		介護福祉課		本館2階へ
		環境管理課分室	新庁舎3階へ	

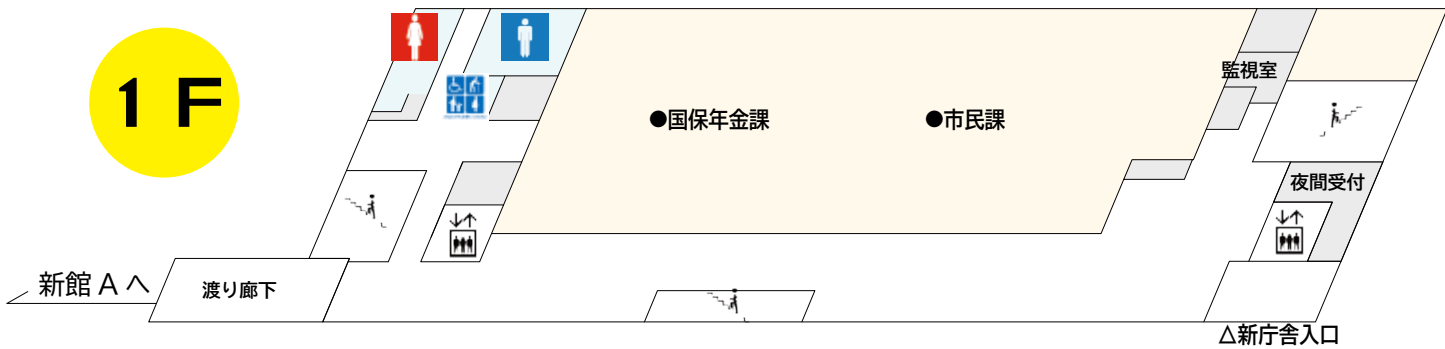
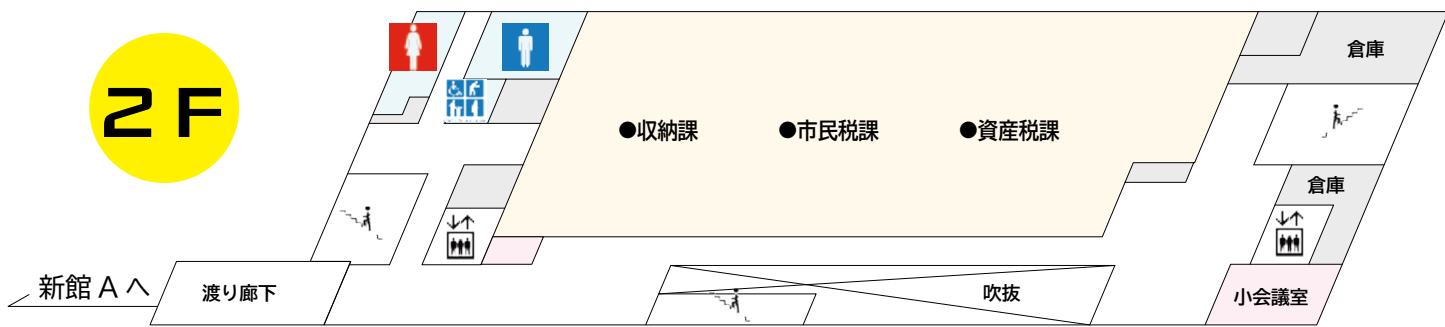
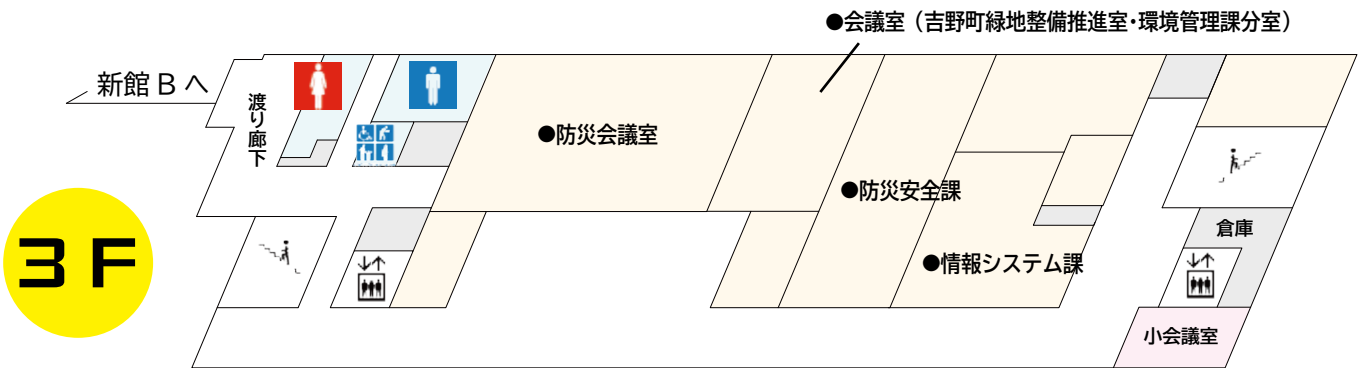
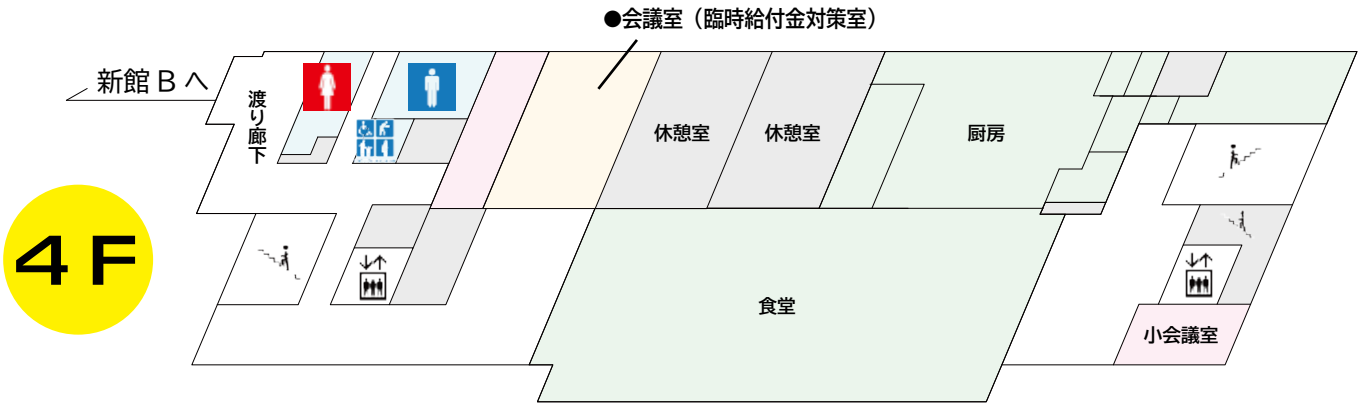
			7月4日から	7月18日から
2階	新館	市民協働政策課		新館3階へ
		町会連合会		新館6階へ
	新庁舎	財務政策課		本館2階へ
		臨時給付金対策室	新庁舎4階へ	
3階	本館		収納課	
			市民税課	
	新館		資産税課	
		防災安全課	新庁舎3階へ	
		情報システム課	新庁舎3階へ	
4階	新庁舎		防災安全課	
			情報システム課	
			環境管理課分室	

			吉野町緑地整備推進室	
			臨時給付金対策室	
			食堂	



新庁舎フロア図

業務スペース 会議室・相談室など 書庫などその他
トイレ 多目的トイレ 階段 エレベーター

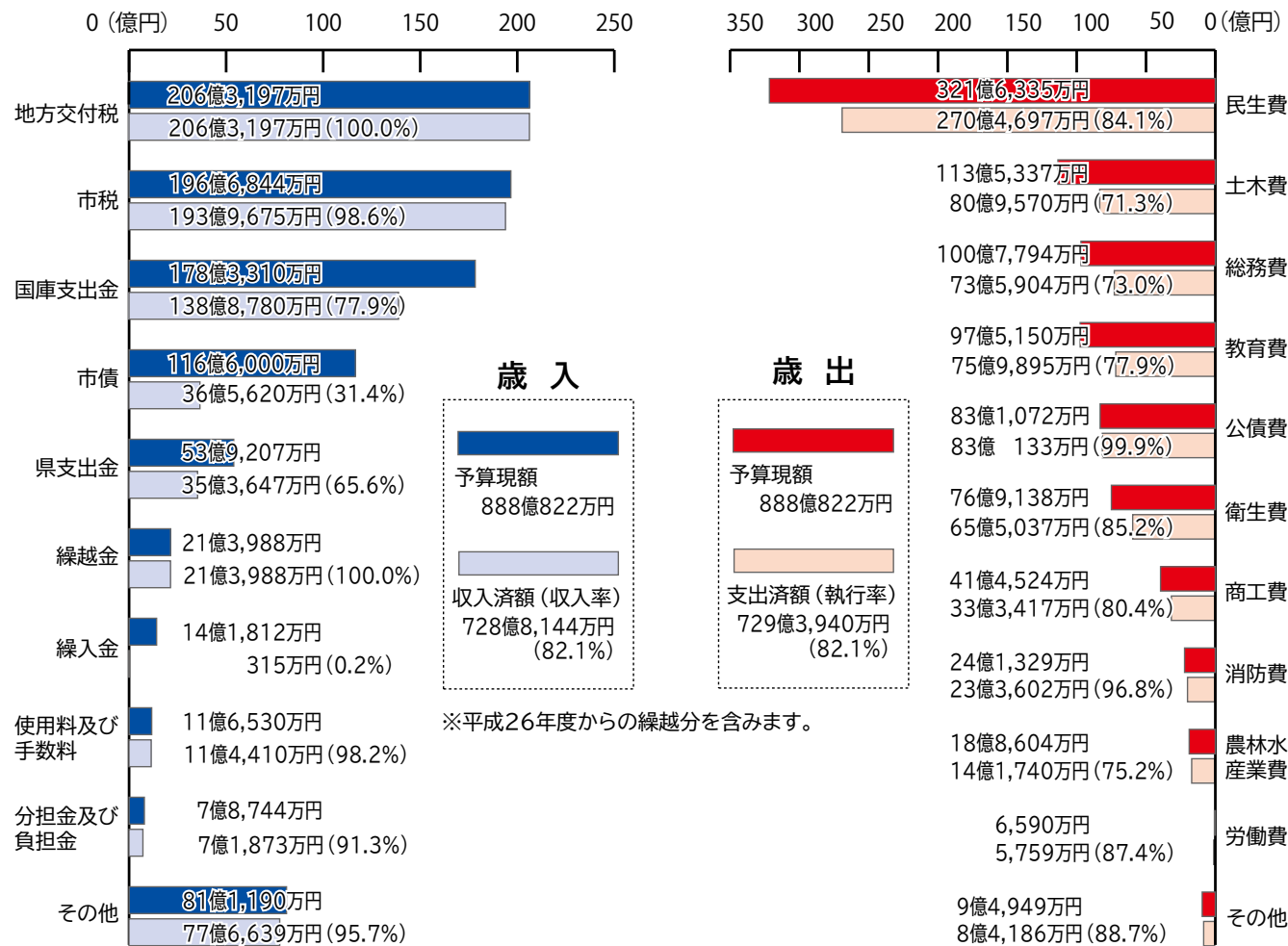


平成27年度 歳入歳出予算の執行状況

市の財政状況は、毎年6月と12月の2回、本誌で紹介しています。1回目となる今号では、平成27年度の予算執行状況（平成28年3月31日現在）を中心にお知らせします。詳しい内容については、財務政策課（☎35・1110）へお問い合わせください。

※金額は1万円未満を四捨五入しているため、合計額が合わない項目があります。

一般会計



特別会計

会計区分	予算現額	収入済額	収入率
国民健康保険	265 億 7,338 万円	205 億 1,055 万円	77.2%
		241 億 5,654 万円	90.9%
会計区分	予算現額	収入済額	収入率
後期高齢者医療	16 億 2,463 万円	15 億 7,701 万円	97.1%
		16 億 2,033 万円	99.7%
会計区分	予算現額	収入済額	収入率
介護保険	183 億 9,638 万円	144 億 7,073 万円	78.7%
		168 億 8,805 万円	91.8%
会計区分	予算現額	収入済額	収入率
岩木観光施設事業	1 億 9,169 万円	3,905 万円	20.4%
		1 億 8,159 万円	94.7%

市有財産

市有財産とは、市所有の建物や土地のほか、特定の目的のために積み立てる基金などの財産のことです。

※平成28年3月31日現在。水道・下水道・病院を除く。

土地	1,449 万 4,886㎡	
うち山林	762 万 5,000㎡	
建物	69 万 7,229㎡	
有価証券	2 億 3,962 万円	
出資による権利	8 億 1,134 万円	
債権	3 億 8,478 万円	
基金	現金	79 億 1,483 万円
	国債など	28 億 4,526 万円
	立木	12 万 5,670㎡
	土地など	6 万 7,441㎡
自動車	327 台	

一時借入金 残高の状況

一時借入金とは、一時的に支払資金が不足する場合に、年度内に返済することを条件に、金融機関などから借り入れる資金のことです。

58 億 1,191 万円

※平成28年3月31日現在。

市債の状況

市債とは、市が多額の経費を要する事業を行う場合に、国などから借り入れをするもので、その借入金を財源として事業を進めています。この借入金は、長期にわたり計画的に返済を行うことから、世代間の公平化が図られます。

