

多重債務・消費生活 法律相談会

相談希望者は、事前予約の上、債務状況が分かる資料などを持参してください。詳しくは問い合わせを。
△とき 7月23日(土)
 午後1時半～3時半

△ところ 市民生活センター(駅前町、ヒロ口3階)

△対象 市民=4人

△相談料 無料
 圖7月5日から、電話で、市民生活センター(☎34・3179)へ。

戦没者遺児の皆さんへ

日本遺族会では、先の大戦で父などを亡くした遺児を対象に、父などが戦没した旧戦域(東南アジア・中国など)を訪れて慰靈追悼を行うとともに、現地の人との友好親善を深めることを目的に、「戦没者遺児による慰靈友好親善事業」を実施しており、参加者を募集しています。詳しい日程や訪問地、申し込み方法については問い合わせを。

圖日本遺族会(☎東京03・3261・5521)

平成28年版 朝市・産直マップを配布

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、無料で差し上げています。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、ヒロロスクエア、市民課駅前分室・城東分室、緑の相談所など
 圖農業政策課(☎40・7102)

「農作業従事者」を募集

J Aつがる弘前およびJA相馬村の無料職業紹介所では、りんごの生産に従事したい人を募集しています。
△作業期間 7月～11月の収穫終了まで
△作業時間 原則、午前8時～午後

5時(休憩含む。時間外勤務なし)
△作業内容 りんご生産の農作業
△対象 園地まで自動車通勤可能で、はしごでの作業ができる人
△賃金 園主との話し合いで決定
△採用方法 面接による選考
 圖J Aつがる弘前農作業従事者無料職業紹介所(☎82・1052)、JA相馬村農作業従事者無料職業紹介所(☎84・3215)

のびのび子ども相談

△とき 7月26日(火)
△受付 午前9時半～午後2時(時間予約制。相談が終わり次第終了)
△ところ 弘前市保健センター(野田2丁目)
△内容 発達相談(ことばが遅い、落ち着きがないなど)
△対象 市民(1歳以上の幼児とその家族)
△参加料 無料
△持ち物 母子健康手帳
 圖7月4日～25日に、弘前市保健センター(☎37・3750)へ。

成人歯科健診

平成29年3月31日までに30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる人を対象に、成人歯科健診を実施します。

虫歯や歯周病の早期発見、口腔(こうくう)内の清掃状態やかみ合わせなどの健康チェックを受け、生涯にわたり歯の喪失を防ぎましょう。

対象者には受診券を送付しますので、この機会にぜひ受診を。なお、健診は指定の歯科医療機関で、各自の都合に合わせて受診できます。

△料金 無料(健診後の治療費は本人負担)
 圖健康づくり推進課(☎37・3750)

5歳児発達健診(前期)

△対象 平成23年4月2日～9月30日生まれの子ども
△予備調査 対象となる子どもを持つ保護者には、7月中に予備調査票を送付します。調査を希望する人または発達健診を希望する人は、予備調査票と同意書に記入の上、同封の

返信用封筒で返送してください。予備調査の結果、発達健診が必要と思われる場合は、再度お知らせします。
 ※平成23年10月1日～平成24年4月1日生まれの子どもについては12月に予備調査票を送付予定。

弘前就職説明会・面接会

△とき 7月21日(木)、午後1時～4時(受け付けは午後0時半～3時半)
△ところ ホテルナクアシティ弘前(大町1丁目)プレミアホール
△対象 ハローワークに求職登録している人
 ※当日会場でも登録できます。
△持ち物 履歴書、ハローワークカード
△参加料 無料
 ※詳しくは、青森労働局または市ホームページをご覧ください。
 圖I・M・S(弘前就労支援センター内、☎55・5608)

不動産無料相談会 開催日の変更

市民生活センター(駅前町、ヒロ口3階)で開催している不動産無料相談会の7月の開催日が下記のとおり変更になりました。

△とき 7月14日・21日の午後1時～4時
△ところ 市民生活センター
△相談内容 不動産取引・賃貸借トラブルなどに関すること
 圖市民生活センター(☎34・3179)

