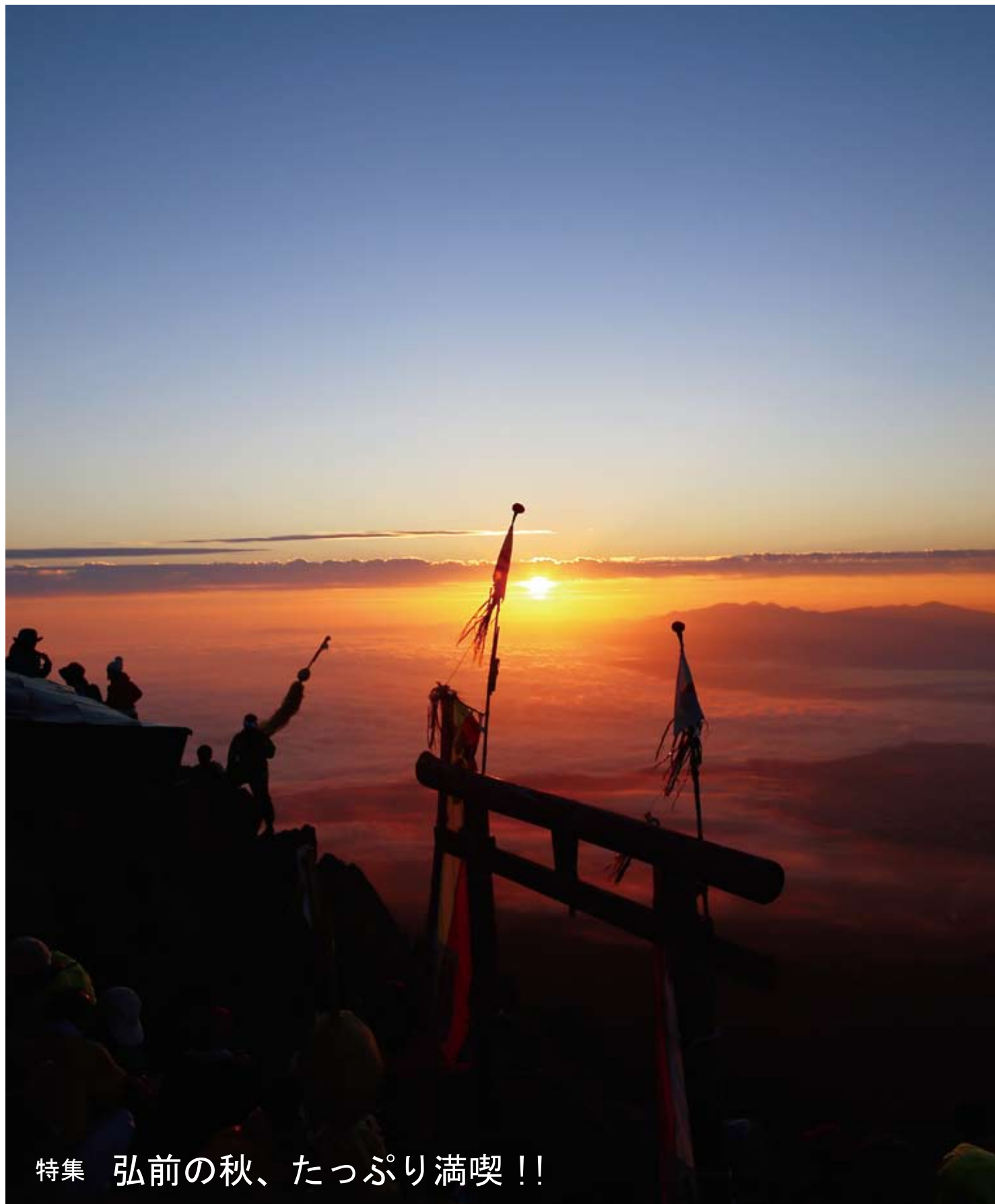


hirosaki

「話題」と「笑顔」を届ける総合情報誌 広報ひろさき

2016
10/1
No.255



特集 弘前の秋、たっぷり満喫！！

特集

弘前の秋、たっぷり満喫!!

市政情報

- ◆小・中学校の通学区域が変わります
- ◆重度医療の受給者証が新しくなります
- ◆弘前マイスター募集
- ◆都市公園管理審議会の委員を募集 ほか

フォトコレ in ひろさき

光と音のサーカス
My ひろさき創生市民会議
カルチャロード ほか

学生企画コーナー

もっと②♥弘前!!

暮らしの information

イベント、教室など

Health Information

健康の掲示板
がん検診を受けましょう
健康かるた

読者のひろば

smile 通信
さらっと一句・川柳
弘前図書館近着図書紹介
食改さんおすすめレシピ

特集

弘前の秋、 たっぷり 満喫!!

芸術の秋、スポーツの秋、食欲の秋。過ごしやすいこの季節、弘前ならではのたくさんのイベントを開催します。家族や友人同士で参加してみませんか。

ひろさき ハイカラ庭園



10月22日・23日
藤田記念庭園

～仮装での来園大歓迎!～

皆さんも大正時代を演出する「ハイカラ庭園」の主演(キャスト)の1人になってみませんか?

大正浪漫あふれる藤田記念庭園を舞台に人力車やレトロバス運行、クラシックカー展示を行います。また、温かい食べ物の出店のほか、その場で衣装を着替えての庭園散策、絶好のロケーションを背景に本格的な記念撮影体験イベントなども開催。思い思いのハイカラ衣装で参加ください。

▽とき 10月22日・23日の午前9時～午後9時

▽ところ 藤田記念庭園(上白銀町)

▽仮装テーマ 22日…大正ロマンを感じさせる服装、23日…こんな服を着て庭園を楽しみたい!

▽入場料 無料

※詳しくはホームページ(<http://www.hirosakipark.or.jp/highcolor/>)をご覧ください。

■問い合わせ先 藤田記念庭園(☎37・5525)

この日だけの特別な
仮装イベントだよ!
みんなでオシャレをし
て庭園を楽しもう!



10月9日
駅前公園
・ヒロロ



ひろさきりんご ハロウィン2016

「あめっこけねばごんぼほるぞ!!」

今年は駅前公園をメイン会場に、弘前駅前一帯を巻き込んでさまざまなハロウィン企画を実施します。※イベントの内容や時間などは変更する場合があります。詳しくはホームページ(<http://ringo-halloween.com/>)をご覧ください。なお、当日は会場の一部で車両規制がありますので、ご協力ください。

■問い合わせ先 弘前商工会議所(☎33・4111)

ひろさきりんご ハロウィン仮装コンテスト

▽とき 午前11時～

▽ところ 駅前公園

ひろさきりんごハロウィンパレード

▽とき 午後1時50分～

▽コース 並木通りデリーストア前～えきどてプロムナード～駅前公園

▽パレード参加料(パレード・パス) 200円

※お菓子がもらえたり(小学生以下)、各種優待が受けられます。

▽パレードパス販売場所 弘前商工会議所、まちなか情報センター、ドン・キホーテ弘前店、ヒロロ、さくら野百貨店弘前店

ひろさきりんごハロウィンアワード

▽とき 午後3時～

▽ところ 駅前公園

ひろさきりんごハロウィンナイトエリア

▽とき 午後3時半～8時

▽ところ 市民文化交流館(駅前町、ヒロロ4階)ホール

▽内容 ダンスショー、ダンスバトルほか

最新情報は「ひろさきりんごハロウィン」ホームページをチェックしよう!



【今号の表紙】山頂のご来光

「お山参詣」最終日、朔日(ついたち)山でのご来光。満天の星空の下、約300人が岩木山山頂に登り、日の出を待ちました。登山囃子(ばやし)が鳴り響く中、ゆっくりと姿を現した太陽に、参拝者は歓喜の声を上げていました。





春風亭昇太さん…文化庁芸術祭賞を受賞するなど、新作、古典落語を問わず高い評価を得ている。演劇、音楽などジャンルを超えた活動も積極的に行っている。



萩原さち子さん…小学2年生のとき城に魅了される。執筆業を中心に、メディア・イベント出演、講演、講座を行っている。

「城を楽しむ 城と生きる」をテーマに、城や城下町の素晴らしさについて意見交換などを行います。
 ▽とき 10月29日(土)、午後1時～5時
 ▽ところ 市民文化交流館(駅前町、ヒロロ4階)ホール
 ▽内容 トークセッション「城あるきのススメ」…ゲスト・春風亭昇太さん(落語家)、萩原さち子さん(城郭ライター・編集者)／パネルトーク「お城と城下町の未来」
 ▽定員 200人(先着順)
 ▽入場料 無料
 ▽申し込み方法 ファクスまたはEメール(住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で申し込みを。
 ▽その他 ヒロロスクエア(ヒロロ3階)でパネル展示なども行います。
 ■問い合わせ・申込先 アップルウェーブ(☎38・0788、ファクス38・0790、Eメール shiro@applewave.co.jp)

第4回全国城サミット in 弘前

～城を楽しむ 城と生きる～

10月29日

10月30日
11月3日

弘前城本丸

石垣解体イベント



「天守曳屋(ひきや)」工事が完了し、いよいよ弘前城本丸の「石垣解体」が始まります。石垣解体がどのようにして行われるのか、石垣にはどのような種類があるのか、また、藩政時代、石垣の大石をどのような方法で運んでいたのかなどを紹介するイベントを開催します。

▽とき 10月30日、11月3日
午前9時半～午後3時半(小雨決行)

▽ところ 弘前公園本丸および内濠ほか

▽参加料 無料(本丸への入園料は必要)

▽内容

①石垣現場説明会(内濠)…石垣解体の施工順序などについて写真パネルを使いながら説明します。

②石垣セミナー(本丸)…石垣の種類や形状、濠や土塁の種類について有識者や石工職人が説明します。

③石曳(ひ)き体験(本丸)…一口城主や来園者などに実際に石を曳いてもらいます。

※事前の申し込みが必要。

④解体石垣番号付け記念体験(内濠)…一口城主や来園者などに、実際に高所作業車に乗って作業体験をし

てもらいます。

※事前の申し込みが必要(小学生未満の体験は不可)。

⑤東内門特別公開…午前10時～午後3時

⑥本丸発掘調査現地説明会(集合＝本丸天守台前)…午前10時～、午後1時～

※⑥は11月3日のみ開催。

▽申込期限(③・④) 10月14日(金)必着

※応募多数の場合は抽選で決定。動きやすい服装、履き物でおいでください。

▽申し込み方法 郵送、ファクスまたはEメール(体験を希望するイベント名〈石曳き体験または番号付け体験〉・参加者氏名・住所・電話番号・希望日時〈午前または午後〉を記入)で申し込みを。

■問い合わせ・申込先 広報弘報課(☎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)



見て、聞いて、体験して、弘前城や石垣工事について詳しく知ろう!!