一般会計・特別会計 799 億 8,505 万円		
土木	181 億	255 万円
教育	104 億	6,675 万円
総務	35 億	3,329 万円
市民会館	26 億	8,151 万円
公営住宅	25 億	4,006 万円
衛生	23 億	2,332 万円
庁舎	20 億	5,461 万円
給食	18 億	2,922 万円
消防	17 億	9,707 万円
農林水産	16 億	3,463 万円
その他	330 億	2,204 万円

企業会計 628 億 9,459 万円	
下水道会計	449 億 4,161 万円
水道会計	165 億 1,134 万円
病院会計	14 億 4,164 万円

市債残高合計

1,428 億 7,964 万円

市民一人当たり 81 万円
一世帯当たり 181 万円

※平成28年3月31日現在（人数および世帯数は平成28年4月1日現在）。

企業会計

水道事業

問い合わせ先 上下水道部（☎36・8100）

収益的収支

収 入			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
上水道事業収益	40 億 7,932 万円	40 億 8,806 万円	100.2%
簡易水道事業収益	2 億 4,977 万円	2 億 4,872 万円	99.6%
合計	43 億 2,909 万円	43 億 3,678 万円	100.2%

資本的収支

収 入			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
上水道資本的収入	9 億 7,080 万円	9 億 6,877 万円	99.8%
簡易水道資本的収入	1 億 5,145 万円	1 億 5,145 万円	100.0%
合計	11 億 2,225 万円	11 億 2,022 万円	99.8%

支出

予算科目	現計予算額	執行額	執行率
上水道事業費用	36 億 4,373 万円	34 億 7,228 万円	95.3%
簡易水道事業費用	3 億 2,667 万円	2 億 9,609 万円	90.6%
合計	39 億 7,040 万円	37 億 6,837 万円	94.9%

支出

予算科目	現計予算額	執行額	執行率
上水道資本的支出	22 億 623 万円	21 億 9,273 万円	99.4%
簡易水道資本的支出	2 億 5,604 万円	2 億 4,911 万円	97.3%
合計	24 億 6,227 万円	24 億 4,184 万円	99.2%

下水道事業

問い合わせ先 上下水道部（☎36・8100）

収益的収支

収 入			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
下水道事業収益	65 億 956 万円	64 億 9,267 万円	99.7%
合計	65 億 956 万円	64 億 9,267 万円	99.7%

資本的収支

収 入			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
資本的収入	24 億 3,709 万円	24 億 3,394 万円	99.9%
合計	24 億 3,709 万円	24 億 3,394 万円	99.9%

支出

予算科目	現計予算額	執行額	執行率
下水道事業費用	63 億 2,549 万円	62 億 5,185 万円	98.8%
合計	63 億 2,549 万円	62 億 5,185 万円	98.8%

支出

予算科目	現計予算額	執行額	執行率
資本的支出	46 億 4,486 万円	46 億 3,202 万円	99.7%
合計	46 億 4,486 万円	46 億 3,202 万円	99.7%

病院事業

問い合わせ先 市立病院総務課総務係（☎34・3211）

収益的収支

収 入			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
医業収益	39 億 9,090 万円	40 億 8,197 万円	102.3%
入院収益	25 億 2,006 万円	24 億 9,515 万円	99.0%
外来収益	12 億 6,056 万円	13 億 7,271 万円	108.9%
その他医業収益	2 億 1,028 万円	2 億 1,411 万円	101.8%
医業外収益	3 億 7,577 万円	3 億 8,620 万円	102.8%
特別利益	5,375 万円	5,439 万円	101.2%
合計	44 億 2,042 万円	45 億 2,256 万円	102.3%

資本的収支

収 入			
予算科目	現計予算額	執行額	執行率
出資金	2 億 3,835 万円	2 億 2,933 万円	96.2%
補助金	27 万円	27 万円	100.0%
合計	2 億 3,862 万円	2 億 2,960 万円	96.2%

支出

予算科目	現計予算額	執行額	執行率
医業費用	44 億 8,733 万円	43 億 8,257 万円	97.7%
給与費	21 億 7,741 万円	21 億 1,218 万円	97.0%
材料費	11 億 7,479 万円	11 億 7,358 万円	99.9%
経費	7 億 1,065 万円	7 億 326 万円	99.0%
その他	4 億 2,448 万円	3 億 9,355 万円	92.7%
医業外費用	9,145 万円	9,114 万円	99.7%
特別損失	198 万円	54 万円	27.3%
合計	45 億 8,076 万円	44 億 7,425 万円	97.7%

支出

予算科目	現計予算額	執行額	執行率
建設改良費	1 億 6,041 万円	1 億 5,139 万円	94.4%
企業債償還金	1 億 3,191 万円	1 億 3,191 万円	100.0%
合計	2 億 9,232 万円	2 億 8,330 万円	96.9%

投票に出掛ける際
はご注意ください

選挙における投票所の変更などについて

【投票所の変更】

選挙における公平性の確保、投票区の規模の適正化、選挙事務費用の削減などを総合的に検討し、一部投票所・投票区域の変更を行います。これに伴い、今回の選挙から下表のとおり投票所および投票区域が変更となりますので、有権者の皆様のご理解とご協力をお願いします。

▼変更となる投票所および投票区域

今までの投票所	変更後の投票所および投票区域	
投票所名	投票所名	投票区域
堀越公民館	泉野多目的 コミュニ ティ施設	大清水・大清水4丁目・泉野1～5丁目・門外字川面
取上公民館		清原2～4丁目
松原小学校		安原1・3丁目
弘前実業高等学校		学園町（1の35～1の99）
豊田小学校	東小学校	外崎3丁目（1～3）
弘前市勤労青少年ホーム	城西小学校	全て（投票所のみの変更）
第二中学校		
和徳幼稚園	野田町会集会所	
致遠小学校	致遠児童センター	

なお、投票日当日は、各世帯に送付する「投票所入場券」に記載されている投票所名および投票所付近の略図を確認の上、投票にお出掛けください。

【ヒロロでの期日前投票時間の延長】

できるだけ多くの有権者が投票できるように、今回の選挙からヒロロ（駅前町）での期日前投票時間を2時間延長します。

▽投票時間 午前10時～午後8時

【選挙権について】

今年の夏の参議院議員通常選挙より選挙権年齢が満18歳以上に引き下げられます。

また、投票する場所は原則として住民票のある市区町村ですが、今年の春に引っ越しをした人は、転入届出日によっては旧住所地での投票になる場合がありますのでご注意ください（新住所地で投票するためには、新住所地に転入届出をした日から参議院選挙の公示日前日までに3カ月以上経過している必要があります）。

■問い合わせ先 選挙管理委員会事務局（☎35・1129）



知識・経験を生か
してみませんか

社会福祉問題対策協議会の委員を募集

市では、市が行う社会福祉施策における諸問題について、調査・協議し、適切な施策の推進を行うため、弘前市社会福祉問題対策協議会を設置しています。

今回、この協議会の委員を募集しますので、奮ってご応募ください。

▽応募資格 市内に在住する平成8年4月1日以前に生まれた市民（国または地方公共団体の議員、公務員、市のほかの附属機関の委員を除く）

▽募集人員 2人程度

▽募集期間 6月1日～30日（必着）

▽活動内容 主に福祉避難所および災害時に支援が必要な「要支援者」関係をテーマとした協議（予定）

▽任期・会議の開催など 任期は委嘱した日から2年間。会議は年2回程度、原則として平日の日中に開催予定

▽報酬 委員長に1万2,100円、委員に1万円を支

給（いずれも日額）

▽応募方法 次の事項を記入した応募用紙を、郵送、持参またはEメールで提出を。

①住所・氏名（ふりがな）・生年月日・性別・職業・電話番号

②社会福祉に関する知識経験など

③「災害時における要支援者の避難誘導について」をテーマとした作文（400字程度）

※応募用紙の様式は自由ですが、参考様式を市ホームページに掲載しているほか、福祉政策課（市役所1階、窓口160）でも配布しています。

▽選考・発表 応募書類の記載事項を審査の上、選考し、結果は応募者全員に書面で通知します。

■問い合わせ・提出先 福祉政策課総務係（〒036・8551、上白銀町1の1、☎40・7112、Eメール fukushiseisaku@city.hirosaki.lg.jp）

ルール・マナー
を守りましょう

JR 弘前駅中央口周辺は 自転車や原付バイクの放置禁止区域

平成9年4月から「弘前市自転車等の放置防止に関する条例」に基づき、JR 弘前駅中央口周辺の一帯を自転車や原付バイクの放置禁止区域に指定していますが、依然として放置されている自転車などが見受けられます。

「放置されている自転車など」とは、公共の場所（道路や広場など）に置かれている自転車や原付バイクで、利用者がその場を離れていて、すぐに移動できない状態のものをいいます。

道路や歩道などに放置された自転車やバイクは、歩行者の妨げとなり、子どもや身体の不自由な人には大変危険です。また、緊急時の障害となったり、街の美観を損ねることにもなります。

▽禁止区域に放置すると

禁止区域に自転車などが放置されている場合、次のように取り扱います。

①警告札を取り付ける／②警告後も放置されている場合は撤去する／③撤去後は城西大橋下の保管所（南袋町）で一時保管する／④所有者が判明した場合は、引き取りの通知をする／⑤引き取りのない自転車などは

告示後2カ月で処分する

※放置自転車の販売はしていません。

▽撤去自転車などの引き取り

撤去自転車などが一時保管されている保管所に、次のものを持参してください。

①身分を証明するもの（免許証、学生証、保険証など）／②印鑑／③鍵／④撤去保管料（1台）…自転車＝2,050円、原付バイク＝3,080円

【自転車の盗難にご注意を】

JR 弘前駅周辺、大型商店、学校などの駐輪場で自転車の盗難が増えています。盗難防止のために次のことを心掛けてください。

①鍵は必ず掛ける（1つだけでなく、二重三重に掛けるようにする）

②外されにくい鍵（ワイヤー錠やU字ロックなど）を取り付ける

③購入時に必ず防犯登録をする（盗難にあった場合、自転車を探す手掛かりとなります）

■問い合わせ先 都市政策課交通政策推進室（☎35・1102）

費用の一部を助成
します

同窓会支援事業費補助金

本事業は、定住人口の増加と地域経済の活性化を図るため、ふるさと回帰のきっかけとなる同窓会の開催に要する費用の一部を補助するものです。

なお、今年度は出席者が100人以上かつ県外在住者が10人以上参加する同窓会については、補助金の上限を10万円に引き上げました。

▽補助対象者 同窓会の主催者

▽補助要件 次の全てに該当するもの

①市内で開催されること

②出席者数が20人以上で、うち県外在住者が5人以上であること

③出席者が20歳以上であること

④出席者に市が提供するパンフレットなどの配布を行うほか、アンケートに協力すること

▽補助金の額 出席者数×2,000円とし、出席者が100人に満たない場合、または県外在住者が10人未満の場合は5万円、出席者が100人以上かつ県外

在住者が10人以上の場合は10万円を上限とします。※補助対象経費の実支出額の合計額が補助上限額に満たない場合は、それを限度とします。

▽対象経費 開催案内文書の作成や送付に必要な印刷製本費および通信運搬費／市内の飲食店などに支払う同窓会の開催経費

▽申請方法 同窓会開催日の14日前までに、申請書類をひろさき未来戦略研究センター（市役所3階、窓口306）へ。

※申請書類は同センターで配布しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

▽注意事項など 同一の同窓会に対する補助金の交付は、年度内1回のみです／予算額に達した時点で受け付けを締め切ります／補助金は事業完了後に交付します

■問い合わせ・申請先 ひろさき未来戦略研究センター人口減少対策担当（☎40・7121）

市民の皆さんから
公募します

後期高齢者医療制度「運営懇談会」の委員募集

後期高齢者医療制度の運営に関する意見・提案を募るため、後期高齢者医療制度の運営に関する「運営懇談会」の委員を募集します。

▽**応募資格** 県内在住の40歳以上の人で、平日の日中に青森市で開催される会議に出席できる人

▽**募集人員** 8人（選考により決定）

①被保険者＝6人

②65歳以上障害認定の被保険者＝1人

③後期高齢者医療以外の医療保険被保険者＝1人

▽**募集期間** 6月10日～30日

▽**委員の任期** 委嘱の日から2年間

▽**謝礼など** 会議1回の出席につき謝礼5,000円と交通費（公共交通機関利用実費相当額）を支給

▽**応募方法** 応募用紙に必要事項を記入し、「後期高

齢者医療制度に関する意見（400字程度）」を添付の上、郵送、持参、ファクスまたはEメールで、青森県後期高齢者医療広域連合総務課へ提出を（持参の場合は市国保年金課後期高齢者医療係でも受け付けます）。※応募用紙は、市国保年金課（市役所1階、窓口156）で配布しているほか、青森県後期高齢者医療広域連合ホームページからダウンロードできます。

■**問い合わせ・提出先** 青森県後期高齢者医療広域連合総務課（〒030-0801、青森市新町2丁目4の1、青森県共同ビル1階、☎青森017・721・3821、ファクス017・723・1401、Eメール aomori-kouikirengou@dolphin.ocn.ne.jp、ホームページ <http://www.aomori-kouikirengou.jp/>）／市国保年金課後期高齢者医療係（☎40・7046）