今月の市税などの納期

納期限 8月1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

☆今日は第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。

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モーニングローハスヨガ	7月～9月の毎週土曜日、午前7時15分～8時15分	弘前公園自由広場		1回500円	当日受け付け。ヨガマット(貸し出しあり)、レジャーシートの持参を。	スポネット弘前(☎32・6523)
②産後エクササイズ	7月7日・21日の午後2時15分～3時15分	ウイング弘前(青山5丁目)	生後3か月～12か月の乳幼児と母親=10組	1回=1,944円 /2回=3,240円	乳幼児の敷物(タオルなど)・お世話道具	事前に電話で、ウイング弘前(☎38・8131)へ。
③親子で着衣水泳体験	7月9日・16日の午前9時～9時45分		小学生以上の児童とその保護者=各回10組	無料	水着、水泳帽、ゴーグル、バスタオル、着衣水泳用の服の持参を。	
④ジュニアゴルフ教室	7月16日、①午前10時～11時半、②午後1時～2時半	岩木川市民ゴルフ場(清野袋2丁目)	小学生=各コース5人(先着順)	1回1,000円	着替えの持参を。道具は貸し出します。	7月15日までに、電話窓口で、岩木川市民ゴルフ場(☎36・7855)へ。
⑤市民グラウンド・ゴルフ初心者教室	7月17日、午前8時半～午後0時半	弘前B&G海洋センター(八幡町1丁目)	基礎知識を学びたい市民	100円(資料代、保険料代として)	用具の貸し出しあり(申し込み時にお知らせください)	7月11日までに、グラウンド・ゴルフ協会事務局(奥出さん、☎33・8908)へ。
⑥体験・フォーカダンスのタバ	7月23日、午後6時半～9時	弘前文化センター(下白銀町)2階大会議室	市民	無料	当日受け付け。運動靴の持参を。	弘前市フォークダンス協会事務局(佐々木さん、☎33・6537)
⑦～親子で楽しく体験!!～夏休みソフトバレーボール教室	7月24日、①小学校1年生～3年生=午前10時半～正午/②小学校4年生～6年生=午後1時半～3時	金属町体育センター	各15組(いずれも保護者同伴、先着順)			事前に電話で、金属町体育センター(☎87・2482)へ。
⑧気軽にスポーツ体験教室	7月29日～9月16日の毎週金曜日(8月12日を除く)、午前10時半～正午		市民=15人	無料	室内用シューズの持参を。	7月22日(必着)までに、金属町体育センター(〒036・8245、金属町1の9、☎87・2482)へ。(※1)(※2)
⑨～認知症の予防をしよう!～楽しく健康教室	7月30日～9月17日の毎週土曜日(8月13日、9月3日を除く)、午前10時半～11時半		市民=12人程度			
⑩夏休みかけっこ教室	7月25日・27日・29日、8月1日・3日・5日・8日・10日の午前10時半～11時	河西体育センター(石渡1丁目)	小学校1年生～4年生=20人	無料	なわとび、運動靴、着替えの持参を。	7月13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)
⑪タオルdeからだスッキリ!体操教室inヒロ口	8月5日～26日の毎週金曜日、午後1時半～2時半	ヒロ口(駅前町)3階健康ホール	30人	無料	フェースタオルの持参を。	7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)
⑫手軽に楽しく健康づくり教室	8月2日～30日の毎週火曜日、午後1時半～2時半		市民=20人	無料	室内用シューズの持参を。	7月20日(必着)までに、弘前B&G海洋センター(〒036・8057、八幡町1丁目9の1、☎33・4545)へ。(※1)(※2)
⑬カチコチBODYゆつたり改善教室	8月15日～9月26日の毎週月曜日、午前10時～11時	弘前B&G海洋センター(八幡町1丁目)武道場	市民=20人	無料		7月21日(必着)までに、弘前B&G海洋センター(〒036・8057、八幡町1丁目9の1、☎33・4545)へ。(※1)(※2)
⑭親子スポーツチャンバラ道場	8月6日・7日・11日午前10時～正午	青森県武道館(豊田2丁目)剣道場	小学生以下の子とその親=各回10組	無料		8月4日までに、青森県武道館(高橋さん、☎26・2200)へ。

※1…往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・年齢・学年(⑩のみ)電話番号・教室名を記入の上、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。

有料広告

有料広告

教えて!たか丸くんクイズの答え

答えは、②のはくちょう座だよ。季節ごとに見える星座が変わるのが星空観察の魅力だね。夏の大三角はプラネタリウム(下白銀町、弘前文化センター内)で開催される今月の「わくわく☆こどもプラネ」でも見ることができるよ!

※質問は12ページに、関連記事を5・17ページに掲載。