第9回 弘前スポレク祭

10月9日・10日

(日) (月・祝)



弘前スポレク祭は、市民の皆さんにさまざまなスポーツ・レクリエーションに親しんでもらうことで、健康で快適な生活を送ってもらうことを目的に開催しています。ぜひこの機会に体験してみませんか。

会場	種目・イベント	とき	ところ 内容	対象・定員	参加料	問い合わせ・申込先
弘前市運動公園 (豊田2丁目)	★初心者サッカー教室	10月9日・10日	球技場	小学校1年生～3年生	無料	リベロ津軽スポーツクラブ(☎55・5143)
	★サッカー交流試合	10月9日・10日	球技場	小学校5年生以下	無料	
	★シン・走り方教室 & ラグビー・アメフト教室	10月10日	陸上競技場	小学生＝200人	無料	スポネット弘前(☎32・6523)
	★少年少女親子ティ ーボール教室	10月9日	多目的広場	6歳児～小学校3年生の児童とその保護者	無料	弘前市野球協会(斎藤さん、☎35・6909)
	★ソフトボール大会・教室	10月10日	多目的広場	小・中学生	無料	弘前市ソフトボール協会(工藤さん、☎87・3249)
	★グラウンドゴルフ大会	10月9日・10日	常設コース	市民＝各日100人	各日500円	弘前市グラウンドゴルフ協会(奥出さん、☎33・8908)
市民体育館(五十石町)	★市民ウォーキングの集い	10月10日	運動公園周辺	どなたでも参加可	無料	弘前歩こう会(今井さん、☎32・9272)
	市民体操祭	10月10日	競技場	見学自由	無料	弘前体操連盟(宮地さん、☎32・2988)
弘前B & G 海洋 センター(八幡町1丁目)	ターゲットバードゴルフ教室	10月9日・10日	グラウンド	どなたでも参加可	無料	弘前ターゲットバードゴルフ協会(小山さん、☎35・8005)
	★ターゲットバードゴルフ大会	10月9日・10日	グラウンド	市民＝100人	500円	
	ベタンク教室	10月10日	グラウンド	どなたでも参加可	無料	弘前市ベタンク協会(葛西さん、☎88・3480)
河西体育センタ ー(石渡1丁目)	バウンドテニス教室	10月9日	体育館	どなたでも参加可	無料	弘前バウンドテニスクラブ(松原さん、☎33・0243)
	★ラージボール卓球大会	10月10日	体育館	市民＝100人	1,000円	弘前ラージボール卓球協会(木村さん、☎33・2407)
	★ゲートボール大会	10月9日・10日	すばーく弘前	市民＝50人	500円	弘前市ゲートボール協会(五十嵐さん、☎携帯090・8928・2328)
岩木山総合公園 (百沢字裾野)	★ママチャリ耐久レース	10月10日	公園内特設コース	30チーム(1チーム3～6人)	3,000円 / 1チーム	ママチャリ耐久レース実行委員会(桜庭さん、☎携帯090・2271・5555)
	★ソフトバレー大会	10月10日	体育館	小学生以上の市民	ファミリーの部＝無料 / 一般の部＝2,000円	弘前バレーボール協会(山中さん、☎88・3809)
	★シニアサッカー大会	10月10日	グラウンド	40代・50代・60歳以上(年代別)	2,000円 / 1チーム	弘前サッカー協会(川村さん、☎携帯090・2021・1665)
南富田町体育センター	★ドッジボール&なわとび教室	10月10日	体育館	どなたでも参加可	無料	スポネット弘前(☎32・6523)

★のイベントは事前の申し込みが必要ですが、それ以外は参加自由(無料)です。なお、種目・イベントによっては定員に達している場合もありますので、ご了承ください。

■問い合わせ先 弘前スポレク祭実行委員会(文化スポーツ振興課内、☎40・7115)

2016 津軽の食と産業まつり



津軽の食と産業まつりは、弘前市や津軽地域の産業・歴史・文化をよりいっそう振興させることを目的に、消費の中心をなす「食」と地元根付いた「産業」を紹介するイベントです。

地元生産品や生活関連商品、住宅機器、農産物の販売のほか、楽しいイベントも盛りだくさん。津軽の「食」と「産業」を、楽しみ、味わい、学んでみませんか。

※「津軽の食と産業まつり」は、今年も『弘前りんご博覧会』の一環として行われます。

■問い合わせ先 津軽の食と産業まつり実行委員会（☎ 33・4111）

※会期中は、まつり実行委員会本部（☎ 27・2685）へ。

◆とき 10月14日(金)～16日(日)
午前9時半～午後5時

◆ところ 主会場=克雪トレーニングセンター
(豊田2丁目、運動公園内)

友好都市物産コーナー

友好都市の北海道斜里町と群馬県太田市の海産物・農産物などの特産品を紹介、販売します。



物販・企業PRコーナー

食品、雑貨、生活用品などの販売・PR。

屋外屋台村

エントランス広場に、ラーメン・そば、肉料理、海産物・農産物販売コーナーなどを設けます。



弘前アップルパイ総選挙

市内の菓子店が作るアップルパイの食べ比べイベントを開催します。



ステージイベント

保育園児による演奏・演技、小学生によるプラスバンド演奏、フラダンス、そば打ち体験、和菓子作り体験、弘大生お笑いライブ、よさこいなど。

弘前マイスターPRコーナー

当市の産業全般に携わる優れた技術者「弘前マイスター」を紹介します。

日本列島うまいもの大会ブース

函館・松本・上田・下関・北九州の名産品や一押しグルメを販売。

ひろさき健康増進コーナー

ひろさき健康増進リーダー会などの協力による、体組成測定や血圧測定など健康を促すコーナーです。

献血コーナー

会期中、エントランス広場に献血バスが来ます。献血は命を支えるボランティアです。ご協力をお願いします。

「将来の夢」コンクール作品展示

市内小学校5年生による「将来の夢」を題材にした絵と作文を展示。

お楽しみ抽選会

お買い上げ500円ごとにお買い物抽選補助券を1枚差し上げます(2枚で1回抽選)。1等「ペア1泊2日宿泊券」など、賞品を多数用意しています(空くじなし)。



お楽しみ抽選券付き!!

無料シャトルバス運行

会期中、弘前駅と会場を結ぶ無料シャトルバスが運行されます。はるか夢球場が改修工事のため駐車場が少なく、当日は混雑が予想されますので、ぜひこちらのバスや公共交通機関をご利用ください。



※弘前駅城東口に臨時無料駐車場を用意しています(台数に限りがあります)。



弘前デザインウィーク

HIROSAKI DESIGN WEEK

「弘前音話祭 Cross.S」

弘前ならではの音楽フェス。主な出演アーティストを紹介します。

10.10
〈月・祝〉

観覧無料

藤巻亮太 (ふじまきりょうた)

2000年12月、地元山梨で小学校からの同級生3人でレミオロメンを結成。2003年8月ファーストシングル『電話』でメジャーデビュー。2005年リリースのシングル『粉雪』の売り上げは100万枚を超え、自己最高のヒットを記録し、今でも支持され続けている。

2012年2月、レミオロメンの活動休止を発表。東日本大震災以降、音楽と向き合い、被災地の学校を中心にライブを行い歌い続けてきた楽曲『光をあつめて』をソロデビューシングルとして2012年2月にリリースし、現在ソロ活動中。



七尾旅人 (ななお たびと)

シンガーソングライター。これまで『911fantasia』『リトルメロディ』などの作品をリリースし、『Rollin'Rollin'』『サーカスナイト』などがヒット。唯一無二のライブパフォーマンスで長く思い出に残るステージを生み出し続けている。

弘前音話祭 Cross.S

◆とき 10月10日(月・祝)、午前11時～午後8時(午前10時開場)

◆ところ 弘前公園本丸・北の郭(くわ)

◆内容 弘前城天守が曳屋(ひきや)された本丸をメインステージに、天守と岩木山が共演する今しか見ることができない最高のロケーションで、一流のアーティストが奏でる音楽の空間を演出します。

北の郭では、「揚げ物」をテーマとした『から揚げまつり 弘前城本丸の陣』を開催。このイベントのために開発した新商品の販売などを行います。

◆観覧料 無料(弘前公園本丸・北の郭への入園も無料)

詳しくはWEBサイトをチェック!