ちょっとした工夫
で省エネできます

クールビズ（COOL BIZ）を今年も実施します

地球温暖化防止のため、当市では6月1日～9月30日に夏場の軽装「クールビズ」を実施します。また、急激な気温の上昇時などは、状況により軽装を認める移行期間を、実施期間の前後1週間程度設定しています。

環境省が提唱・実施している「クールビズ」は、冷房時の室温を28℃にしたオフィスで快適に仕事をするためのノーネクタイ・ノー上着ファッションのことで、夏を涼しく過ごすための新しいビジネススタイルという意味が込められています。

室温が28℃だと少し暑いと感じる人もいると思い

ますが、上着を脱いでネクタイを外すと、体感温度は約2℃下がります。このようにちょっと工夫をするだけで、快適に過ごすことができます。なお、冷房の温度設定を27℃から28℃にすると、年間で30.24kWhの省エネにつながるといわれています（省エネルギーセンター「家庭の省エネ大辞典」より）。

最近では、涼感素材の衣類や涼感グッズも数多く販売されています。暑い夏場を、楽しみながら涼しく過ごしませんか。

■**問い合わせ先** 環境管理課環境保全係（☎36・0677）

◇家庭でできる夏の節電のポイント

エアコン…夏場の電力使用量増加の原因となるエアコンは、必要な時だけ使うようにしましょう	
節電のポイント	設定温度は28℃を目安に／扇風機などを使用し、空気を循環させながら使用する／こまめにON/OFFを切り替える／フィルターはこまめに清掃する／カーテンやすだれを使って、直射日光を避ける
クッキング…調理方法をよく考え、効率よく調理しましょう	
節電のポイント	ご飯は炊飯器で保温するより、電子レンジで温める／電気ポットはコンセントを抜き、必要なときに沸かし直す／食器はため洗いし、給湯器の使用時間を短くする
洗濯・風呂・トイレ…洗濯機や風呂給湯器は計画的に効率よく使用しましょう	
節電のポイント	洗濯物はまとめて洗う／間隔を空けずに入浴し、給湯器の使用時間を短くする／夏場は暖房便座を使用しない／温水洗浄便座の洗浄水の設定温度は低めにする
冷蔵庫…24時間365日使用している冷蔵庫ですが、少し気を付けるだけで簡単に節電できます	
節電のポイント	設定温度を「高」から「中」や「小」にする／物を詰め込み過ぎないようにする／熱い物は冷ましてから入れる／開け閉めの回数を減らす／開けている時間を短縮する
その他…電化製品の使用時間を短くしたり、長時間使用しない場合はコンセントを抜いたりして、待機電力を発生させないようにしましょう	
節電のポイント	照明はこまめに消す／白熱電球から省エネ型の蛍光灯やLEDランプに取り替える／テレビは見たい番組だけを選んで見る／テレビを消す時は主電源を切る／部屋を片付けてから掃除機をかける／髪を乾かすときは、タオルで十分乾かし、ドライヤーの使用時間を短くする／夜早く寝て朝型の生活に切り換える



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。

わんぱく相撲大会・オープン大会・若の里相撲体験教室



5月1日、わんぱく相撲津軽地区大会・オープン大会が県武道館（豊田2丁目）で開催され、参加した児童らが技術を競い合いました。当市出身で大相撲元関脇若の里の西岩親方による相撲体験教室も行われ、参加した児童らは四股や股割り、すり足などの基本動作の指導を受けたほか、2～3人1組で西岩親方相手に果敢に立ち向かい、会場は多くの声援に包まれました。

弘前りんご花まつり



5月6日～15日に、りんご公園（清水富田字寺沢）で弘前りんご花まつりが開催されました。会期中は、りんご棒パン作りやキャラクター握手＆撮影会、パンフェスタやカレーマーケットなどの出店、シードルナイト、乗馬でりんご園散策などさまざまな催しが行われ、訪れた人はりんごの花が咲き誇る中、まつりを楽しんでいました。

消防定期観閲式



5月5日、消防団員が日ごろの訓練成果を披露する「定期観閲式」が行われ、放水訓練や車両分列行進などを実施したほか、まとい振りやはしご乗りを披露しました。

第18回津軽路ロマン 国際ソーデーマーチ



5月14日・15日の2日間にわたり開催され、延べ1,843人が参加。両日共に快晴に恵まれ、残雪をまとった岩木山のもと、新緑に包まれた津軽路を歩きながら汗を流していました。

ARで動画を見よう！

AR動画の視聴方法…①App StoreもしくはGoogle Playで無料アプリ「COCOAR」を検索しダウンロード／②アプリを起動し、ARマークのついた写真にかざす。写真を認識すると動画が流れます。※AR（拡張現実）…写真などに、デジタル合成などによって作られた情報を付加し、人間の現実認識を強化する技術／アプリのダウンロードや動画視聴には別途通信料がかかります／ARの有効期間は発行から3カ月です。



イベント

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） 6月4日・11日・18日・25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）】

○おたのしみおはなし会と図書館の探検隊（絵本の読み聞かせ・紙芝居などと図書館地下書庫などの探検。対象は小学校1年生～3年生） 6月4日の午前11時～正午／弘前図書館（☎ 32・3794）

ロマンとピア天文会

【星と森のロマンとピア】

★観察会（月・火星・土星が仲良く接近）

▽とき 6月16日（木）
午後8時～9時半

▽ところ 星と森のロマンとピア（水木在家字桜井）

▽入館料 高校生以上＝200円／4歳～中学生＝100円／3歳以下、市民は無料。

▽通常開館時間 午後1時～10時（最終入館は午後9時半）

※事前の申し込みは不要。
園星と森のロマンとピア天文台（☎ 84・2233、月曜日は休館）

【市立博物館（下白銀町）】

○親子鑑賞会（開催展示会の鑑賞。保護者も無料） 6月4日・11日・18日・25日の午前9時半～正午／市立博物館（☎ 35・0700）

【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） 6月4日・11日・18日・25日の午前10時～正午／市立郷土文学館（☎ 37・5505）

園各会場へ。

※事前の申し込みは不要。プラネタリウム、市立博物館、郷土文学館は市内の小・中学生はいつでも無料で。

あつがるカフェ（認知症カフェ）

認知症の人やその家族を支援するために、認知症の人とその家族、地域住民、専門職などが集う「あつがるカフェ」を開催します。

▽とき ①6月4日、②6月18日
※時間はいずれも午前9時半～11時半。

▽ところ 土手町コミュニティパーク

▽内容 ①講話「認知症対応型デイサービスの取り組み 回想法と食事作り」、②講話「認知症治療薬の全体像とかかりつけ薬剤師制度」

※①・②ともに体操を行います。

▽参加料 300円

園特別養護老人ホームサンアップルホーム（☎ 97・2111）

第58回水道週間

「じゃ口から 安心とどけ 未来まで」（第58回水道週間スローガン）

6月1日～7日は水道週間にちなみ、津軽事業部総合浄水場を一般公開します。“水道水が出来るまで”

を見学し、水道水の大切さを考えてみませんか。

▽とき 6月5日（日）

午前9時～午後4時半

▽ところ 津軽広域水道企業団津軽事業部（黒石市大字石名坂字姥懐）

▽参加料 無料

園津軽広域水道企業団津軽事業部 総務課（☎ 52・6033、📠

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

http://www.tusui.jp/）

親子で自然観察会 in 弥生いこいの広場隣接地(リゾート跡地)

▽とき 6月18日（土）

午前10時～正午

▽集合 弥生いこいの広場（百沢字東岩木山）ハイランドハウス前

▽内容 生き物や植物の観察

▽対象 小学校3年生～6年生の子とその保護者（保護者の同伴が必要）

▽定員 20組（先着順）

▽参加料 無料

▽持ち物 飲み物、雨具（雨天時）、汚れてもよい服装（長袖、長ズボン）、長靴、帽子、タオル、手袋

園電話かファクスまたはEメール（住所・氏名・年齢〈学年〉・電話番号を記入）で、公園緑地課（☎ 33・8739、📠 33・8799、📧 kouen@city.hirosaki.lg.jp）へ。

鳴海要記念陶房館

ギャラリーの催し

◎小さな手芸のグループ展

▽とき 6月8日～12日の午前9時～午後4時

▽内容 ビーズ・手芸小物の展示・販売

◎路上観察写真展 津軽編

▽とき 6月18日～26日の午前9時～午後4時（最終日は午後3時まで）

▽内容 路上から観察できるすべてのものを採集した写真の展示

◎一閑張り展

▽とき 6月29日～7月3日の午前9時～午後4時（最終日は午後3時まで）

▽内容 一閑張りのバッグ、小物などの展示・販売

～共通事項～

▽ところ 鳴海要記念陶房館（賀田字大浦）

▽観覧料 無料

▽休館日 毎週火曜日

園鳴海要記念陶房館（☎ 82・2902）

第3回岩木川市民ゴルフ場
ゴルフコンペ

▽とき 6月19日（日）

午前8時半～

▽ところ 岩木川市民ゴルフ場（清野袋2丁目）

▽対象 市民＝36人（9組）

▽競技方法 18ホールズストロークプレイ、ダブルペリア方式

▽参加料 3,500円（昼食付）

※事前の申し込みが必要。

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

園岩木川市民ゴルフ場（☎ 兼 📠 36・7855）

弥生いこいの広場「工作教室」と「動物広場イベント」

○工作教室

▽とき 6月19日（日）

午前10時～

※材料が無くなり次第終了。

▽内容 飛行機作り

○動物広場イベント

▽とき 6月26日（日）

午前10時半～

▽内容 エサやり体験

～共通事項～

▽ところ 弥生いこいの広場（百沢

字東岩木山）

▽参加料 無料（動物広場イベントは、動物広場入場料が必要）

※事前の申し込みは不要。

園弥生いこいの広場（☎ 96・2117）

「3 ダウンレシピコンテスト」
説明会&大試食会



▽とき 6月22日（水）

午後1時～4時

▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）中会議室

▽内容 塩、砂糖、油を減らして高血圧予防を目指す「3 ダウンレシピコンテスト」への応募方法の説明や、弘前大学の中路教授による高血圧と健康の話、食生活改善推進員などが考案した3 ダウンレシピの試食ほか

▽参加料 無料

▽定員 100人（先着順）

▽申し込み方法 6月10日までに、ファクスまたはEメール（住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を記入）で、弘前大学 COI 研究推進機構（📠 39・5205、📧 coi_info@hirosaki-u.ac.jp）へ。

園弘前大学 COI 研究推進機構（☎ 39・5536）

弘前大学白神研究会
初夏の観察会

【白神山地 新緑のブナ林をたのしみましょう】

▽とき 6月25日（土）、午前10時～午後4時（雨天決行）

▽集合 アクアグリーンビレッジ ANMON（西目屋村川原平）駐車場

※送迎を希望する人は、事前に申し込みの上、当日の午前9時に弘前大学（文京町）正門に集合を。

▽コース 巨木ふれあいの径～津軽

峠

▽対象 小学校3年生以上＝20人（小・中学生は保護者同伴、先着順）

▽参加料 1人1,000円（テキスト代、保険料として〈会員は500円〉）

▽持ち物 雨具、手袋、帽子、虫除け、かゆみ止め、昼食、飲み物

▽申込先 6月22日までに、弘前大学白神自然環境研究所（山岸さん、☎ 兼 📠 39・3706）へ。

園弘前大学農学生命科学部（本多さん、☎ 39・3812）

プラネタリウム 【弘前文化センター】

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

□…一般投影を午後1時半～、午後3時～の2回投影

▣…一般投影を午前10時半～、午後1時半～、午後3時～の3回投影

■…わくわく☆こどもプラネを午前10時半～の1回、一般投影を午後1時半～、午後3時～の2回投影

■…休み

★投影プログラム

【一般投影／45分間】

▽テーマ プラネタリウムで南国気分

▽観覧料 一般＝240円／小・中学生、高校生＝120円

※65歳以上の市民、市内の小・中学生や外国人留学生、市内外の障がい者、ひろさき多子家族応援パスポートを持参の人は無料。年齢や住所などを確認できるものの提示を。

【わくわく☆こどもプラネ／30分間】

▽テーマ 南の島で星座をさがそう

▽観覧料 無料

園中央公民館（☎ 33・6561、火曜日は休み）



弘前のいろいろなことについてのクイズだよ。答えはどこかのページに隠れているから探してね！

【質問】

6月4日～10日は歯と口の健康週間だよ！赤ちゃんからお年寄りまで、あらゆる世代の歯や口の健康づくりを推進する取り組みを何といふかな？右の3つの中から選んでね。

- ハチマルニイマル
① 8020運動
イレバナシ
② 10874運動
ムシバゼロ
③ 6480運動

弘前城植物園散策ガイド

市みどりの協会の樹木医や緑の相談員が、見ごろの花や樹木を説明しながら、楽しく園内をガイドします。
▽とき 6月9日・19日の午前10時～11時
▽集合 弘前城植物園南案内所
▽参加料 無料(入園料は必要です)
※事前の申し込みは不要。
📍市みどりの協会 (☎ 33・8733)

第17回よさこい津軽

約30チームが独自の衣装と振り付けで元気いっぱいの踊りを披露！
▽とき 6月26日(日)、午前9時50分～午後3時半(雨天決行)
▽ところ 土手町通りおよび3・3・2号線の一部
📍よさこい津軽実行委員会事務局(上鞆師町、弘前商工会議所内、☎ 33・4111)



こどもの森6月の行事

◎月例登山「ハルゼミ探訪 イヌワシの道登山」
▽とき 6月19日(日)、午前9時半～午後2時半(雨天決行)
▽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)

▽参加料 無料
▽持ち物 昼食、飲み物、タオル、替えの下着・靴下、雨具
※事前の申し込みが必要。
📍こどもの森ビジターセンター (☎ 88・3923)／市みどりの協会 (☎ 33・8733) へ。

添加物のふしぎ～ビタミンCで実験しよう

▽とき 6月19日(日) 午後1時半～3時
▽ところ 土手町コミュニティパーク
▽内容 添加物として食品にビタミンCが入っている理由を実験を通して確認します
▽対象 中学生以上＝15人(先着順)
▽講師 長南幸安さん(弘前大学教育学部教授)
▽参加料 無料
※事前の申し込みが必要。
📍弘前ロータリークラブ事務局 (☎ 33・7678)

第9回青森県民スポーツ・レクリエーション祭

県内6市6町においてサッカー、バレーボールなど、34種目行われます。
▽とき 7月2日・3日(一部の種目は6月26日)
▽ところ 県内各体育施設など
※詳しくは県ホームページ(<http://www.pref.aomori.lg.jp/bunka/sports/9th-kenmin-sporec-fes.html>)をご

覧ください。
📍青森県スポーツ・レクリエーション連盟 (☎ 青森 017・734・9909)

弘前市青年交流会～農家の出会いはBBQ!!～第一弾

▽とき 7月3日(日)、午後1時＝市立観光館バスプール出発／午後7時＝市立観光館バスプール解散
※雨天決行／貸切バスで移動。
▽内容 津軽ゆめりんごファーム(小沢字山崎)でさくらんぼ狩りとジャム作りをした後、星と森のロマントピア(水木在家字桜井)でバーベキューを楽しみながらの交流パーティーを行います
▽対象 男性＝市内に居住するおおむね35歳～50歳の独身農業者／女性＝おおむね30歳～50歳の独身者
▽定員 男女各10人
▽参加料 男性＝4,500円／女性＝2,500円(2人以上で参加する女性は1人2,000円)
📍6月24日までに、弘前市青年交流会実行委員会事務局(市農業委員会事務局内、☎ 40・7104、📧 nougyou@city.hirosaki.lg.jp) へ。

こども塾・母塾 in 青森

【夏休み宿題大会】
1泊2日で、学習会や施設見学会を行います。
▽とき 7月23日・24日
▽ところ 県民福祉プラザ(青森市中央3丁目)、マエダアリーナ(青

森市大字宮田字高瀬)
※弘前市内からの送迎バスを予定。
▽内容 学習会…夏休みの宿題などを学生ボランティアがサポート(幼児はたこ作り、たこ揚げ教室)／施設見学会…浅虫水族館、ゆ～さ浅虫
▽対象者 県内のひとり親家庭の親子＝30組程度
▽参加料 大人＝2,000円、子ども＝1,000円(2人目からは500円。3歳未満は無料)
📍6月17日までに、青森県母子寡婦福祉連合会 (☎ 青森 017・735・4152) へ。
※参加申込書は子育て支援課(市役所1階、窓口106、☎ 40・7039)でも配布しています。



教室・講座

文化グループ講習会

【七宝焼講習会～たった2時間でできるステキな七宝焼きアクセサリー～】
中央公民館(下白銀町、弘前文化センター内)で活動している文化グループ「宝友会」が行う講座です。
▽とき 6月19日(日) 午後1時～3時
▽ところ 弘前文化センター3階工作実習室
▽内容 ペンダントまたはブローチの製作
▽定員 15人(先着順)
▽受講料 1,000円(材料費として)
▽持ち物 エプロン、筆記用具
📍6月13日までに、電話かファクスまたはEメールで、中央公民館(☎ 33・6561、📠 33・4490、📧 chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み) へ。

古文書講習会(前期)

弘前図書館に所蔵されている古文書(こもんじょ)に親しんでもらうため、毎月1回古文書講習会を開催しています。受講者は随時募集しており、体験受講、初心者も大歓迎です。
▽とき 6月5日、7月3日、8月7日、9月4日の午前10時～正午

▽ところ 弘前生きがいセンター(南袋町)
▽講師 畑山信一さんほか
▽受講料 年2,000円(資料代として)
📍弘前古文書教室(鳴海さん、☎ 36・4396)

金魚ねぶた作り方講習会

▽とき 6月19日(日) 午前10時～午後3時
▽ところ 市立観光館(下白銀町)多目的ホール
▽対象 小学生以上＝50人
▽受講料 1,000円
▽講師 津軽錦絵作家協会会員
▽持ち物 鉛筆、消しゴム、はさみ
📍6月15日までに、受講料を添えて、弘前観光コンベンション協会(市立観光館内、☎ 35・3131) へ。

点字講習会

▽とき 7月5日～平成28年3月28日の毎週火曜日、午前の部＝10時～正午、午後の部＝1時～3時
※午前・午後の部のいずれかを選択。
▽ところ 身体障害者福祉センター(八幡町1丁目)
▽対象 点字に興味があり、これから始めてみたい人＝10人程度
▽受講料 無料(別途テキスト代1,080円が必要)
📍6月21日までに、身体障害者福祉センター (☎ 36・4521) へ。

市民ボランティアによるパソコン講座

【ワード2010入門講座】
▽とき 6月28日、7月5日・12日の午前10時～午後3時
※3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 ワードプロソフト(ワード2010)を使用した基本的な操作技術の習得
※ワード2010以外のバージョンを使っている人は操作方法が異なりますので、ご注意ください。
▽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、USBメモリ、昼食
📍6月12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。

緑の相談所

6月の催し

【展示会】
●ミニ山草展 3日～5日
●津軽盆栽会さつき盆栽展 7日～12日
●津軽さつき会さつき盆栽展 15日～19日
●諸盆栽作品展 23日～26日
【講習会など】
●ボタン・ツツジのせん定 4日、午後1時半～3時半
●大菊づくり講習会 5日・26日、午前10時～11時
▽定員 20人
▽受講料 1,000円(テキスト代として)
●家庭果樹の管理 11日、午後1時半～3時半
●訪問相談 4日・18日
※庭木の出張相談です。電話で申し込みを。
【弘前城植物園…今月見られる花】
ナンジャモンジャ、スイレン、バラ、ハナショウブなど
📍園緑の相談所 (☎ 33・8737)

弘前図書館

6月の催し

◎おたのしみおはなし会
▽とき 6月4日の午前11時～11時半、11日・25日の午後3時～3時半
▽内容 「自然」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、などなど
▽対象 おおむね4歳～小学校低学年の児童
▽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
▽参加料 無料
※事前の申し込みは不要。
📍弘前図書館 (☎ 32・3794)

ウィークエンド子どもクラブ

▽内容 下表参照
▽申し込み方法 はがきかEメール(住所・氏名〈ふりがな〉・性別・電話番号・保護者氏名・学校名・学年・希望

するクラブ名を記入)で、6月15日(必着)までに、生涯学習課「ウィークエンド子どもクラブ」係(〒036・1393、賀田1丁目1の1、📧 shougai@city.hirosaki.lg.jp) へ。
※応募多数の場合は抽選で決定します。
📍生涯学習課(岩木庁舎内、☎ 82・1641)

クラブ名	活動日程(原則として)	会場/内容	対象/参加料
女子ソフトテニスクラブ	毎週土曜日(～平成29年3月)の午前9時半～正午	弘前公園ほか市内の体育施設/ソフトテニスの基礎	小学校3年生～6年生の女子＝5人程度/年額1,000円
子どもサッカークラブ	毎月第1・3土曜日(～10月)の午前9時～11時	豊田小学校グラウンドほか市内の体育施設/基本技能を身に付けサッカーで遊ぶ	小学生＝10人/無料
子どもお琴クラブ	毎月第1・3土曜日(10月～平成29年3月は毎月第1土曜日のみ)の午前10時～正午	弘前文化センター/琴演奏の基礎と合奏練習	1年間継続して参加できる小学校3年生～中学生＝若干名/無料

子ども日本舞踊教室	第 10 回ふれあい介護者教室
▽とき 平成 29 年 1 月までの主に土・日曜日、祝日（月 2 回程度開催）、午前 10 時半～正午 ▽ところ 宮川交流センター（堅田 2 丁目） ▽対象 4 歳～中学生＝ 20 人（保護者の参加も可） ▽参加料 無料 📍西川菊静日本舞踊教室（西川さん、☎ 携帯 090・2881・4287）	▽とき 6 月 19 日（日）午後 1 時半～3 時 ▽ところ パインハウス岩木（賀田 2 丁目）2 階会議室ほか ▽テーマ 「今さら聞けない介護保険のあれこれ」 ▽内容 介護保険の種類や制度について、寸劇を交えながら分かりやすく紹介します ▽対象 市民＝ 40 人程度 ▽参加料 無料 📍6 月 18 日までに、松山荘在宅介護支援センター（下山さん、☎ 82・3330）へ。
北の文脈文学講座	弘前の歴史的文化遺産講座
▽とき 6 月 18 日（土）午後 2 時～3 時 ▽ところ 郷土文学館（下白銀町） ▽テーマ 「福士幸次郎と棟方志功」 ▽講師 櫛引洋一さん（企画研究専門官） ▽受講料 無料（観覧料は必要です）※事前の申し込みは不要。 ▽観覧料 高校生以上＝ 100 円／小・中学生＝ 50 円 ※ 65 歳以上の市民、市内の小・中学生や外国人留学生、市内外の障がい者、ひろさき多子家族応援パスポートを持参の人は無料。年齢や住所などを確認できるものの提示を。 📍市立郷土文学館（☎ 37・5505）※あおり県民カレッジの単位認定講座です。	▽とき ① 6 月 25 日、② 7 月 16 日、③ 7 月 23 日、④ 8 月 20 日、⑤ 8 月 27 日、⑥ 9 月 17 日、⑦ 9 月 24 日、⑧ 10 月 15 日 ※時間はいずれも午前 9 時半～11 時半。 ▽ところ ①・③・⑦＝市民参画センター（元寺町〈予定〉）、②＝緑の相談所（下白銀町）前、④＝追手門広場旧弘前市立図書館（下白銀町）前、⑤まちなか情報センター（土手町）前、⑥円明寺（新寺町）前、⑧は未定 ▽定員 30 人

※応募多数の場合は抽選で決定。
▽参加料 無料（ただし、拝観料や施設入場料が別途必要）
▽申し込み方法 6 月 6 日～15 日に、郵送またはファクス（郵便番号・住所・氏名・性別年齢・電話番号を記入）で、今井二三夫さん（〒 036・8333、若党町 75 の 2、📠 32・9272）へ。
📍弘前文化財保存技術協会（今井さん、☎ 32・9272）

弘前市防災マイスター育成講座

防災に関する高い意識と知識を持ち、地域防災の推進者となる「防災マイスター」の育成を目的とした講座を開講します。
▽とき 6 月下旬～8 月の 6 日間
▽ところ 消防本部（本町）3 階大会議室
▽対象 市民または市内に通勤・通学する高校生以上の人＝ 50 人（先着順）
▽受講料 無料
▽申し込み方法 申込書に必要事項を記入し、6 月 15 日までに郵送、ファクスまたは E メールで、防災安全課（〒 036・8551、上白銀町 1 の 1、📠 35・7956、📧 bousai-anzen@city.hirosaki.lg.jp）へ。
※申込書は防災安全課（市役所 3 階、窓口 305）に備え付けているほか、

市ホームページからダウンロードできます。講義内容・時間などの詳細については、ホームページをご覧ください。
📍防災安全課（☎ 40・7100）

子ども茶道教室

▽とき 6 月 26 日、7 月 31 日、8 月 14 日・21 日、9 月 22 日、10 月 10 日、11 月 23 日、12 月 11 日・18 日、平成 29 年 1 月 15 日の午前 10 時～11 時
▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）和室
▽内容 あいさつの仕方、お菓子・お茶のいただき方、和室の歩き方など
▽対象 幼児～中学生＝ 35 人
▽参加料 毎回 200 円（お菓子代として）
▽持ち物 靴下
📍江戸千家不白会弘前支部（岡山さん、☎ 27・4639）

市民乗馬教室

▽とき 11 月までの全 7 回（月曜日を除く、予約制）
▽ところ 岩木川河川敷馬術練習場（向外瀬 1 丁目）
▽内容 乗馬の基本
▽対象 市民＝ 20 人
▽参加料 2 万 5,000 円（レッスン 7 回分、傷害保険料、用具レンタル料を含む）
📍弘前馬術協会事務局（☎ 33・7066）



その他

公聴会を実施します

建築基準法第 48 条第 3 項ただし書きの規定（用途規制に係る特例許可）による公聴会を実施します。
この公聴会は、許可に利害を有する人から意見を伺うもので、対象となる人には、個別に通知します。また、公聴会はどなたでも傍聴することができます。
▽とき 6 月 8 日（水）午後 6 時半～
▽ところ 松原集会所（松原東 2 丁