※雨天時は内容を変更する場合があります(荒天中止)。



creeps (クリープス)

1996年、弘前市で結成。弘前市を活動拠点としながらも、全国各地でライブ活動を行う。現在は4人編成となり、そのサウンドは日々進化を続けている。

りんご娘

「弘前アクターズスクールプロジェクト」から誕生したダンス&ボーカルユニット。音楽・芸能活動を通じた地方からの情報発信と、地元青森の活性化、全国・海外の第1次産業をエンターテインメントで元気付けることを目標としている。



弘前暴動 (ひろさきぼうどう)

その名の通り音楽で暴動を起こすために弘前で結成され、1976年～1986年に活動したイギリスのパンク・ロックバンド「The Clash (ザ・クラッシュ)」のコピーをメインとして活動している。

にゃんごすたー

猫ドラマー。飼い主のドラムを見よう見まねでやっている。今年の活動は、ドラムコンテストグランプリを狙うこと。



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・申込先 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)



新入生が
対象です

平成 29 年度から 小・中学校の通学区域が変わります

平成 29 年 4 月から市内 6 カ所の通学区域が変わります。この変更は、弘前市立小・中学校通学区域改編協議会の答申を経て、教育委員会会議で審議の結果、実施するものです。変更区域の詳細は市ホームページをご覧ください。

▽**変更内容** 下表

▽**変更理由**

- ①小・中 9 年間を通して系統的に一貫して学ぶ環境を整えるため。
- ②地域事情の変化などにより、地域の実態に合わせて通学区域を見直すため。

▽**対象者** 平成 29 年度以降の新入学生および転入生

【変更内容】

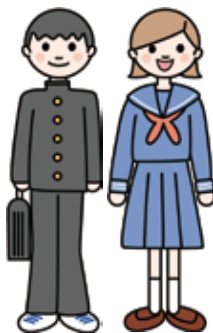
変更区域	変更前	変更後	備考
(1) 堅田 3 丁目・4 丁目・5 丁目 松ヶ枝 1 丁目の一部 松ヶ枝 2 丁目・4 丁目・5 丁目 俵元 1 丁目・2 丁目 和泉 1 丁目の一部・2 丁目の一部 高崎 2 丁目の一部	東中学校区	第一中学校区 (許可校…東中学校)	東中と第一中に分離していた和徳小学校区を、第一中学校区に統一
(2) 小沢字山崎 中野 4 丁目・5 丁目 原ヶ平の一部 富士見台 1 丁目 館野 1 丁目・2 丁目 山崎 1 丁目～5 丁目	南中学校区	第三中学校区 (許可校…南中学校)	南中と第三中に分離していた文京小学校区を、第三中学校区に統一
(3) 清水森	第五中学校区	南中学校区 (許可校…第五中学校)	第五中と南中に分離していた千年小学校区を南中学校区に統一
(4) 大清水 3 丁目 2 番地	第三大成小・第三中学校区	堀越小・第五中学校区	
(5) 在府町 91 ～ 92 番地	桔梗野小学校区	朝陽小学校区	
(6) 安原 1 丁目 3 ～ 6 番地	第三大成小・第三中学校区	松原小、南中学校区	

※在校生は引き続き、現在通学している学校へ通学することとなります（手続き不要）。

【学区外就学】

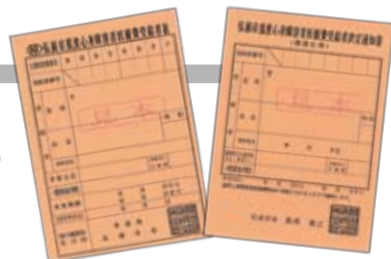
変更区域（１）～（３）に住んでいる生徒は、下表の（ ）内の許可校へ学区外就学することができます（申請手続きが必要）。

■**問い合わせ先** 学区について…学校づくり推進課（☎ 82・1645）／学区外就学の手続きについて…学務健康課（☎ 82・1643）



内容を確認の上、
ご利用ください

重度医療の受給者証 （決定通知書）が新しくなります



弘前市重度心身障害者医療費受給者証、弘前市重度心身障害者医療費受給者決定通知書が 10 月 1 日から更新されます。対象者には新たな受給者証または決定通知書を送付しましたので、内容を確認し、利用の際は、裏面に記載された注意事項を必ず読んでください。※前年度に続き、要件を満たさない人には通知書を送付しません。

【受給者証～国民健康保険加入者に送付～】

▽**利用方法** 医療機関を受診する際に、健康保険証と一緒に提示すると、窓口で支払う医療費が軽減されます。※県外の医療機関を受診する場合や、受給者証を提示しなかった場合は下記償還払いの手続きが必要です。

【決定通知書～社会保険、後期高齢者医療制度加入者に送付～】

▽**利用方法** 償還払いとなりますので、医療機関で医療費を支払った後、医療費の領収書と印鑑を持参し、福祉政策課（市役所本館 2 階）に申請してください。後日、本人名義の口座に助成額を振り込みます。**申請できる期間は、診療月の翌月から 2 年以内**となりますのでご注意ください。

シリーズ 国民健康保険の現状

今回は国民健康保険料の仕組みについてお知らせします。

国民健康保険料は、目的に応じて基礎賦課額（医療分）、後期高齢者支援金分、介護納付金分の 3 つがあります。また、皆さんの能力（所得）に応じて負担となる所得割、加入している世帯ごとに負担となる平等割、加入している個人ごとに負担となる均等割があります。

基礎賦課額【医療分】

- ・加入者全員が納付
- ・自己負担以外の医療費に充当

後期高齢者支援金分

- ・後期高齢者医療制度を支援するため、加入者全員が納付

介護納付金分

- ・加入者の内、40 歳～ 64 歳の人が納付

当市の国民健康保険料率	基礎賦課額（医療分）	後期高齢者支援金分	介護納付金分
所得割（所得で負担）	所得の 10.2%	所得の 3.2%	所得の 3.0%
平等割（世帯で負担）	2 万 4,000 円	7,200 円	5,640 円
均等割（個人で負担）	2 万 4,600 円	7,800 円	9,600 円
賦課限度額（保険料上限額）	54 万円	19 万円	16 万円

※国民健康保険料には上限額があり、平成 28 年度は合計 89 万円です（介護分を除くと 73 万円）。

【重複受診はやめましょう】

紹介状なしで同じ病気で医療機関を次々変えて受診すると、その都度初診料が請求され、医療費の窓口負担も多くなります。また、検査や処置を何度も行うことになり体に負担がかかります。できる限りかかりつけ医をもつようにしましょう。



**ワンポイント
アドバイス**

■**問い合わせ先** 国保年金課国保保険料係（市役所新庁舎 1 階、☎ 40・7045）

平成 27 年度
弘前地区小・中学校美術展

特別賞受賞作品 Vol.1

図工・美術の授業で作った、子どもたちの生き生きとした日常の様子がうかがえる作品の中から、弘前地区小・中学校美術展で特別賞を受賞した作品を広報ひろさきで 6 回に分けて紹介します。



タイトル
ショベルカーはすごいぞ



工藤優翔（くどう
ゆうと）くん
（裾野小 2）

コメント

キャタピラーを作る時、1 本 1 本紙を貼るのが大変でした。ショベルの曲げ方を工夫しました。

見本市などへの
出展事業を支援

弘前市海外販路開拓支援補助金

中小企業者などが持つ独自の技術・製品および工芸品の海外における販路拡大、新規需要開拓を促進するため、市内の中小企業者等が行う海外への輸出を目的とした国内外で行われる見本市などへの出展および個別商談を支援します。

▽対象事業・補助限度額・補助率

- ①海外で開催される見本市などへの出展＝70万円（補助率2分の1）
- ②国内で開催される輸出のための見本市などへの出展＝30万円（補助率2分の1）
- ③海外で行われる輸出のための個別商談＝30万円

（補助率3分の1）

④国内で行われる輸出のための個別商談＝15万円（補助率3分の1）

▽対象経費 旅費、出展料（小間料）、小間装飾費（電気工事等を含む）、備品借上料、印刷製本費、運送料、保険料、通訳料

▽募集期間 随時（ただし、予算が無くなり次第終了）
※制度の概要および交付申請書は市ホームページからダウンロードできます。

■問い合わせ先 商工政策課物産振興室（☎35・1135）

輸出に関する専門
家を派遣します

コンサルタント等専門家派遣支援制度

農産物、食品加工品、工芸品など、当市の物産の販路開拓を目的として、海外への輸出事業へ参入・拡大を目指す市内の中小企業を支援します。

▽支援内容 相談内容に応じて、貿易アドバイザー協会に登録されている専門家の中からコンサルタントなどを派遣します。

▽経費 専門家派遣にかかる経費（報酬、旅費等）を市が全額負担します

▽募集期間 10月3日～（予算が無くなり次第終了）
▽申し込み方法 申込書に必要事項を記入し、商工政策課へ持参してください（申込書提出時に、簡単な相談内容等のヒアリングも行います）。

※募集要項および申込書は市ホームページからダウンロードできます。

■問い合わせ先 商工政策課物産振興室（☎35・1135）

匠の技を伝え続け
ていくために

弘前マイスターを募集します

市では、地域産業を支える優れた技能・技術の継承と人材育成を目的に「弘前マイスター制度」を制定しています。サービス業、製造業、建設業・農林漁業といったさまざまな分野を対象として、その産業を長年支え、特に優れた技能・技術を有する人の応募をお待ちしています。なお、他薦にてご応募ください。

▽応募資格 市内に5年以上在住、または在勤する現

役の技能・技術者で、対象職業に20年以上の従事経験を有する卓越した技能・技術者

▽募集期間 10月3日～11月11日まで

※制度の概要および認定申込書は、市ホームページからダウンロードできます。

■問い合わせ先 商工政策課物産振興室（☎35・1135）



市民の皆さんから
公募します

弘前圏域定住自立圏共生ビジョン懇談会の委員を募集

弘前圏域定住自立圏では「弘前圏域定住自立圏共生ビジョン」を策定し、これに基づく取り組みを進めています。連携施策の進ちょく状況の評価や共生ビジョンの改訂などに、幅広い意見を反映させるため、「弘前圏域定住自立圏共生ビジョン懇談会」を設置しており、その委員を募集します。

▽応募資格 弘前圏域内（弘前市、黒石市、平川市、藤崎町、板柳町、大鰐町、田舎館村、西目屋村）に居住する満20歳以上（平成28年4月1日現在）の人で、年2～3回程度、平日の日中に開催される会議に出席できる人（過去に本懇談会の公募委員であった人、弘前圏域内の審議会委員、国または地方公共団体の議員および職員〈退職者含む〉を除く）