目）
▽申請内容 申請者…生活協同組合コープあおり／建築場所…松原東 3 丁目 2 の 2、2 の 3、2 の 9、2 の 23／建築物概要…用途＝日用品の販売を主目的とする店舗、構造規模＝鉄骨造 2 階建、約 1,782㎡
※会場の都合により、傍聴人が多数の場合はお断りする場合があります。また、駐車場がありませんので車での来場はご遠慮ください。
📍建築指導課建築指導係（☎ 40・7053）

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 6 月 14 日（火）午後 1 時半～3 時半
▽ところ ヒロロ（駅前町）3 階多世代交流室 2
📍弘前コスモス会ふたば行政書士事務所（二葉さん、☎ 88・8781）

危険物安全週間

「危険物 決めろ無事故の ストライク」（平成 28 年度危険物安全週間推進標語）
6 月 5 日～11 日は危険物安全週間です。
近年、全国的に危険物を取り扱う際の事故が増加傾向にあります。事故の原因は、誤った取り扱いやうっかりミスなど人的要因がほとんどです。危険物を取り扱うときは、安全を再確認するように心掛けましょう。なお、消防本部では、危険物安全週間にちなみ、危険物関係事業所の消防訓練や立ち入り検査などを実施します。
📍消防本部予防課（本町、☎ 32・5104）

1 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、1 日だけの体験をしてみませんか。
▽とき 6 月 25 日（土）、午前 9 時半～午後 3 時
▽集合場所 市民の森駐車場（座頭石地区）

※弘前文化センター、ホテルナクアシティ弘前経由の無料送迎あり。希望する人は連絡を。
▽内容 森林散策、押し花体験、川辺での抹茶体験などの自然療法の手伝い
▽対象 市民＝ 20 人（先着順）
▽参加料 500 円（茶菓子代として）
▽持ち物 昼食、飲み物、帽子
📍6 月 21 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。

若年者と女性のための資格取得支援事業 受講者募集

求職中の若年者および女性を対象とした介護職員初任者研修、パソコン（初級・中級）、調剤薬局事務、医療事務、日商簿記（2 級・3 級）の講習会を開催します。マンツーマン形式（介護研修を除く）で個人のレベルにあった授業を行い、早期就労を支援します。
▽ところ 介護職員初任者研修、パソコン（中級）、日商簿記（2 級）＝ J M T C 弘前教室（外崎 4 丁目）／調剤薬局事務、医療事務＝ニチイ学館（表町、弘前ステーションビル 4 階）／パソコン（初級）、日商簿記（3 級）＝ I ・ M ・ S （土手町）
▽対象 ①および②に該当する人
①弘前市に住所を有し、失業中で求職中の女性または 40 歳未満の男性
②現在、雇用保険受給中か、ハローワークに登録して、求職活動をしている人
▽定員 パソコン（初級・中級）・日商簿記（2 級・3 級）＝各 5 人／介護職員初任者研修、調剤薬局事務、医療事務＝各 10 人（先着順）
▽受講料 無料（テキスト代などは自己負担）
▽申し込み手続き 申し込みには、印鑑・雇用保険受給資格者証またはハローワークカードの写し、身分証明書（運転免許証など）の写しが必要。申込書は商工政策課で配布。※受講者の選考あり。受講日時は受講者により異なります。詳しくはお問い合わせください。
📍商工政策課就労支援係（☎ 35・1135）

NHK 公開セミナー 大河ドラマ 真田丸 プレミアムトークショー

大河ドラマ「真田丸」の出演者と番組制作者がドラマの見どころなどを紹介するトークショーを開催します。
▽とき 7 月 16 日（土）、午後 2 時～（開場は午後 1 時半）
▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）
▽出演者 山本耕史さん（俳優、大河ドラマ「真田丸」石田三成役）、吉岡和彦さん（NHK ドラマ部「真田丸」プロデューサー）
▽入場料 無料
▽申し込み方法 6 月 27 日（必着）までに、往復はがき（私製を除く）に必要事項を記入し、NHK 青森放送局「公開セミナー」係（〒 030・8633〈住所不要〉）へ。
【往信裏面】郵便番号・住所・氏名・電話番号

【返信用表面】郵便番号・住所・氏名
※応募多数の場合は抽選の上、結果を全員に通知（7 月 1 日発送予定）し、当選者には入場整理券（1 枚で 2 人入場可）を同封します。
※インターネットオークション等での転売は固くお断りします。なお、転売を目的とした申し込みであると判明した場合には、抽選対象外となります。
▽その他 応募の際に取得した情報は、抽選結果の連絡のほか、NHK の受信料のお願いに使用場合があります。
📍NHK 青森放送局（☎ 青森 017・774・5111、📠 http://nhk.jp/aomori）



山本 耕史

市税・国民健康保険料・介護保険料口座振替キャンペーン		証番号を入力するだけで手続きが完了します。 口座振替キャンペーン期間中に、国保年金課または収納課でページー口座振替受付サービスを利用した人全員に「たか丸くんオリジナルステッカー」をプレゼントします。 なお、ゆうちょ銀行と青森県信用組合の申し込みは7月から手続き開始となります。また、農協の口座は利用できません。 🏠国保年金課国保保険料係（市役所1階、☎40・7045）・収納課納税推進係（市役所2階、☎40・7031）
下記の期間に新規に口座振替の申し込みをすると、抽選で景品が当たります。 ▽期間 6月1日～8月31日 ▽対象 期間中に新規に市税（市県民税・固定資産税・軽自動車税）・国民健康保険料・介護保険料のいずれかの口座振替を申し込んだ人 ※平成28年度の課税がない人や滞納がある場合、給与・年金からの特別徴収対象者の口座振替申し込みは対象外となります。 ▽景品 A賞…シードル国際見本市で最高賞「ボム・ドール賞」に選ばれたタムラシードルセット（10人）／B賞…弘前のお菓子詰め合わせセット（40人）／C賞…アップルパイクーポン（100人）／たか丸くん賞…たか丸くんオリジナルピンバッジ（50人） ▽口座振替の申し込み方法 通帳・届出印・納税（入）通知書を持参の上、市内の金融機関の窓口、または市収納課の窓口で申し込みください。 ▽発表 当選者へ当選通知書を送付します（10月上旬予定）。 🏠収納課納税推進係（市役所2階、☎40・7031）		遺跡の分布調査を実施 市教育委員会では、遺跡の保護業務において、公共事業や民間事業による開発への迅速な対応ができるように、平成14年度から遺跡の分布調査を実施しています。 平成25年度からは相馬地区を対象に調査を開始し、本年度も調査を予定しています。該当区域の地権者の皆さん、近隣に住んでいる皆さんには、ご理解とご協力をお願いします。 ▽調査区域 相馬地区（竜ヶ平・藍内の一部） ▽調査期間 6月1日～7月29日 ▽調査員 市職員および作業員＝5人程度 ▽調査方法 畑地などの踏査可能な区域において、徒歩により遺物（土器・石器など）の表面確認を行い、その散布状況を調査します。 ※遺跡が発見されたとしても発掘を行うものではありません。詳しくはお問い合わせください。 🏠文化財課埋蔵文化財係（岩木庁舎内、☎82・1642）
「ページー口座振替受付サービス」の開始		自動車税の納付はお早めに 県では、6月上旬に自動車税の納税通知書を送付しています。本年度の自動車税の納期限は6月30日です。早めにコンビニエンスストアや金融機関または県税部で納付してください。 ▽納税義務者 県内に主たる定置場がある自動車の4月1日現在における自動車登録上の所有者（割賦販売などで自動車販売店が所有権を留保している場合は、自動車の使用者） ▽納付場所 コンビニエンスストア、銀行・信用金庫・信用組合・農協などの本支店、郵便局（納期限を過ぎると、コンビニエンスストアで納付できない場合があります） ※口座振替を利用している人は、納期限の日が振替日です。また、インターネット上の専用サイト「Yahoo! 公金支払い」から、納税通知書に記載されている「納付番号」および「確認番号」やクレジットカードの番号などを入力して手続きをすることで、クレジットカードで自動車税を納付できます（手数料は324円）。 ▽その他 納税通知書には、納めた後の納税証明書が添付されており、自動車の継続検査（車検）の際に使用できますので、大切に保管してください。詳細や不明な点、納税通知書が届かない場合などについてはお問い合わせを。 ※東日本大震災により滅失または損壊した自動車の代替取得自動車については、自動車取得税・自動車税が非課税となる場合があります。 🏠中南部地域県民局県税部納税管理課（蔵主町、弘前合同庁舎内、☎32・1131、内線233、333）
「あおもリエコの環（わ）スマイルプロジェクト」助成金交付団体募集		夜間・休日納税相談のご利用を ▽夜間納税相談 6月17日、20日～24日の午後5時～7時半 ▽休日納税相談 6月19日・26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3・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のでご利用ください。 🏠収納課（市役所2階、窓口205、☎40・7032、40・7033）
特許、意匠、商標等の無料相談会		弘前図書館の休館 図書館の点検や配置替え、館内清掃などのため、次の期間は休館となりますので、ご了承ください。 ▽期間 6月15日（水）～24日（金） ※休館中の返却は、弘前図書館正面玄関、総合学習センター、まちなか情報センター、弘前駅自由通路（JR改札口付近）にある返却ポストまたは、岩木図書館、相馬ライブラリー、こども絵本の森をご利用ください。 🏠弘前図書館（☎32・3794）
児童手当の現況届忘れずに提出を		りんご産業イノベーション支援事業費補助金追加募集 りんご産業の維持発展に資すると考えられる「新たな」取り組みに対して、補助金を交付します。労働力の確保、作業の軽減・効率化、高付加価値化などの革新的な取り組みについて、平成28年度の予算の範囲内で、追加募集を行います。 ▽対象者 市内に住所を有し、組織および運営に関する規約等がある2戸以上のりんご生産者で組織する団体、または農業生産法人（農地所有適格法人）・農業協同組合・認定農業者・認定新規就農者のいずれか ▽対象経費 外国人技能実習生受け入れに係る経費、異業種企業との連携によりりんご産業のイノベーションに資する設備設置や物品購入、システム開発、園地の賃借料及び収量補てんに係る費用など ▽補助金の額 補助対象経費の2分の1に相当する額または200万円のいずれか少ない額以内の額 ▽申込期限 6月30日 🏠りんご課（☎40・7105）



今月の市税などの納期

納期限
6月30日

市・県民税 第1期

☆今月は第3・4日曜日が納税相談日です。
☆納税は便利で確実な口座振替をご利用ください。
☆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。
☆納期限内であればコンビニエンスストアでも納付できます。

教えて！たか丸くんクイズの答え

ハチマルニイマル
正解は①の「8020運動」だよ。「80歳で20本以上自分の歯を保とう」という、全国的な取り組みなんだ。健康な歯でご飯おいしく食べ続けるためにも、毎食後の歯磨きや定期的な歯科健診、歯医者さんでの早めの治療などが大切だね！

※質問は14ページに掲載。

各種スポーツ・体操教室

教室名	とき	ところ	対象・定員	参加料	備考	問い合わせ・申込先
①ノルディックウォーキング教室	6月7日～7月26日の毎週火曜日、午前10時～11時半	岩木川市民ゴルフ場（清野袋2丁目）／集合＝管理棟前	市民＝10人（先着順）	1日200円	ボールは無料貸し出しあり。	電話またはファクス（氏名・性別・連絡先・身長・ボールの有無を記入）で、岩木川市民ゴルフ場（☎兼☎36・7855）へ。
②コンディショニング教室Ⅴ（ストレッチ・ヨガ）	6月8日～7月13日の毎週水曜日、午前10時～11時	温水プール石川（小金崎字村元）	各回15人（先着順）	1回800円 ※全6回受講の場合は4,000円。		温水プール石川（☎49・7081）
③弘前市民水泳教室	6月14日～17日、6月21日～24日の午後0時半～2時半	河西体育センター（石渡1丁目）室内プール	20人	無料		6月8日までに、弘前水泳協会（木村さん、☎34・8666または☎携帯090・5841・8300）へ。
④岩木地区を巡るノルディックウォーク講座	6月15日～7月13日の毎週水曜日、午前10時～	岩木B & G海洋センター（兼平字猿沢）	市民＝各回10人（先着順）	1回500円（レンタルボール代を含む） ※全5回参加の場合は2,000円。	ボールを持参の人は割引あり。	各回の開催日当日までに、電話かファクス（住所・氏名・年齢・性別・連絡先・参加日時を記入）で、岩木B & G海洋センター（☎82・5700、☎82・5701）へ。
⑤2016ファミリーエンジョイテニス	6月26日、午後1時～3時	弘前B & G海洋センター（八幡町1丁目）	年少～小学校3年生の児童とその保護者 ※小学生は子どものみの参加も可。	500円	室内用シューズの持参を。	6月19日までに、ファクス（住所・氏名・ふりがな）・子どもの年齢・学年・保護者氏名・電話番号を記入）で、日本女子テニス連盟青森県支部（鍛さん、☎兼☎26・2555）へ。
⑥元気な体づくり教室（ストレッチ体操・脳トレ）	7月1日～29日の毎週金曜日、午後1時半～2時半	弘前B & G海洋センター（八幡町1丁目）武道場	市民＝30人	無料		6月24日までに、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）（※2）
⑦脳トレ&ミニバンスボール教室	7月7日～8月25日の毎週木曜日、午前10時～11時（8月11日を除く）	弘前B & G海洋センター（八幡町1丁目）武道場	市民＝40人	無料	室内用シューズの持参を。	6月15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、☎27・3274）へ。 （※1）（※2）
⑧筋トレ、脳トレ水中ウォーキング教室	7月1日～22日の毎週火・金曜日、午後1時半～2時半	河西体育センター（石渡1丁目）	市民＝15人	無料		6月15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）
⑨ストレッチ体操教室（脳トレ・簡単な筋力トレーニング）	①7月4日～8月29日の毎週月曜日（7月18日、8月1日・18日を除く）、午後1時半～2時半／②7月6日～8月31日の毎週水曜日（8月3日を除く）、午前10時～11時	弘前B & G海洋センター（八幡町1丁目） ①武道場 ②競技場	市民＝30人	無料		6月24日までに、弘前B & G海洋センター（〒036・8057、八幡町1丁目9の1、☎33・4545）へ。 ※どちらの実施日でも構わない場合は「どちらでも」と記入してください。 （※1）（※2）
⑩岩木B & G幼児児童水泳教室	7月5日～21日の毎週火・木曜日、午後4時～5時	岩木B & G海洋センター（兼平字猿沢）幼児用プール	保育園・幼稚園年長児～小学校2年生＝20人	無料		6月25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）（※2）
⑪ヒロロ健康サークル	7月5日～26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～）	ヒロロ（駅前町）3階健康ホール	毎週継続して参加できる40歳以上の市民＝28人	無料	室内用シューズの持参を。	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）
⑫ヒロロで脳トレ&ミニバンスボール教室	7月6日～8月31日の毎週水曜日、午後1時半～2時半		市民＝30人	無料	室内用シューズの持参を。 バンスボールは貸し出しします。	6月15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、☎27・3274）へ。 （※1）（※2）
⑬ヒロロフィットネス・ABC・サークル	7月7日～9月29日の毎週木曜日（8月11日、9月22日を除く）、午前10時半～11時50分（受け付けは午前10時～）		毎週継続して参加できる40歳以上の市民＝30人	無料	室内用シューズの持参を。	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）
⑭からだスッキリ実践講座2クール目	7月13日～9月21日の毎週水曜日（8月3日を除く）、午前10時半～正午（受け付けは午前10時～）		ひざ・腰・関節に痛みや不安を感じる40歳以上の市民＝50人	無料	室内用シューズの持参を。	6月7日～24日（必着）に、弘前市保健センター（〒036・8711、野田2丁目7の1、☎37・3750）へ。 （※1）（※2）
⑮「3分筋力歩き」で筋力アップ&ストレッチ	7月7日～8月4日の毎週木曜日、午前10時～11時半	市民体育館（五十石町7）競技場	市民＝20人	無料	室内用シューズの持参を。	6月20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）・年齢・電話番号・教室名・⑨は実施日（①また②）・⑩は保護者名と性別・⑭は痛みを感じる部位を記入の上、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。各自傷害保険に加入を。

もっと②♡弘前！！

学生企画コーナー

弘前で働く外国人にインタビュー！

こんにちは！ひろ♡レポです。近ごろまちで外国人観光客を目にする機会が増えたと思いませんか。実は市役所でも、外国人職員が活躍しているんですよ♪今回は広聴広報課で働く2人の外国人職員にインタビューしてきました！

外国人職員紹介

国際交流員

ハン ヨウさん

2016年4月より弘前で活動
国籍：中国



国際化推進員

ユリア・スーザン・アンさん

2014年6月より弘前で活動
国籍：ニュージーランド



こんなお仕事やってます♡

- 外国人のお客さんの対応（通訳）
- 外国語版 facebook での情報発信
- 観光アプリ「街めぐ～弘前編～」等の翻訳
- 市職員外国語研修 などなど…

どうして外国人職員？

市では、インバウンド（訪日外国人旅行）対策や海外をターゲットとした市場の開拓などの取り組みの一環として、外国人向けに情報発信をする体制を強化するために外国人職員を任用しています。通訳や翻訳ができる、現地に詳しい職員が情報発信することで外国人観光客の増加を目指すと共に、市職員の国際感覚の育成もねらいとしています。



仕事中的ユリアさん（左）・ハンさん（右）

※「街めぐ～弘前編～」…AR（拡張現実）により、曳屋（ひきや）で移動する前の弘前城天守やたか丸くんと一緒に写真が撮れるアプリ。



お二人にインタビュー

ひろ・レポ：♡ ハンさん：ハ ユリアさん：ユ

♡：弘前市職員になったきっかけは？

ハ：日本に興味があり、大学では日本語を専攻していました。JETプログラム（語学指導等を行う外国青年招致事業）の一環として、弘前市役所に来ました。

ユ：1年間、交換留学生として弘前大学に通っていました。大学の勧めで市役所に勤めることになりました。

♡：日本に来て驚いたことは？

ハ：お店で冷たい水が出されることです。中国では常温の水が出てきますが、氷が入っていないんです。

ユ：青森の雪の多さには驚きました。雪かきが大変（笑）

♡：弘前の好きなところは？

ハ：歴史ある建物が多く、落ち着いたまちの雰囲気が好きです♡また、初めて見た弘前の桜にはとても感動しました。

ユ：優しくてあたたかい人が多いところです。また、ピンクから緑に移り変わる桜の変化は見ていて楽しいです♪

♡：今後の意気込みは？

ハ：弘前と中国をつなぐ架け橋となり、弘前市により多くの観光客が来てくれたら嬉しいです。

ユ：大学と連携して留学生の意見を取り入れながら、市の国際化につなげたいです！弘前は国際的なまちだと思ってもらえるよう仕掛けていきたいと考えています！

編集後記

彼女たちは市役所で朝のミーティングを定期的に英語で行ったり、弘前産品の外国出展の支援なども行っているそうです。彼女たちの取り組みが弘前の魅力を全国、全世界に発信する一助として浸透していくことで市の国際化がますます進み、外国人観光客や外国人定住者が増えていけばいいですね！

ひろ♡レポとは…若者目線で弘前のことを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。問い合わせやご意見・ご感想はEメール（hiro.repo@gmail.com）で。Facebook（http://www.facebook.com/hiro.reporters）、Twitter（@HiroRepo）もやってます！興味のある人はどうぞ（^*^）



健康の掲示板

弘前市保健センター（野田2丁目） ☎ 37・3750



母子保健

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	対象・定員	申込先
	内 容		
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	6月22日・23日／ 受付＝午後0時半～1時半	平成26年12月生まれ
	3歳児	6月1日・2日／ 受付＝午後0時半～1時半	平成24年11月生まれ
	1歳児歯科	6月15日・16日／ 受付＝午後0時半～1時	平成27年6月生まれ
	2歳児歯科★	対象＝平成25年12月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診	
離乳食教室	6月24日（金）、午後1時～2時半／受付＝午後0時半～1時	平成28年1月生まれ＝25組（先着順）	6月7日から弘前市保健センターへ。
	離乳食講話／グループレッスン／育児相談 ※バスタオル・おむつ・ミルクの持参を。		



検 診

市の各種検診は、年度内に1回受診できます。

名称	会場	と き 内 容	対象・定員 料 金	問い合わせ・申込先
セ ツ ト 検 診	医師会健診センター	通年（6月6日～平成29年3月10日）	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。	弘前市医師会健診センター検診課（☎フリーダイヤル0120・050・489、平日…午前9時～午後4時〔正午～午後1時を除く〕）へ。
		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〉）	1,900円（市の国保加入者は950円、70歳以上の人は無料）	
複 合 健 診	ヒロロ	6月18日～11月19日の毎月第1・3土曜日（8月20日を除く）	40歳以上の市民（職場で受診できる人を除く） ※特定健診および後期高齢者健診と、がん検診セットの場合のみ受診可。定員になり次第締切。	受診希望日の1週間前までに、健康づくり推進課（弘前市保健センター内、土・日曜日、祝日を除く午前8時半～午後5時）へ。 ※複合健診（ヒロロ）は、申込人数が10人に達しない場合、受診日の変更をお願いすることがあります。
		特定健診・後期高齢者健診（無料）／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〉）	1,900円（市の国保加入者は950円、70歳以上の人は無料）	
女 性 の 健 康 診 査	医師会健診センター	6月8日・14日・23日・26日・29日、7月2日 ※6月23日は託児あり（乳幼児10人まで）。次月以降の日程は問い合わせを。	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。	
		血液検査、尿検査、内科診察、骨密度検査など	800円	
医療機関での検診		胃・大腸・前立腺・子宮・乳がん検診、骨密度検診、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、健康づくり推進課へお問い合わせください。		



日曜がん検診

総合検診車による胃・肺・大腸がん検診を実施します。肺がん検診は医療機関で実施していませんので、

受診をお勧めします。

▽とき 6月26日

▽ところ 弘前市保健センター（野田2丁目）

▽内容 総合検診車による胃・肺・大腸がん検診

▽対象 40歳以上の市民（職場で



定期予防接種など

【麻しん風しん混合・2種混合・BCG・日本脳炎・不活化ポリオ・4種混合・ヒブ・小児肺炎球菌・水痘・子宮頸がん予防ワクチン】

通年接種です。接種年齢から外れると有料になりますので、ご注意ください。なお、現在、子宮頸がん予防ワクチン接種は勧奨していません。

【高齢者肺炎球菌ワクチン】

▽実施期間 平成29年3月31日まで

▽対象

○平成29年3月31日までに65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる人

○本年度60歳から64歳の人で、心臓・腎臓・呼吸器の機能および免疫機能に障がいがある人で、身体障害者手帳1級程度の障がいのある人
※すでに23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けた人は対象外。

▽費用 5,000円（自己負担）

※生活保護受給者は無料。

【おたふくかぜワクチンの接種費用助成】

▽実施期間 平成29年3月31日まで

※対象者には、個別に通知しています。詳しくは問い合わせを。

【風しん抗体検査とワクチン接種費用を全額助成】

▽実施期間 平成29年3月31日まで

▽対象 市内に住所を有し、平成2年4月1日以前に生まれた人で、妊娠を予定している女性とその夫および同居家族、または抗体価が低い妊婦の夫および同居家族

※過去に助成を受けたことがある場合は対象外。

▽申請方法 健康づくり推進課（弘前市保健センター内）窓口で事前に申請を。妊婦の夫および同居家族は、申請の際に母子健康手帳の持参を。

受診できる人を除く）

▽定員 50人（先着順）

▽料金 1,900円（市の国保加入者は950円、70歳以上の人は無料）

■問い合わせ先 6月6日～20日に、健康づくり推進課（弘前市保健センター内、☎37・3750）へ。

65歳以上の要支援・要介護認定のない人へ

いきいきシニア健康教室

高齢者の皆さんができるだけ介護を必要とせず、元気にいきいきと生活していけるよう、「いきいきシニア健康教室」を開催しています。対象となるのは、基本チェックリストを実施した結果、教室への参加が望ましいとされた人です。生活機能の低下が心配な人は、ぜひ積極的に教室へ参加して、介護予防に取り組みましょう。

※基本チェックリストを実施希望の人は、ご連絡ください。

■問い合わせ先 介護福祉課自立・包括支援係（☎40・7072）

いきいきシニア健康教室

※基本チェックリストの結果に基づいて参加できます。

筋力向上トレーニング（週1回、合計12回） 筋力を回復させるためのストレッチとトレーニング	口腔（こうくう）機能の向上（月2回、合計6回） しっかりかめて、十分な唾液でむせず食べるためのトレーニング	栄養改善（月1回、合計6回） 良い栄養状態になるための食方・食事の選び方の学習
閉じこもり、認知症、うつ予防・支援（月1回、合計6回）		
デイサービスやデイケアの事業所に通って行います（筋力向上トレーニングは整骨院、接骨院でも実施できます）		
閉じこもり、認知症、うつ予防・支援（月1回、合計6回）		保健師などが自宅に訪問し、必要な相談・支援を行います