▽募集人員 3人

▽募集期限 10月14日（必着）

▽委員の任期 委嘱の日から平成30年3月31日まで

▽謝礼など 会議1回の出席につき、市の規定に基づく報酬と交通費を支給

生活環境の保全に
ご協力を

浄化槽を正しく使いましょう

浄化槽は、微生物の働きを利用して汚水を浄化するため、適正な管理が必要です。そのため、浄化槽法では次のことが義務付けられています。

- ①定期的な保守点検
- ②年1回の清掃
- ③法定検査の受検（使用開始時と年1回）

法定検査は、浄化槽が適正に維持管理され、本来の浄化機能が十分に発揮されているかを判定するもの

で、青森県浄化槽検査センターが行います。また、浄化槽の使用開始時や廃止時、管理者の変更時などには、県への届出などが必要です。なお、合併処理浄化槽の新設等にかかる費用の一部補助制度（広報ひろさき9月15日号掲載）もありますので、ご活用ください。

■問い合わせ先 届出に関すること…弘前環境管理事務所（☎31・1900）／補助制度に関すること…環境管理課（町田字筒井、☎36・0677）

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】

藤田記念庭園（上白銀町）内にある旧藤田家別邸の洋館は大正10年に造られたけど、同じ時期に建てられた建物は右の3つのうちどれかな？



- ① 弘前昇天教会
- ② 青森県武道館
- ③ 最勝院五重塔

意見や提案を
お寄せください

弘前市立地適正化計画（素案）の説明会およびパブリックコメントを実施します

市では、今後 20 年間に於いて人口減少や少子高齢化が急速に進む予測の中で、市街地の人口密度を保ち生活サービス機能の維持・誘導を図るため、公共交通ネットワークと連携したコンパクトなまちづくりを推進する「弘前市立地適正化計画」を策定中です。

このたび、居住を誘導して人口密度を維持し、生活サービスやコミュニティが持続的に確保されるようにする区域（居住誘導区域）、医療・福祉・教育文化・商業等の生活サービス機能を積極的に維持・誘導する区域（都市機能誘導区域）、都市機能誘導区域に維持・誘導する施設（誘導施設）を設定する案がまとまりましたので、中学校区単位での住民説明会と、市民の皆さんから意見や提案を募集するためのパブリックコメント（意見公募手続き）を実施します。

【説明会】

10 月 11 日から、市内 16 中学校区ごとに説明会を下表のとおり開催します。説明会は開催する中学校区に居住していない人も出席することが出来ます。

【パブリックコメント】

▽募集・閲覧期間 10 月 11 日～ 31 日（必着）

▽計画（素案）の閲覧方法

○市のホームページ

○次の場所で閲覧

都市政策課（市役所新館 5 階）／市役所総合案内所（市役所本館 1 階）／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

【説明会開催場所】

中学校区	月 日	会 場
相馬中学校区	10 月 11 日	中央公民館相馬館研修室
新和中学校区	10 月 12 日	新和地区体育文化交流センター郷土芸能習得室
裾野中学校区	10 月 12 日	裾野地区体育文化交流センター和室
東中学校区	10 月 13 日	総合学習センター中会議室
第二中学校区	10 月 13 日	勤労青少年ホーム集会室
第一中学校区	10 月 14 日	宮川交流センター和室
東目屋中学校区	10 月 17 日	東目屋ふれあいセンター研修室
第五中学校区	10 月 17 日	泉野多目的コミュニティ施設多目的室

▽対象 ①市内に住所を有する人／②市内に事務所または事業所を有する個人および法人その他の団体／③市内の事務所または事業所に勤務する人／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（素案）に利害関係を有する人

▽提出方法 所定の様式または任意様式に、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①～⑥のいずれか）、件名（「弘前市立地適正化計画の意見」など、任意様式のみ）を明記し、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、都市政策課あて

②都市政策課へ直接持参

③ファクス…35・3765

④E メール…toshiseisaku@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、相馬総合支所総務課、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 都市政策課計画係（☎ 35・1134）

中学校区	月 日	会 場
南中学校区	10 月 18 日	千年交流センター研修室
津軽中学校区	10 月 18 日	中央公民館岩木館視聴覚室
北辰中学校区	10 月 19 日	北辰地区高杉ふれあいセンター研修室
船沢中学校区	10 月 19 日	船沢公民館会議室
石川中学校区	10 月 20 日	石川公民館和室
常盤野中学校区	10 月 20 日	岩木嶽さわやかホール和室
第三中学校区	10 月 21 日	ヒロロスクエア多世代交流室 2
第四中学校区	10 月 21 日	清水交流センター和室

※時間はいずれも午後 6 時半～。

あなたの声を
市政に反映

都市公園管理審議会の委員を募集

弘前市都市公園管理審議会は、弘前市附属機関設置条例に基づき設置され、都市公園の管理・運営に関する重要な事項について審議する機関です。

このたび、市民の皆さんの意見を審議事項に反映させるため、委員を募集します。

▽応募資格 市内に在住する 20 歳以上の人で、年 1 ～ 2 回程度、平日の日中に開催される会議に出席できる人（市のその他の審議会などの委員、国・地方公共団体の議員および職員を除く）

▽募集人員 2 人

▽応募期限 10 月 28 日（必着）

▽任期 辞令交付日から 2 年間

▽報酬など 会議 1 回の出席につき、1 万円の報酬および交通費を支給

▽応募方法 次の事項を記入した応募用紙を、郵送、持参、ファクスまたは E メールで提出ください。

①住所・氏名（ふりがな）・生年月日・年齢・性別・電話番号・郵便番号・職業（勤務先または所属団体等

の名称・所在地など）

②現在、県および他市町村の審議会などの委員になっている人は、その審議会などの名称と在任期間

③都市公園の管理・運営に関する意見・提言など（600 字程度）

※応募書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、公園緑地課で配布します。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 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通知します。

※応募書に記載された個人情報、選考事務のみに使用し、その他の利用・公表などはしません。ただし、委員になった人については、その氏名などを委員名簿に記載し、公表します。

■問い合わせ・提出先 公園緑地課（〒 036・8356、下白銀町 1、☎ 33・8739、ファクス 33・8799、E メール kouen@city.hirosaki.lg.jp）

市民活動情報発信コーナー 市民力×まちづくり

このコーナーでは、「市民参加型まちづくり 1 %システム」を活用して実施された事業をはじめ、市内で行われている市民活動を紹介していきます。

弘前から乳がん受診率 50%達成発進 !! & ケア帽子でがん患者をサポートしよう !!

▽実施団体 ほほえみネットワーク

▽事業内容 弘前市の乳がん検診の受診率が全国平均よりも低いため、正しい知識を学ぶ学習会の実施や啓発活動を行いました。また、がん患者のケア帽子作り教室や笑いヨガも行い、がん患者のサポートにも力を入れたところ、大変喜んでもらうことができたほか、「カルチャアロード」では、たくさんの市民が乳がんの触診モデルに触れる体験をすることで、関心を持っていただく第一歩となりました。

▽事業費／補助金額 18 万 2,939 円／ 15 万 4,000 円



ナイナイナイトプロジェクト「どん舞」

▽実施団体 弘前ナイナイナイト実行委員会

▽事業内容 弘前には夜の時間を生かしたイベントが少ないため、誰でも気軽に参加でき、一体感を楽しめる創作盆踊りのイベントを開催しました。振り付けなどをオリジナルで作成した「どん舞」をみんなで輪になって踊ったほか、参加者から「どんまいエピソード」を告白してもらい、幅広い年齢層の人が交流を楽しんでいました。弘前の新しい夜の楽しみ方の発信と、中心街の賑わいを創出することができました。

▽事業費／補助金額 46 万 4,038 円／ 37 万 9,000 円





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。

光と音のサーカス



この写真にスマートフォンをかざすと、動画が流れます。



8月20日・21日、吉野町煉瓦倉庫を舞台に開催。20日のワークショップでは子どもたちが布を裂いたり結んだりしながら舞台装飾を制作。メインの公演では「CINEMA dub MONKS」らが照明や映像、布の裁断と組み合わせて「物語のある音楽」を作り出し、非日常的な空間の演出で観客を魅了しました。

AR

で動画を見よう!!

【AR動画の視聴方法】

- ① App Store もしくは Google Play で無料アプリ「COCOA R」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



Myひろさき創生市民会議



8月27日に、弘前について話し合うワークショップを開催。第2回目となる今回は、ねふたやさくらに続く弘前の新たな魅力や資源についてグループで話し合いました。
※次回は10月8日開催で、参加者を募集しています。詳しくはひろさき未来戦略研究センター（☎40・7021）へ。

第33回 レッツウオークお山参詣



8月31日に行われたレッツウオークお山参詣では、白装束に身を包んだ参加者が、登山囃子（ばやし）が響く中「サイギ、サイギ」と掛け声をかけ、岩木山神社を目指しました。

カルチャアロード



9月18日、土手町通りを会場に開催。はしご車の乗車体験や各種団体の活動紹介、書道パフォーマンスなどが行われ、多くの家族連れらでにぎわいをみせていました。

※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。

学生企画コーナー

もっと②♥弘前!!

高校生の熱き戦い!! ファッション甲子園 2016

こんにちは!ひろ♥レポです。だんだん過ごしやすいく気温になり、秋を感じることが多くなってきましたね!皆さんの今年の夏はいかがでしたか?オリンピックや高校野球など、熱い戦いが印象に残っていると思います。そんな中、弘前でも高校生たちの熱い戦いがあったことをご存知ですか?今回は、8月21日に市民会館（下白銀町）で行われた『ファッション甲子園』取材してきました。

ファッション甲子園 とは…

21世紀のファッション界を担う人材の発掘および若者の夢の創造をねらいとした、高校生による高校生のためのファッションコンテストです。今年は、42都道府県から総数3,190作品が応募され、その中から35作品が8月21日に行われた最終審査会に出場しました。

第2位 柴田女子高校（青森県）「モダンな花魁」

この作品は、史上初となる「準優勝」「審査員特別賞」「観客賞」「キラリ賞」の4賞を受賞しました!