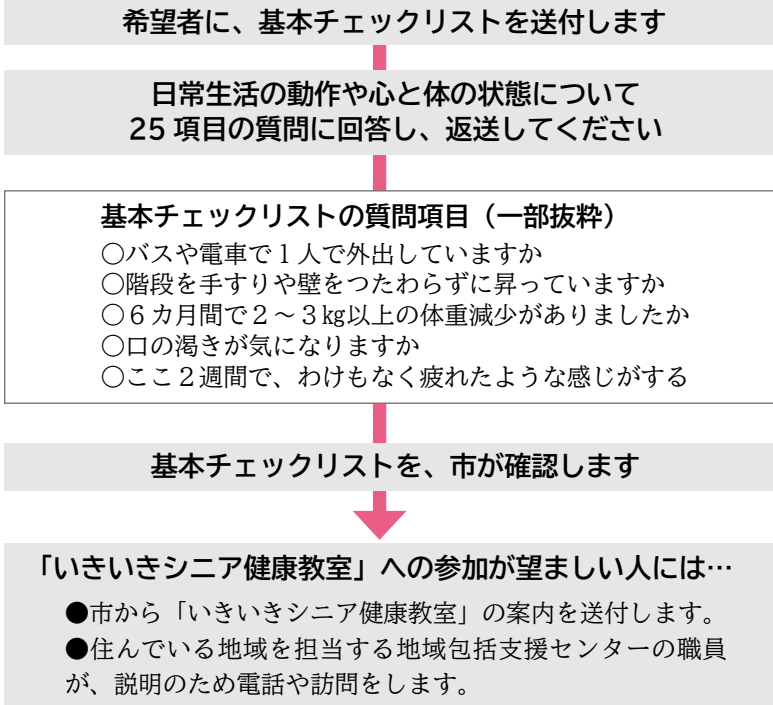


6月の各種健康相談

市民を対象に開催しています。希望する人は事前に電話で申し込みを。

名 称	と き	と ころ	内 容	問い合わせ・申込先
健康相談 禁煙相談	16日（弘前市保健センター）、10日・22日・26日（ヒロロ健康エリア）、受け付けは午前9時～11時		生活習慣病の予防や健診結果、禁煙など、健康や栄養について保健師や栄養士が相談に応じます。※相談日の2日前〔日曜開催は3日前〕までに申し込みを。	弘前市保健センターへ。
こころの健康相談	14日（受け付けは午前9時～11時）	弘前市保健センター	本人や家族の心の悩み、家族を自死で亡くした人の悩みにについて、保健師が相談に応じます。	
のびのび子ども相談	28日、午前9時半～午後3時（受け付けは午前9時半～午後2時。時間予約制。）	弘前市保健センター	発達相談（ことばが遅い、落ち着きがないなど）。対象は、市民で1歳以上の幼児とその家族。母子健康手帳の持参を。※6月6日～27日に申し込みを。	
健やか育児相談	20日、午前10時～11時45分（受け付けは午前10時～11時半）	駅前こどもの広場（ヒロロ3階）	子育て相談（育児、食事、歯みがき、母乳について）。乳幼児を持つ保護者とその家族が対象。母子健康手帳の持参を。※歯科衛生士による講座「歯みがき嫌いにしないための工夫」が午前10時半～10時50分にあります。歯の相談希望者は、歯ブラシの持参を。	健康広場（☎35・0157）
無料健康相談	7月9日・23日、午後1時～午後4時	健康広場相談室（ヒロロ3階）	弘前大学名誉教授の今充さん（医学博士）のボランティアによる無料健康相談です。セルフチェックコーナーでの計測結果について、専門的なアドバイスを希望する人も気軽にご相談を。	

基本チェックリスト実施の流れ



いつまでも歯を大切に ～健康も 楽しい食事も いい歯から～

6月4日～10日は、歯と口の健康週間です。
この機会に自分の歯の健康について考えてみませんか。



歯と口の健康づくり

歯と口は、食べる、飲み込む、話すなど人間にとって基本的かつ重要な役割を担っています。生涯を通じて健やかで心豊かな生活を送るために、歯と口の健康づくりは、非常に大切です。また、歯と口の健康は、全身の健康とも関わりがあることがわかってきており、生活の質を維持・向上させる点においても重要です。

口はライフステージによって変化します。歯や口の病気を予防するためには、生涯にわたり歯や口の健康づくりに取り組むことが大切です。

今回は仕事で多忙であるという理由から、生活習慣も乱れが生じ、歯と口の健康づくりが不十分になりやすい成人期と、生まれてくる赤ちゃんのため、両親が自分の歯と口の健康を守る妊娠期について紹介します。



チェック！

- むし歯や歯周病などの予防方法を学びましょう。
- 毎食後の歯みがき、入れ歯のお手入れなど、口腔ケアを習慣にしましょう。
- 定期的に歯科健診を受けましょう。
- むし歯や歯周病が見つかったら、早めに治療しましょう。



歯周病（歯周疾患）をご存知ですか？

歯周病（歯周疾患）は歯の周りの組織が破壊されていく病気で、生活習慣病のひとつです。痛みなどの自覚症状に乏しく、気づくのが遅れがちになるため、症状が進行すると歯を支えている歯周組織が破壊され、歯肉が腫れたり、歯を支える骨が溶けてグラグラしたり、最後には歯が抜けてしまうこともあります。また、放っておくと全身の健康にも影響を及ぼすこともあり、最近では糖尿病や循環器疾患等との関係性も報告されています。



当市の成人の歯周病の現状

進行した歯周病を有する人の割合は年齢とともに増加しますが、決して中高年の人だけの病気ではなく、30歳ですでに進行した歯周病にかかっている人も多い状況です。当市における平成26年度の成人歯科健診の結果では、進行した歯



周病を有する人の割合は、30歳で**30.2%**、40歳で**40.1%**でした。歯周病は歯を失う最大の原因です。若い時期から歯と口のケアと生活習慣の改善に取り組みましょう。



妊娠中の歯の健康

妊娠してから口の中に変化はありませんか？妊娠中は、ホルモンのバランスやつわりによる歯みがき不足などが原因で、歯ぐきが腫れやすく出血したり、むし歯になりやすい状態となります。また、重度の歯周病により、早産・低体重児出産の頻度が高まる可能性もあります。

ママの口の中の状態が、生まれてくる赤ちゃんに大きく影響します。ぜひ、この機会に歯科健診を受けて、しっかり口の管理を行いましょう。

※成人歯科健診対象年齢の妊婦さんは成人歯科健診、マタニティ歯科健診のどちらも受診可能です。

生涯にわたる健康の保持・増進のために

弘前市歯科口腔保健の推進に関する条例が平成26年12月22日に施行されました。この条例は、市が行う歯科口腔保健の推進に關しての基本理念や基本的施行を定め、その施行を総合的に推進し、市民の生涯にわたる健康の保持増進に寄与することを目的としています。

歯・口腔の健康は、口から食べる喜び、話す楽しみを保つ上でとても大切です。全身の健康づくりにも重要です。市では、赤ちゃんから高齢者まで、あらゆる世代において、歯や口腔の健康づくりを推進し、「8020運動（80歳で20本以上自分の歯を保つための取り組み）」などに取り組んでいます。

生涯にわたる健康の保持増進のために、皆さん積極的に左記のチェック事項に取り組みしましょう。

市では下記のような歯科保健事業を行っています。自分の歯を大切にするためにも、ぜひご利用ください。

■問い合わせ先 弘前市保健センター（野田2丁目、☎37・3750）

事業	マタニティ歯科健診	成人歯科健診	市民の健康まつりでの歯科健診・歯科相談
対象	市民で、開催日現在で妊娠12週～31週の妊婦	30歳・40歳・50歳・60歳・70歳の人	市民
内容	歯科医師による歯科健診と歯科相談。健診結果によってはブラッシング指導あり	各指定歯科医療機関での個別歯科健診（歯および歯周組織等口腔内診査）	歯科医師による歯科健診と歯科相談。希望者には個別にブラッシング指導あり
周知方法	母子健康手帳交付時、健康と福祉ごよみ、広報ひろさき	対象者に受診券を送付	ポスター掲示、広報ひろさきなど

5月31日は世界禁煙デー、5月31日～6月6日は禁煙週間です。

知っておきたい！たばこ情報

あなたや家族の健康寿命アップのために、たばこに関する情報をお届けします。

喫煙で毎年13万人が死亡

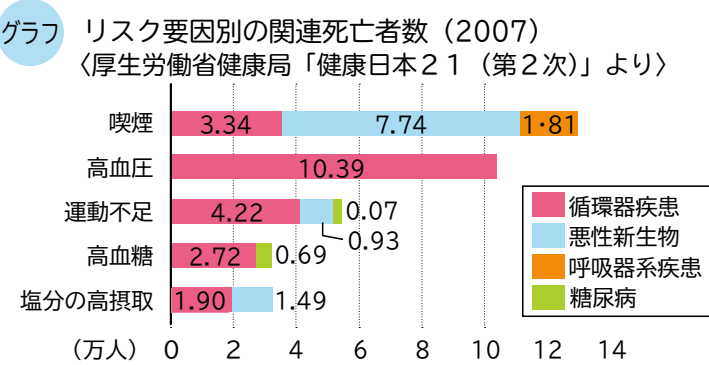
日本一の短命県「青森県」は、喫煙率も全国一高い県（男性1位、女性2位）です。短命と喫煙には、密接な関係があることがわかっています。リスク要因別にみると、日本人の死因の第1位は喫煙であり、毎年13万人が死亡しています。その内訳は、半数強はがん、3分の1が心筋梗塞や脳卒中などの循環器疾患、残りは慢性閉塞性肺疾患（COPD…たばこ煙などの有害物質が原因で肺が炎症を起こし、呼吸がしにくくなる病気）などの呼吸器系疾患でした（右上グラフ参照）。

また、受動喫煙（他人のたばこの煙を吸うこと）による死亡数は、肺がんと心筋梗塞に限っても年間約6,800人に上ると推計されています。

もっと身近に禁煙治療

～34歳以下の人も保険を使って禁煙治療ができるようになりました～

今年の4月から、保険適用による禁煙治療の条件が一部変更になり、



34歳以下の人も禁煙治療を受けられるようになりました（下記「禁煙治療の4つの条件」参照）。今は、禁煙治療薬がよく効くようになり禁煙しやすくなっています。この機会に、ぜひ禁煙外来（医療機関）で禁煙にチャレンジしてみませんか。

【知っておきたい！たばこ情報】

たばこについての情報は、市ホームページ（<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/fukushi/kenko/tobacco/index.html>）でもご覧いただけます。

■問い合わせ先 弘前市保健センター（☎37・3750）

禁煙治療の4つの条件（年齢によって条件が違いますのでご注意ください）

- ①ニコチン依存症に係るスクリーニングテスト（※）が5点以上であること。 ※スクリーニングテストの詳細は、市のホームページ「健康と福祉」→「知っておきたい！たばこ情報」→「さまざまな禁煙方法」をご覧ください。
- ②35歳以上の人はプリンクマン指数（1日の喫煙本数×喫煙歴）が200以上であること。
- ③直ちに禁煙することを希望していること。
- ④禁煙治療を受けることを文書で同意していること。

<保険適用に必要な条件>

- ① 35歳以上の人…①～④の4つが揃っていること
 - ② 34歳以下の人…①③④の3つが揃っていること
- ※20歳未満の人も禁煙治療ができる場合があります。

治療方法

- 禁煙治療医療機関（下記参照）の医師の指導のもと、飲み薬を用いて禁煙する方法です。
 - 12週間の間に5回受診して、禁煙を目指します。
 - 費用の総額（自己負担3割の場合）は、5回の受診で合計1万2,000円～1万9,000円程度です。
 - 海外の結果では、ニコチンガムやニコチンパッチ以上に禁煙成功率が高くなっています。
- ※保険適用の要件を満たさない場合でも、自由診療（自己負担）で禁煙治療を受けることができます。



市内の禁煙治療実施医療機関一覧（医療機関は事前にお問い合わせの上ご利用ください）

医療機関		医療機関	
ナルミ医院（南川端町）	☎33・1507	弘愛会病院（宮川3）	☎33・2871
坂本アレルギー呼吸器科医院（安原2）	☎39・6110	サンタハウスクリニック（大川）	☎99・1799
石沢内科胃腸科（新町）	☎34・3252	佐藤内科医院（覚仙町）	☎34・2126
青山胃腸科内科クリニック（川先2）	☎27・2323	工藤医院（石川）	☎92・3316
畑山医院（石川）	☎92・2115	五所の診療所（五所）	☎84・2311
弘前温泉養生医院（真土）	☎82・3377	小堀クリニック（中野2）	☎32・7146
副島胃腸科内科（稔町）	☎38・8080	国立病院機構弘前病院（富野町）	☎32・4311
よしだ耳鼻科・小児科（中野2）	☎33・2306	伊東内科・小児科クリニック（元長町）	☎32・0630
西弘前クリニック（中野1）	☎32・4121	やまとクリニック泌尿器科・内科（高田4）	☎88・8720
恵こどもクリニック（宮川1）	☎36・4152	弘前市立病院（大町3）	☎34・3211
消化器内科中畑クリニック（泉野1）	☎89・1700	ふくだ脳神経・整形外科クリニック（早稲田1）	☎27・5601
はせがわ内科クリニック（賀田1）	☎82・1182		

読者の
ひろば今月のテーマ
「庭」

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。

憩いの庭

白とピンクの花水木が庭を象徴するかのように見事に咲いています。狭庭にもチューリップ、水仙、紅白のツバキが咲いています。関東から移植した白南天も今年は雪を受けず

助かりました。白は赤ほどには成長せず丈の伸びが遅いですが、赤白そろって、めでたい庭です。

5月の連休に家で草引きをすましスッキリしました。車で通っていると、各家それぞれ整った美しい庭を見ますが、日本人は庭を吟味し家と共に楽しい営みをしています。(岡田喜光さん)



うれしさの余りドジ

「アンコ椿は恋の花」の大島に旅行したとき、小さなツバキの苗をもらい、さっそく庭の片隅に植えた。枝葉は伸びたが花が咲かない。そ

こで、「みどりの協会」に聞いたら、きっと日当たりが悪いからとのこと。夏草刈って庭木をせん定して、いっぱい日が当たるようにした。雪囲いも終え、春待つばかり!

雪もほどほどの4月。こっそりむしろを開けて見たら、やったー! 小さく硬いつぼみが1つ。30年かかって初めてつぼみが。嬉しくて嬉しくて、ムシロ取って荒縄をズルズルと!...アレ? つぼみはどこに。早く春の光をと! 囲いを取ったとき、荒縄に引かれて落ちていた!

「大方の椿ポトポト散り始じむ」(P.N. 春蘭さん)



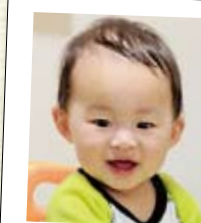
おおば あおと
大場 葵斗くん
H27.6.15 生 (福田 1)



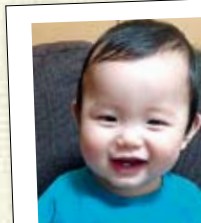
みかみ りゅうせい
三上 龍征くん
H27.6.23 生 (熊嶋)



やまざき まな
山崎 牧愛ちゃん
H27.6.11 生 (早稲田 1)



さとう ほづみ
佐藤 穂積くん
H27.6.6 生 (末広 3)



かとう こはく
加藤 琥珀くん
H27.6.15 生 (末広 4)



もろい ふうか
諸井 楓花ちゃん
H27.6.10 生 (田茂木町)



むなかた しづき
棟方 紫月ちゃん
H27.6.14 生 (石渡 4)



あほ しんじろう
阿保 進次郎くん
H27.6.10 生 (境関)



しろと きき
白戸 稀々ちゃん
H27.6.13 生 (小栗山)



おおせ しゅん
大瀬 春くん
H27.6.13 生 (松原西 1)



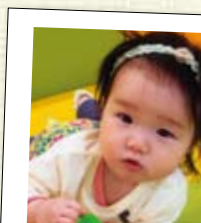
つしま しずく
対馬 雫ちゃん
H27.6.13 生 (城東中央 1)



みかみ めるり
三上 明瑠里ちゃん
H27.6.5 生 (堅田 4)



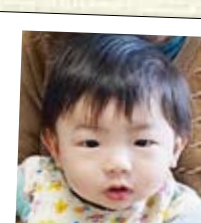
たかぎ あさひ
高木 朝陽くん
H27.6.2 生 (兼平)



おおいし あいり
大石 愛莉ちゃん
H27.6.11 生 (外崎 5)



こばやし りかこ
小林 璃奏子ちゃん
H27.6.25 生 (依元 1)



くずはら まさし
葛原 真紫くん
H27.6.23 生 (川先 3)



かとう りま
加藤 璃茉ちゃん
H27.6.10 生 (堅田 2)



なりた あいき
成田 藍貴くん
H27.6.15 生 (浜の町西 1)



いしおか ゆあ
石岡 由羽ちゃん
H27.6.18 生 (長坂町)



おかもと つきと
岡本 築人くん
H27.6.24 生 (樹木 2)

7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28年7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、6月9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 広報広報課(〒036-8551、上白銀町1の1、市役所3階、窓口308、☎35-1194、Eメール kouhou@city.hirosaki.lg.jp)

Smile
通信

6月生まれ



おおた めい
太田 夢彩ちゃん
H27.6.6 生 (山崎 1)



みかみ はるむ
三上 晴睦くん
H27.6.16 生 (宮地)



なりた
成田 くるみちゃん
H27.6.14 生 (北横町)



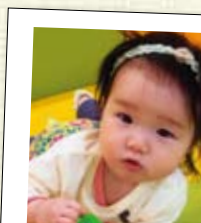
みかみ るい
三上 琉生くん
H27.6.18 生 (一町田)



きくち りお
菊池 莉央ちゃん
H27.6.26 生 (浜の町西 3)



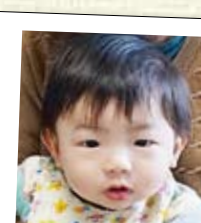
もりた たすく
森田 匠くん
H27.6.16 生 (自由ヶ丘 1)



すずき ひな
鈴木 陽菜ちゃん
H27.6.17 生 (城東中央 4)



わたぬき そうま
綿貫 壮真くん
H27.6.10 生 (泉野 1)



かねた るき
金田 琉希くん
H27.6.14 生 (新里)



みかみ れん
三上 恋音ちゃん
H27.6.6 生 (紙漣沢)



いしがみ えいと
石上 永人くん
H27.6.15 生 (富士見台 1)



かさい りくと
葛西 陸虎くん
H27.6.28 生 (大久保)



こん れいり
今 玲莉ちゃん
H27.6.12 生 (堅田)

マタギの孫をなめんなよ！
～魔獣を狩る者たち～2
ハーナ殿下 著、アース・スターエンターテインメント



著者は弘前市出身・在住。社会人として勤務しつつ小説家兼ライターとして活動中。東北の城下町に暮らす若者が異世界転生先で大活躍するファンタジー小説の2作目。

ままならないから私とあなた
朝井 リョウ 著、文藝春秋



高校時代から発明家として脚光を浴びてきた薫。しかし、薫をずっと近くで見ている雪子は、彼女があまりに効率を重んじることに疑問を感じ…。価値観を根底から揺さぶる2編を収録。

マチネの終わりに
平野 啓一郎 著、毎日新聞出版



深く愛し合いながら一緒にいられなかった2人。2人はなぜ別れなければならなかったのか。そして、再び巡り逢えるのか。恋の仕方を忘れた大人に贈る恋愛小説。

NEW BOOKS COMING UP

弘前図書館 近着図書紹介

通貨の未来 円・ドル・元
英『エコノミスト』編集部 著、文藝春秋



英誌『エコノミスト』が、世界経済・金融の未来を分析。さらに『エコノミスト』のシンクタンク「エコノミスト・インテリジェンス・ユニット」が、日本と円の未来を予測する。

旅のお供はしゃれこうべ
泉田 もと 作、岩崎書店



父からの頼まれごとで旅に出た惣一郎は、奉公人の裏切りで絶望のふちに。そこで出会ったのは、なんと、おしゃべりな「しゃれこうべ」だった。涙と笑いの人情時代小説。

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 毎月第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〈6月15日（水）～24日（金）〉
☎ 32・3794

青いピン鈴蘭させば薫る初夏
青物は食べているかと母メール
検索し青春過ぎた故郷思う
青い目の男性我に道たずね
両の手で包み切れない青い空
ぬいさんの青に心が洗われる
青信号手を上げ渡る新入生
人生の青写真真夢おかつた
青りんご汗水かけて紅くなる
青い頃確かに言われたマドンナと
青春の海山空は皆青き
癌になり青葉見上げし我生きる
青春をさくらまつりで謳歌する
津軽路は赤いリングと青い山
青空ださあ出かけるぞスニーカー
アルバムの熱き青春セピア色
青空に背中押されて医者通い
幸せは身近にあるよ青い鳥
初夏の風青い山脈吹き抜ける
人生も待てば信号青になる
青よりも津軽の春は桜色
妻肥えて立てる青筋目だたない
青春は昭和の隅に置き忘れ

※川柳は、すべて応募者の表記にしたがっているため、一部当て字などで表記する場合があります。

中山 恵美子
琵琶子
新茶処の娘
細川 安津子
豊田 昭二
のんのん
仁志参
増尾 多恵子
格 和代
角田 ナヲ子
相馬 悠起
兼子 智恵子
田沢 勝衛
齋藤 半清
工藤 澄雄
長内 よう子
吉川 ひとし
関 柳人
ののじ
對馬 義秀
須藤 秋男
木偶の坊
戸 勇

今月のお題「青」

さらっと一句・川柳

選・広聴広報課

編集後記

▶先日自転車を買いました。車移動もめっきり減り、運動不足の解消にと、いいことだらけです。(大)
▶家庭菜園を始めました。いろいろな苗を買って、いざ植えようしたら、何がどの苗だっけ!? 結局、当てずっぽうでゴーヤーと思われる苗をプランターに植えました。緑のカーテンがキュウリの鉢植えになりませんように…。(崎)
▶休みの日に千葉にあるマザー牧場に行ってきました。特にアヒルが歩き回る姿がなんともいえない可愛いさ! たくさんの動物に癒され、これからの仕事もがんばれそうです! (柿)



↑パタパタ歩くアヒル

7月1日号の投稿募集

～川柳のお題～
「父」

どしどし
応募を!

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、6月9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（〒036・8551、上白銀町1の1、市役所3階、窓口308、☎35・1194、ファクス35・0080、Eメール kouhou@city.hirosaki.lg.jp）

食改さん
おすすめ
レシピ
File.54

よく噛むおやつレシピ グラノーラ・バー

弘前市食生活改善推進委員会

材料（5本分）

フルーツグラノーラ… 80g
マシュマロ…………… 80g
バター…………… 15g

- ①フライパンにバターを熱し、マシュマロを入れ弱火で溶かす。
- ②フルーツグラノーラを加え、全体によくからめるように混ぜ、火を止める。
- ③バットにクッキングシートを敷き、②を入れ平らに広げ、上からクッキングシートをのせて押しながら固める。
- ④冷蔵庫で冷やしてから、長方形に切り分ける。



ポイント!

- 作り方のコツは、フライパンからバットに手早く移すことです。固まりやすいので、注意して作ってください。
- 6月は「歯と口の健康週間」です。よく噛むことで唾液を増やし、歯と口腔内を健康に保ちましょう。

■1人分の栄養量：エネルギー／140kcal、タンパク質／1.2g、カルシウム／12mg、食塩相当量／0.1g

花鳥風月ー近代日本画 美の系譜ー

1 菱田春草『竹に猫』 2 横山大観『不二霊峰』 3 上村松園『夏の美人図』



長野市の水野美術館が所蔵する近代日本画コレクション約500点の中から、よりすぐった作品54点を展示します。明治から現代までの近代日本画を代表する作家の作品を「花」「人」「動物」「風景」の4つのテーマに分け日本画の魅力を紹介します。

▽開催期間 6月4日～7月10日

▽観覧時間 午前9時半～午後4時半

▽観覧料 一般＝800(600)円
／高校・大学生＝400(300)円、
小・中学生＝200(100)円

※()内は20人以上の団体料金。
また、65歳以上の市民、市内の小・

中学生や外国人留学生、市内外の障がい者、ひろさき多子家族応援バスポートを持参の人は無料。住所や年齢などを確認できるものの提示を。

【開会式】

▽とき 6月4日(土)、午前9時半～

※式終了後、高田紫帆さん(水野美術館学芸員)を講師に迎え内覧会を開催します。

【親子鑑賞会作品解説】

▽とき 期間中の毎週土曜日、午前10時半～

▽内容 子ども向けの作品解説

▽講師 当館学芸員

▽聴講料 無料(観覧料は必要)

【ギャラリートーク】

▽とき 期間中の毎週日曜日、午後2時～

▽内容 学芸員による作品解説

▽講師 当館学芸員

▽聴講料 無料(観覧料は必要)

※事前の申し込みは不要。

～共通事項～

▽ところ 市立博物館(下白銀町)

■問い合わせ先 市立博物館(☎35・0700)

弘前城跡の発掘調査を開始します

①石垣修理に係る弘前城本丸平場の発掘調査

石垣修理に係る弘前城本丸平場の発掘調査を開始します。今年度は、天守台周辺の187㎡と天守北側133㎡において、遺構確認調査を実施し、発掘調査の成果については、現地説明会を9月に開催する予定です。日程については、後日あらためてお知らせします。

▽発掘調査期間 6月6日～9月末

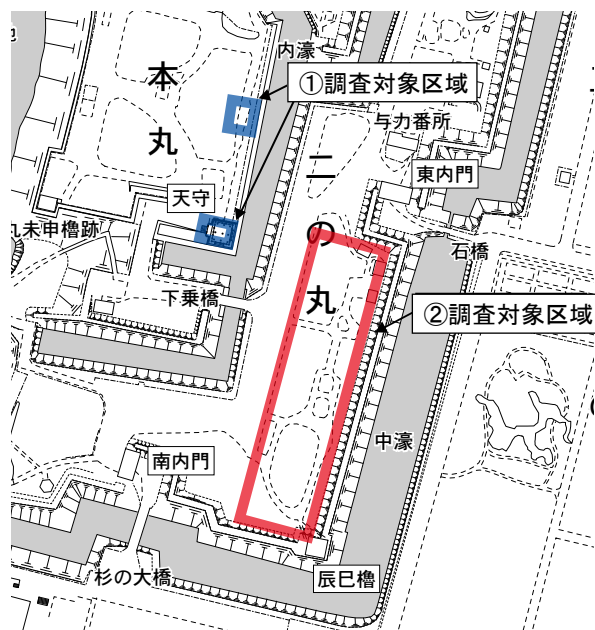
■問い合わせ先 公園緑地課(☎33・8739)

②弘前城二の丸の史跡整備に係る発掘調査

今年度は、昨年度と同様に下乗橋東側の約1,600㎡範囲の遺構確認調査を実施します。なお発掘調査期間中は現場内への立ち入りが制限され、一部園路が通行できなくなります。市民の皆さんにはご不便とご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

▽発掘調査期間 6月中旬～12月上旬(予定)

■問い合わせ先 公園緑地課(☎33・8739)



△発掘調査対象区域

※青色の部分が①石垣修理に係る発掘調査対象区域、赤色の部分が②二の丸の史跡整備に係る発掘調査対象区域

弘前城二の丸にあった建物の写真を探しています

市では、弘前城整備の参考とするため、大正時代に二の丸辰巳櫓付近の松林の中に建てられた飲食店・派出所などの写真を探しています。これらの建物は、昭和35年(1960年)に撤去されるまで二の丸に存在していました。建物の外観について、何か手がかりの得られる写真や資料があれば、情報をお寄せください。

■問い合わせ先 公園緑地課(☎33・8739)