製作者の2人が「和」が好きなことから、花魁（おいらん）の強くて美しい様子を表現したそうです。製作期間は、モデル選びも含めて3カ月!和柄の生地を何枚も重ね、モデルの体型に合わせて何度も縫い直したことが大変だったそうです。



第1位 清凌高校（岐阜県）「無機質な湖」

人々の心の闇を湖の波紋で表現したそうです。服は硬いフィルムで出来ており、1枚ずつ切って立体的に貼る作業に苦労したようです。



第3位 富山第一高校（富山県）「表・裏」

服のデザインはすべて手書きで、ほとんどが描く作業!「憧れの舞台に参加できて嬉しい!青春を実感する!」と話していました。



主催者インタビュー

弘前はアパレル産業に注目し、「ファッションとアパレルの街・弘前」を目指す取り組みの一つとしてこれまでファッション甲子園を開催してきました。地元はもちろん全国の人にもこの大会を知ってもらい、ファッションで弘前がこれまで以上に盛り上がりとうれしいです。



▲ファッション甲子園実行委員会企画運営会議委員 福田さん

編集後記

どの高校も独創的なアイデアの服ばかりで、見ていて楽しかったです。また、ファッションの奥深さも知ることができました。一度見るとハマってしまうかも…!来年も皆さん見逃せませんね!

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(°^°)

暮らしの information



イベント

弘前城植物園の散策ガイド

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 10月1日・10日の午前10時～11時
▽集合場所 弘前城植物園南案内所
▽参加料 無料（入園料は必要）
📍市みどりの協会（☎ 33・8733）

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）10月1日・8日・15日・22日・29日の午前10時半～11時／中央公民館（☎ 33・6561）
【市立博物館（下白銀町）】
○親子鑑賞会（開催展示会の鑑賞。

緑の相談所

10月の
催し

【展示会】
●青森県おもと名品展 8日～10日
●弘前盆栽研究会作品展 20日～24日
●津軽盆栽会盆栽展 25日～31日
【講習会など】
●シャコバサボテンの管理 8日、午後1時半～3時半
●訪問相談 1日・22日
※市内を対象とした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】
シュウメイギク、ホトトギス、キク、フジバカマなど
📍緑の相談所（☎ 33・8737）

保護者も無料）10月8日・15日・22日・29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）10月1日・8日・15日・22日・29日の午前10時～正午／郷土文学館（☎ 37・5505）
📍各会場へ。

郷土文学館スポット企画展

【北の詩人たちー津軽方言詩ー】
高木恭造・戸謙三ら若き詩人たちが発表した津軽独特の方言詩を紹介します。
▽開催期間 10月1日～11月30日、午前9時～午後5時
※入館は午後4時半まで。
▽ところ 郷土文学館（下白銀町）スポット企画展コーナー
▽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。年齢や住所を確認できるものの提示を。
📍郷土文学館（☎ 37・5505）
※あおもり県民カレッジの単位認定講座です。

えほんのもり・ブックスタートおはなしかい

◎えほんのもりのおはなしかい
▽とき 10月2日・12日の午前10時半～11時
▽内容 絵本の読み聞かせ、手遊びなど
▽対象 3歳までの乳幼児と保護者
◎ブックスタートおはなしかい
▽とき 10月16日・26日の午前10時半～11時
▽内容 ブックスタートでプレゼントする絵本の楽しみ方、アドバイスや手遊びなど
▽対象 0歳児と保護者
～共通事項～
▽ところ こども絵本の森（駅前町、ヒロロ3階）おはなしコーナー
※事前の申し込みは不要。

ブックスタートパックの引き換えは引換券到着日から1歳の誕生日月末まで。こども絵本の森、弘前図書館（下白銀町）、岩木図書館（賀田1丁目）または相馬ライブラリー（五所字野沢）で引き換えることができます。
📍こども絵本の森（☎ 35・0155）

津軽塗伝統工芸士会作品展

▽とき 10月7日～10日、午前9時～午後6時（最終日は午後5時まで）
▽ところ アスパム（青森市安方1丁目）イベントホール
▽テーマ 「アクセサリー」
▽内容 作品の展示・販売／伝統工芸士による実演／研ぎ出し体験（体験料1,000円）
▽入場料 無料
📍青森県漆器協同組合連合会（☎ 35・3629）

講演会「高齢化社会における救急のはなし」

～高齢者救急出動の実情と緊急時の対応～
▽とき 10月8日（土）、午後1時半～3時（受け付けは午後1時～）
▽ところ 総合学習センター（末広4丁目）2階視聴覚室
▽講師 中畑時克さん（弘前医療福祉大学短期大学部救急救命学科講師）
▽定員 48人
▽参加料 無料
※事前の申し込みが必要。
📍弘前医療福祉大学短期大学部（☎ 27・1001、📠 27・1023）
※学園都市ひろさき高等教育機関コンソーシアム活性化支援事業費補助金対象事業。

鳴海要記念陶房館ギャラリーの催し

◎花&しずく写真展

▽とき 10月8日～16日の午前9時～午後4時（最終日は午後3時まで）

◎お茶のじかん、お酒の時間。
▽とき 10月29日～11月6日の午前9時～午後4時（最終日は午後3時まで）
～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
📍鳴海要記念陶房館（☎ 82・2902、火曜日は休み）

柳家小きん独演会

笑いと幸せを運ぶ落語です。
▽とき 10月9日（日）午後3時～
▽ところ 代官町 cafe & bar
▽対象 市民＝50人（先着順）
※定員を超えた場合は立ち見になります。事前の申し込みは不要ですが、事前申し込みで座席を確保します。
▽入場料 1,500円
▽その他 独演会終了後、懇親会（定員20人・先着順）を開催します。出席希望者は早めに申し込みを。
📍弘前柳家小きん後援会（三浦さん、☎ 携帯 090・9741・6739〈午後6時以降〉、📧 mmmmmiura@ezweb.ne.jp）

太宰治ドラマリーディング 秋の定期公演 2016

太宰治が描いた女性主人公の世界にタイムトリップしてみませんか。
▽とき 10月10日（月・祝）午後2時～3時
▽ところ 太宰治まなびの家（旧藤田家住宅、御幸町）
▽上演作品（予定）「女生徒」、「待つ」、「燈籠」
▽入場料 無料
※事前の申し込みは不要。キング松森町店の駐車場が利用できます。
📍津軽カタリスト（平田さん、☎ 携帯 090・3123・3861）
※平成28年度市民参加型まちづくり1％システム採択事業。

弘前市生きがいセンター作品展

▽とき 10月12日～14日、午

前10時～午後5時（初日は正午から、最終日は午後3時まで）
▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）1階美術展示室
▽内容 「生きがい教室」（クレヨン画・書道）の受講者および「サークル活動」（水墨画・絵手紙・折り紙など）参加者の作品展示
📍弘前市生きがいセンター（☎ 38・0848、月曜日と祝日の翌日は休館日）

化学に関する講演会

化学に関する最先端の研究成果をわかりやすく解説します。ぜひおいでください。
▽とき 10月14日（金）午後2時～4時半
▽ところ 弘前大学理工学部（文京町）2号館
▽内容 「フォトレドックス触媒反応：電子と光を試薬とする触媒反応」…講師・小池隆司さん（東京工業大学助教）／「ニトロゲナーゼの機能モデルを志向した金属-硫黄クラスター」…講師・大木靖弘さん（名古屋大学准教授）
▽参加料 無料
※事前の申し込みが必要。
📍弘前大学理工学部（太田さん、☎ 39・3569）

弥生いこいの広場の催し

◎The 角切り
▽とき 10月14日（金）午後1時半～
▽ところ 弥生いこいの広場（百沢字東岩木山）動物広場
▽内容 ホンシュウジカの角切り見学
▽参加料 無料（動物広場入場料は必要）
📍弥生いこいの広場（☎ 96・2117）

こどもの森10月の行事

◎月例登山「紅葉とキノコ ライオン岩登山」
▽とき 10月16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。
◎木の実・草の実展
▽とき 10月2日～16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）
📍こどもの森ビジターセンター（☎ 88・3923）／市みどりの協会（☎ 33・8733）

第4回 レディースゴルフコンペ

▽とき 10月23日（日）午前8時半集合
▽ところ 岩木川市民ゴルフ場（清野袋2丁目）
▽競技方法 18ホールズストロークプレーダブルペリア方式（打ち切りなし）
▽対象 高校生以上の女性＝28人（7組）
▽参加料 3,500円（昼食付き）
▽申し込み方法 10月18日までに、電話で申し込みを。
📍岩木川市民ゴルフ場（☎ 36・7855）

弘前図書館

10月の
催し

◎おたのしみおはなし会
▽とき 第1・3土曜日の午前11時～11時半、第2・4土曜日の午後3時～3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 「食べもの」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
▽参加料 無料
※事前の申し込みは不要。
📍弘前図書館（☎ 32・3794）

DOG FES IWAKI 2016

▽**とき** 10月23日(日)
午前9時～午後3時
▽**ところ** 岩木青少年スポーツセンター(常盤野字湯段沼)第一多目的広場
▽**内容** ①しつけ・ごはん・デンタルケアのワークショップ／②ドッグスポーツ(アジリティ、フライングディスクドッグ)体験／③ドッグスポーツミニ大会／④愛犬と楽しめるチャレンジゲーム／⑤小型犬・大型犬・初心者用のドッグラン／⑥ペットとの生活を楽しむ用品などの展示・販売、動物愛護展示コーナー
▽**参加料** ①・③・④＝各500円、②＝無料、⑤＝1頭300円
※事前の申し込みは不要。
▽**その他** 1年以内に接種した5種以上の混合ワクチン・狂犬病予防接種の証明書が必要。人間やほかの犬に対して、攻撃性のないことや、そのほかドッグランコーナーの利用規約をお守りください。
☎ワンアップツガル(宮川さん、☎55・8540)

模擬裁判員裁判・裁判員制度シンポジウム

▽**日程と内容**
○模擬裁判員裁判＝10月23日、午後1時～4時…学生中心で上演
○裁判員制度シンポジウム＝10月29日、午後2時半～6時…テーマ

ロマントピア天文台
[星と森のロマントピア]

★**観察会** 10月6日(木)、午後7時～9時
▽**ところ** 星と森のロマントピア天文台(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。
☎星と森のロマントピア天文台(☎84・2233、月曜日は休館〈月曜日が祝日の場合は開館し、次の平日が休館〉)

「裁判員裁判と被告人の更生」～**共通事項**～
▽**ところ** 弘前大学人文社会科学部(文京町)4階多目的ホール
▽**参加料** 無料
▽**その他** 裁判員経験者で、インタビューに協力できる人やシンポジウムに参加できる人を募集しています。詳しくは問い合わせを。
☎弘前大学人文社会科学部(平野さん、☎39・3199)

第55回弘前市子どもの祭典

市内の中学生と高校生の実行委員が、子どもの目線で、子どもたちに楽しんでもらえるプログラムを企画している、年に1度の子どものための祭りです。
▽**とき** 11月3日(木・祝)
午前9時半～午後3時
▽**ところ** 弘前文化センター(下白銀町)
▽**テーマ** 「GoGo!輝けわらはんど」
▽**内容** 午前＝開会式、子どもの作品展示会表彰式、舞台発表「観て、聴いて、わくわくドキドキのショータイム!」／午後＝11個の体験コーナー(アートバルーンや屋台コーナーなど)、子どもの作品展示会、大抽選会、閉会式
▽**入場料** 無料
▽**その他** 会場で軽食を購入できます。自家用車での来場はご遠慮ください。
☎弘前市子どもの祭典実行委員会事務局(弘前文化センター内、中央公民館、☎33・6561、火曜日は休み)

青森土木フォーラム参加募集

土木の理解を深めるとともに、土木を志す人の人材育成のため、「くらしと土木～観光」をテーマに講演会、パネルディスカッションおよびポスター展を行います。ぜひおいでください。
【**講演会・パネルディスカッション**】
▽**とき** 11月5日(土)、午後1時～4時
▽**ところ** 弘前文化センター(下白銀町)
▽**参加料** 無料
▽**申し込み方法** ファクスかEメー

ル(住所・氏名・電話番号・ファクス番号を記入)で、10月21日までに、青森土木フォーラム実行委員会(☎0178・25・5018、☎kouza@civil.hi-tech.ac.jp)へ。
【**ポスター展**】
▽**とき** 11月5日の午前10時半～午後8時、11月6日の午前9時～午後5時
▽**ところ** 百石町展示館
▽**入場料** 無料
☎青森土木フォーラム実行委員会事務局(☎八戸0178・25・8040)

ファミリー防災キャンプ

さまざまな災害状況を想定した活動を親子で体験します。
▽**とき** 11月12日～13日(1泊2日)
▽**ところ** 梵珠少年自然の家(五所川原市神山字殊ノ峰)
▽**対象** 小・中学生と保護者＝40人
▽**参加料** 1人2,400円
▽**募集期間** 10月17日～28日
※詳しくはホームページをご覧ください。
☎梵珠少年自然の家(☎五所川原0173・29・3303、く午前8時半～午後5時)、☎http://www.pref.aomori.lg.jp/bunka/education/bonju_top_index.html)



教室・講座

地域未来創生塾@中央公民館

大学教員、学生からの話題提供や資料を使って、今後の地域づくり活動に役立つワークショップを行います。
▽**日程と内容** 10月12日…「地方鉄道の現状と活性化のあり方」ローカル線についてみんなで考えよう!／10月26日…「巨大都市ニューヨークの誕生～摩天楼の頂とその下に」
※時間はいずれも午後6時半から。
▽**ところ** 中央公民館(下白銀町)第3会議室
▽**対象** 高校生以上の市民＝30人
▽**参加料** 無料

※事前の申し込みは不要。詳しくはホームページをご覧ください。
☎中央公民館(☎33・6561、火曜日は休み)／弘前大学人文社会科学部地域未来創生センター(☎39・3198、☎http://human.cc.hirosaki-u.ac.jp/irrc/)

北の文学文脈講座

▽**とき** 10月15日(土)
午後2時～3時
▽**ところ** 郷土文学館(下白銀町)
▽**テーマ** 「津軽方言詩の誕生」
▽**講師** 櫛引洋一さん(企画研究専門官)
▽**受講料** 無料(観覧料が必要)
☎郷土文学館(☎37・5505)
※あおもり県民カレッジの単位認定講座です。

ターゲット・バードゴルフを体験しませんか

【**講習会&ストロークプレー**】
▽**とき** 10月16日(日)
午前9時～正午
▽**持ち物** ゴルフ用手袋、タオル、帽子、水筒(用具は主催側で用意します)
▽**申し込み方法** 10月12日までに、電話かファクス(氏名・年齢・連絡先を記入)で申し込みを。

【**体験教室**】
▽**とき** 11月上旬までの毎週土・日曜日、午前9時～正午
▽**持ち物** タオル、帽子、水筒
※事前の申し込みは不要。
～**共通事項**～
▽**ところ** 栄町河川敷運動広場(范中字中川原地内)
▽**対象** 市民
▽**参加料** 無料(各自傷害保険などに加入を)
☎青森県ターゲット・バードゴルフ連盟事務局(高橋さん、☎兼☎40・2125)

林檎の木のワークショップ

りんごについて考えながら、その木を使った工作を楽しみましょう。
▽**とき** 10月16日(日)
午前10時～、午後1時～
▽**ところ** 土手町コミュニティパー

ク
▽**講師** 馬場拓也さんほか
▽**対象** 小学生以上＝各回10人
▽**参加料** 無料
☎10月13日までに、技術教育研究所(福真さん、☎33・3141、☎32・7890、☎m-fukuma@shinnihon-kyozai.com)へ。

コミュニケーションセミナー

「じぶん×しごと コミュカUP!」対人技能とコミュニケーションを良好にすることを知り、仕事と生活の充実度を向上させるセミナーです。
▽**とき** 10月17日(月)
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
▽**講師** 柳澤ふじこさん(フリーアナウンサー・産業カウンセラー)
▽**対象** フリーターまたは45歳未満の若年求職者など＝20人程度(先着順)
▽**参加料** 無料
※事前の申し込みが必要。
☎ジョブカフェあおもり(☎青森017・731・1311)

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** 11月2日・9日・16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
☎10月10日から、学習情報館(総合学習センター内、☎26・4800〈受け付けは午前8時半～午後5時〉)へ。

健やか女子クッキング教室

▽**とき** 10月23日(日)
午前10時半～午後1時
▽**ところ** ヒロロ(駅前町)3階健康ホール
▽**内容** フルーツサンド、じゃがいもガレット、なすのデザート
▽**対象** 市内に在住する20歳～30歳代の女性または子育て中の女性＝10人(先着順)
※無料の託児あり(先着5人)。
▽**参加料** 無料
▽**持ち物** エプロン、三角きん、はし
☎10月17日までに、電話で弘前市保健センター(☎37・3750)へ。

プラネタリウム
[弘前文化センター]

日	月	火	水	木	金	土
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	31					

□…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** 宇宙で一番美しい星「地球」
▽**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** お月さまとお星さま
▽**観覧料** 無料
☎中央公民館(☎33・6561、火曜日は休み)

薬と健康の教室

散薬や錠剤の代わりにラムネやガムなどを使って、実際に薬剤師が行っている調剤業務が体験できます。また、禁煙希望者には禁煙外来を行っている病院を紹介したり、スモーカーライザーを使用した呼気中の一酸化炭素濃度を測定します。
▽とき 10月23日(日) 午前10時～午後3時
▽ところ 市民文化交流館(駅前町、ヒロロ3階) イベントスペース
▽対象 市民
▽参加料 無料
📍マエダ調剤薬局西弘店(☎55・5845)

おはなしと読み聞かせ講習会

▽とき 10月29日(土) 午後2時～4時
▽ところ 弘前図書館(下白銀町) 2階会議室
▽内容 おはなし会を行うための実技・実演方法、情報交換
▽講師 高嶋敬子さん
▽対象 読み聞かせのボランティア(経験不問)または職場で読み聞かせをする人=30人(先着順)
▽参加料 無料
▽持ち物 絵本1冊
📍10月5日から、弘前図書館(☎32・3794)へ。

2016 ヨネックスバドミントンキッズアカデミー

▽とき 11月3日(木・祝) 午前9時～午後4時
▽ところ 岩木山総合公園(百沢字

裾野) 体育館
▽講師 相原賢志朗さん、宗像美月さん(ヨネックス)
▽対象 小学生=100人(先着順)
▽参加料 無料
▽申し込み方法 ファクスまたはEメール(住所・所属チーム名・氏名〈ふりがな〉・学年・生年月日・電話番号・経験の有無を記入)で、10月24日までに申し込みを。
📍岩木山総合公園(☎83・2311、📠83・2635、📧info@iwakisansportspark.com)

東北女子大学公開講座

▽とき 10月29日(土) 午前10時～午後0時半
▽ところ 東北女子大学(清原1丁目)
▽内容 「染色講座～身近な植物で布を染めよう～」
▽対象 小学生以上=10人(小学校低学年は保護者同伴)
※応募多数の場合は抽選で決定します。
▽受講料 200円～1,000円(使用する材料により変わります)
▽持ち物 手ふきタオル、汚れてもいい服装
📍東北女子大学公開講座係(☎33・2289)

弘前医療福祉大学公開講座

▽とき 11月12日(土)、午前9時半～11時半(受け付けは午前9時～)
▽ところ 弘前医療福祉大学短期大学部棟(小比内3丁目)
▽内容 「家庭で出来る楽々介護」
▽講師 相馬陽子さん(介護福祉専攻助教)

▽受講料 無料
※事前の申し込みが必要。
📍電話かファクスで、弘前医療福祉大学短期大学部公開講座委員(☎27・1001、📠27・1023)へ。

東北女子短期大学公開講座

▽日程と内容 ①11月19日、午後1時半～3時＝～北国の暮らしの中で生まれたうた～「津軽の旋律(木村繁編作曲)」を歌いましょう／②11月20日、午前10時～11時＝「マザリーズってなあに?～0・1・2歳の保育・子育てを楽しく♪～／③11月26日、午後1時～4時＝「一目刺し」をしてみませんか／④12月4日、午前9時半～午後1時＝「おいしい津軽のおかず」を作りましょう(11)／⑤12月10日、午後1時～2時半＝CGでプリント布地をつくってみませんか～チェック柄編～
▽ところ 東北女子短期大学(上瓦ケ町)
▽対象 ①一般=30人／②保育者、保育に関心のある人=20人／③中学生以上=12人／④高校生以上=30人／⑤中学生以上=3人
▽受講料 ①②③⑤=無料／④=400円(食材料費として)
▽申し込み方法 10月12日から、はがき、電話、ファクス、Eメールまたはホームページ(住所・氏名・電話番号・希望講座名を記入)で申し込みを。
※応募多数の場合は各開催日の2週間前に抽選で決定。
📍東北女子短期大学公開講座係(〒036・8503、上瓦ケ町25、☎32・6151、📠32・6153、📧tibunken@toutan.ac.jp、🏠http://www.toutan.ac.jp/)



その他

市政懇談会の日程変更(時敏・船沢・相馬・高杉地区)

時敏地区、船沢地区、相馬地区、高杉地区での市政懇談会の日程が変更になりました。
【時敏地区】
▽変更後 10月28日(金)
※変更前は10月18日(火)
▽ところ 社会福祉センター(宮園2丁目) 大会議室
【船沢地区】
▽変更後 11月24日(木)
※変更前は8月23日(火)
▽ところ 船沢公民館(折笠字宮川) 大研修室
【相馬地区】
▽変更後 11月28日(月)
※変更前は8月30日(火)
▽ところ 中央公民館相馬館(五所字野沢) 研修室
【高杉地区】
▽変更後 11月29日(火)
※変更前は8月31日(水)
▽ところ 北辰学区高杉ふれあいセンター(独狐字山辺) 体育室
なお、いずれの地区も時間(午後1時半～3時半)と会場は変更ありません。
📍広聴広報課(☎35・1194)

津軽地域障害者就職面接会

障がいを持っている人を対象とした就職面接会を開催します。
▽とき 10月19日(水)、午後1時～3時半(受け付けは午後0時半～)
▽ところ アートホテル弘前シティ(旧ホテルナクアシティ弘前、大町1丁目)
▽参加料 無料
※事前の申し込みが必要。
📍弘前公共職業安定所専門援助部門(☎38・8609、内線45#)

求職者支援訓練の受講者募集

雇用保険を受給できない求職者の早期再就職を目指し、民間の訓練機関が国の認定を受けて実施する職業訓練です。一定の要件を満たした受講者には、訓練期間中に職業訓練受講給付金が支給されます。
【医療クラーク養成科】
▽とき 11月4日～平成29年3月3日
▽ところ ニチイ学館弘前教室(表町)
▽申込期限 10月6日(木)
【職場で使えるパソコン基礎科】
▽とき 11月22日～平成29年3月21日
▽ところ S.K.K. 情報ビジネス専門学校(徳田町)
▽申込期限 10月26日(水)

【パソコン事務基礎科】
▽とき 12月19日～平成29年4月18日
▽ところ キャリアスクール・ソフトキャンパス弘前校(土手町)
▽申込期限 11月22日(火)
【パソコン簿記速習科】
▽とき 12月21日～平成29年3月17日
▽ところ JMTC 弘前教室(外崎4丁目)
▽申込期限 11月25日(金)
【建設業経理も学べるパソコン・簿記事務科】
▽とき 12月26日～平成29年4月25日
▽ところ パソコンスクールI・M・S弘前教室(土手町)
▽申込期限 11月28日(月)
～共通事項～
▽受講料 無料(テキスト代などは自己負担)
▽申し込み方法 事前に弘前公共職業安定所(南富田町)で受講手続きを済ませ、申込期限までに各訓練施設へ受講申込書の提出を。
【職業訓練説明会】
職業訓練制度の概要と、各訓練施設からの訓練内容説明を行います。
▽とき 10月26日、11月25日
▽ところ 市民文化交流館(駅前町、ヒロロ4階) ホール
📍弘前公共職業安定所(☎38・8609、音声案内42#)

たか丸くんのごみ減量速報

みんな3キリ運動を実践しているかな? 食べ残した料理は別の料理に活用するなど「食べキリ」を実践してみよう!
※3キリ運動…食材を使い切る「使いキリ」、食べ残しをしない「食べキリ」、ごみに出す前に水を切る「水キリ」のこと。

弘前市の燃やせるごみの総排出量

今年7月のごみ排出量 5,571t

1人1日当たりのごみ排出量

今年	1,025g
昨年	1,079g
差	-54g

348t 減!! (昨年同月比)

(家庭系・事業系を合計した数値。資源化ごみなどは除く。)

■問い合わせ先 環境管理課(町田字筒井、☎35・1130)

スマホで読もう! 「広報ひろさき」

行政情報アプリ「i 広報紙」が「マチイロ」としてリニューアル!

いつでもどこでも手軽に「広報ひろさき」を読めるスマートフォン用無料アプリ「i 広報紙」が「マチイロ」にサービス名を変更し、リニューアルされました。これまで以上に便利な機能も追加されましたので、暮らしに役立つ情報満載の「広報ひろさき」を、「マチイロ」でぜひご覧ください。
▽アプリの利用方法 ①App StoreもしくはGoogle Playで無料アプリ「マチイロ」を検索しダウンロード／②アプリを起動／③簡単な個人設定をして利用開始
📍広聴広報課(☎35・1194)

📱 マチイロ

※①「i 広報紙」をご利用中の場合、アップデートによって新アプリに切り替わりますので、新たにダウンロードする必要はありません。／
②アプリのダウンロードは無料で行えますが、通信費は利用者の負担となります。／③このアプリケーションは、広告代理店・株式会社ホープ(福岡市中央区)が作成したものです。アプリ閲覧中は広告が表示されますが、その内容に弘前市は一切責任を負いません。

ほっと・ぼらんていあ 参加者募集		10月1日～31日に同館へ。申込書はホームページからもダウンロードできます。 問 弘前図書館（☎ 32・3794）
気軽に誰でも参加し、情報収集ができるボランティア講座です。 ▽とき 10月15日（土） 午後1時半～3時半 ▽ところ 市民参画センター（元寺町）3階グループ活動室2 ▽テーマ シニア世代のペットライフを考える～ペットを通じてつながること、高齢者が安心して暮らせる地域とは？～ ▽ゲスト 高杉陽子さん（弘前市第三地域包括支援センター所長） ▽参加料 無料 ※事前の申し込みは不要。 問 ボランティア支援センター（市民参画センター内、☎ 38・5595）		離職介護人材再就職準備資金 介護職へ復帰する人へ準備金（最大20万円）を貸し出します。貸付決定日から1年以内に県内で介護業務に再就職し、2年間働いた場合、返還が全額免除されます。 介護施設で介護職員として1年以上職務経験があるなど、一定の要件がありますので、詳しくはホームページをご覧ください。 ▽貸付金の使い道（例） 子どもを預けるための費用、研修会受講料や参考図書の購入費など 問 青森県社会福祉協議会生活支援課（☎青森 017・723・1469、 H http://aosyakyo.or.jp/）
弘前図書館ボランティア募集		文化グループ会員募集 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の会員を募集します。 【刺しゅうの会】 ▽活動日 毎月第2・第4木曜日、午前10時～午後3時 ▽ところ 弘前文化センター2階第1または第2会議室 ▽講師 小山内優子さん ▽募集人数 若干名 ▽会費 月額750円 ▽持ち物 裁縫用具 【書道愛好会】 ▽活動日 第2・第4水曜日の午前10時～11時50分 ▽ところ 弘前文化センター3階工作実習室 ▽内容 漢字・仮名の基礎的な練習
ボランティア活動を通じて生涯学習の充実を図ることを目的に、ボランティアとして業務する人を募集します。 ▽応募資格 次の条件をすべて満たす人 ①市内に居住するか、市内に通勤・通学する人 ②平成10年4月1日以前に生まれた人 ③弘前図書館（下白銀町）で11月12日（土）に開催予定の説明会に参加し、ボランティア登録する人 ④月に1回以上（1回あたり2時間程度）ボランティア活動ができる人 ▽業務内容 図書の返却、本棚整理、貸出業務補助、簡単な図書館利用案内 ▽申し込み方法 弘前図書館に備え付けの申込書に必要事項を記入し、		

／年1回の作品展（好きな言葉や漢詩などを自由に表現） ▽講師 肥後黄娥さん（北門書道会理事） ▽募集人数 若干名 ▽受講料 月額3,800円（テキスト代を含む） 問 電話かファクスまたはEメールで、中央公民館（☎ 33・6561、 F 33・4490、 E chuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み）へ。
--

在宅患者訪問歯科診療 弘前歯科医師会所属の歯科医師が、ねたきり高齢者や身体障がい者などの自宅などを訪問して、歯科診療や口腔（こうくう）衛生の指導を行っています。 ▽診療内容など 診療／口腔ケア・リハビリ／口腔の健康に関する啓発／そのほか口腔の健康増進など ▽費用 ①治療費など ②歯科医師の交通費（自宅から遠い歯科医師の往診を受けた場合に掛かる場合あり） ※詳しくは問い合わせを。 問 弘前歯科医師会（☎ 27・8778）

応急手当の見舞金の支給（バイスタンダー補償）を開始 10月1日から、応急手当の見舞金の支給（バイスタンダー補償）を開始します。 この補償は、弘前地区消防事務組合が管轄する地域内の救急現場に居合わせた人（バイスタンダー）が、応急手当の実施により事務組合の救急業務に協力し、その応急手当の実施に伴い感染症の罹患（りかん）が疑われた際の検査費用に対し、見舞

金の支給によりその負担を軽減するもので、誰もが安心して応急手当ができる環境を整え、応急手当の普及啓発を推進することを目的としています。 詳しくはホームページをご覧ください。 問 消防本部人材育成課（☎ 32・5109、 H http://www.hirosakifd.jp）
古雑誌を無料で提供します
不要になった雑誌を無料で提供します。来館の際は、持ち帰り用の袋

などを持参してください。 ▽とき 10月29日（土） 午前9時半～ ▽ところ 弘前図書館（下白銀町）2階視聴覚室 ▽冊数 1人5冊まで（先着順） ▽雑誌名 歴史読本、オレンジページ、サライ、山と溪谷、おひさま、趣味の園芸など約1,200冊 問 弘前図書館（☎ 32・3794）
市立図書館 一部サービスを停止します
機器メンテナンスのため、次の期

間、一部のサービスを停止します。なお、貸し出しなどの通常業務は平常通り利用できます。 ▽期間 10月7日の午後5時半から10月9日の閉館まで ▽対象 弘前図書館、岩木図書館、相馬ライブラリー、こども絵本の森 ▽停止サービス 貸出票（貸出レシート）の発行、上記期間中に貸出可能となった予約およびリクエスト資料の連絡、利用者端末の利用、市立図書館ホームページ内のWebOPAC（ウェブ上の蔵書検索・予約等サービス）の利用 問 弘前図書館（☎ 32・3794）
--

各種無料相談会				
名 称	内 容	とき	ところ	問い合わせ・申込先
くらしとお金の安心相談会	生活再建や債務整理に必要な資金の貸し付けに関すること（事前の予約が必要）	10月5日（水）、午前10時～午後4時	市民生活センター（駅前町、ヒロ口3階）	消費者信用生活協同組合青森事務所（☎青森 017・752・6755）
行政書士無料相談会	許認可・相続・遺言・成年後見などの相談会（事前の予約は不要）	10月11日（火）、午後1時半～3時半	ヒロ口（駅前町）3階多世代交流室1	弘前コスモス会（奈良行政書士事務所、☎ 40・0024）
夜間・休日納税相談	日中や平日に納税相談ができない人のための夜間・休日納税相談	夜間＝10月17日～21日の午後5時～7時半／休日＝10月23日の午前9時～午後4時	収納課（市役所新庁舎2階）	収納課（☎ 40・7032、40・7033）
行政相談週間	市が行う道路、河川、年金、医療保険、老人福祉、窓口サービスなどに対する苦情や意見、要望など	10月17日～23日、午前10時～午後3時	市民生活センター（駅前町、ヒロ口3階）	市民生活センター（☎ 33・5830）、総務省青森行政評価事務所（☎ 0570・090・110）
多重債務相談窓口	借金などに関すること	平日の午前8時半～正午、午後1時～4時半／☎相談専用電話 017・774・6488	青森財務事務所（青森合同庁舎3階〈青森市新町2丁目〉）	☎青森財務事務所理財課（☎青森 017・722・1463）
健康相談・禁煙相談	生活習慣病の予防、健診結果、禁煙など	弘前市保健センター（野田2丁目）＝10月20日／ヒロ口（駅前町）3階健康エリア＝10月7日・12日・30日 ※時間はいずれも午前9時～11時（2日前までに要予約〈日曜日開催は3日前まで〉）。	弘前市保健センター（☎ 37・3750）	
健やか育児相談	子育て相談（育児、食事、歯みがき、母乳について）、講座「予防接種マメ知識」（午前10時半～10時50分）…対象＝乳幼児を持つ保護者とその家族	10月17日（月）、午前10時～11時45分	駅前こどもの広場（駅前町、ヒロ口3階）	弘前市保健センター（☎ 37・3750）
こころの健康相談	本人や家族のこころの悩み、家族を自死で亡くした人の悩みについて	10月18日（火）、午前9時～11時（予約制）	弘前市保健センター（野田2丁目）	弘前市保健センター（☎ 37・3750）
のびのび子ども相談	発達相談（ことばが遅い、落ち着きがないなど）…対象＝1歳以上の幼児とその家族	10月18日（火）、午前9時半～午後3時（受け付けは午前9時半～午後2時）	弘前市保健センター（野田2丁目）	10月3日～17日に、弘前市保健センター（☎ 37・3750）へ。

有 料 広 告	有 料 広 告
---------	---------

教えて！たか丸くんクイズの答え

正解は①の「弘前昇天教会」（大正10年ごろ）だよ。この時代は町のいろいろな所にハイカラな洋館が建てられたんだね。町を歩いて洋風の建物を探すのも楽しいかも！



※質問は11ページに掲載。

今月の市税などの納期

納期限
10月31日

固定資産税 第3期
国民健康保険料 第4期
介護保険料 第4期
後期高齢者医療保険料 第4期

☆今月は第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増加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
スポーツの秋 無料水泳教室	10月1日～31日(木・日曜日を除く)、幼児＝午後3時～4時／小学生＝午後5時～6時	ウイング弘前(青山5丁目)プール	2歳～小学校6年生	無料	水泳帽、水着、ゴーグル、バスタオルの持参を。	電話で、ウイング弘前(☎38・8131)へ。
産後エクササイズママ＆ベビー	10月6日・20日の午後2時15分～3時15分	ウイング弘前(青山5丁目)スタジオ	生後3か月～12か月の乳幼児と母親＝10組(先着順)	1回1,944円、2回3,240円	乳幼児の敷物、飲み物、世話道具の持参を。	電話で、ウイング弘前(☎38・8131)へ。
無料こども空手体験会	10月13日(木)、ちびっこクラス＝午後4時～4時40分／小学生クラス＝午後5時～6時	弘前B&G海洋センター(八幡町1丁目)	4歳～小学校6年生	無料		電話かEメールで、全世界空手道連盟新極真会青森支部(鳴海さん、☎携帯080・6007・4798、📧aomori_narumi@yahoo.co.jp)へ。
初級者・中級者バドミントン教室	初級者＝10月18日～12月6日の毎週火曜日／中級者＝10月20日～12月8日の毎週木曜日(11月3日を除く)※時間はいずれも午前10時～正午。	岩木B&G海洋センター(兼平字猿沢)	各20人	無料	ラケット(貸しラケットあり)の持参を。(※2)	10月10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)※応募多数の場合は抽選で決定。
気軽にスポーツ体験教室(ソフトバレーボール・ラージボール卓球など)	10月21日～12月16日の毎週金曜日、午前10時半～正午	金属町体育センター	市民＝15人	無料	(※2)	10月15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)(※3)
水泳教室(背泳)	10月31日～11月16日の毎週月・水曜日、午後1時～2時	温水プール石川(小金崎字村元)	クロールで25m泳げる市民＝15人	無料	水泳帽、水着、ゴーグル、バスタオルの持参を。	10月17日(必着)までに、温水プール石川(〒036・8123、小金崎字村元125、☎49・7081)へ。(※1)※はがき1枚で1人とし、応募多数の場合は抽選で決定。
お腹スッキリ!骨盤リセット体操教室	11月1日～12月20日の毎週火曜日、午前10時～11時	克雪トレーニングセンター(豊田2丁目)会議室	15人	無料	(※2)	10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)(※3)
タオルdeからだスッキリ!体操教室	11月2日～12月21日の毎週水曜日(11月23日を除く)、午前10時～11時		15人	無料	(※2)	
からだ若返りストレッチ教室	11月2日～12月21日の毎週水曜日(11月23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)会議室	市民＝10人	無料		10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)(※3)
筋トレ、脳トレ水中ウォーキング教室	11月4日～12月16日の毎週金曜日(11月11日を除く)、午後1時～2時	河西体育センター(石渡1丁目)	15人	無料		10月17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)(※3)
元気な体づくり教室	11月4日～25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		10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)(※3)
ストレッチ体操教室	11月7日～12月26日の毎週月曜日、午後1時半～2時半		市民＝30人	無料		
カチコチBODYゆったり改善教室	11月7日～12月26日の毎週月曜日、午前10時～11時		市民＝20人	無料		
ヒロロ健康サークル	11月1日～22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＝30人	無料	(※2)	10月17日までに、健康づくり推進課(〒036・8711、野田2丁目7の1、☎37・3750)へ。(※1)(※3)
ヒロロで脳トレ&ミニバランスボール教室	11月11日～12月16日の毎週金曜日、午後1時半～2時半		30人	無料	バランスボールは貸し出します。(※2)	10月15日までに、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)(※3)
弓道教室	11月7日～平成29年2月9日の毎週月・木曜日、午前10時～正午	青森県武道館(豊田2丁目)近的弓道場	18歳以上(高校生不可)	無料(別途スポーツ安全保険料1,850円が必要)		10月30日までに、電話で、青森県武道館(☎26・2200)へ。

※1…往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・性別・年齢・電話番号・教室名を記入の上、各申込先まで申し込みを。

※2…室内用シューズの持参を。

※3…家族での参加ははがき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。

「学園都市ひろさき高等教育機関コンソーシアム」

加盟校の学 園 祭

学園祭の季節です。各大学とも趣向を凝らした催しを用意していますので、皆さんぜひご来場ください。

弘前大学

▽とき 10月21日～23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「It's HIRO TIME」

▽内容 「知の創造」(各学部等の特徴的な研究をわかりやすく紹介)…

【人文社会科学部】特別展『「大」五月女范(そとめやち)展』、「成田コレクション・アイヌ資料」特別公開、地域未来創生センター活動成果公開

／【医学研究科】市民公開講座「役立つ最近の医療情報(病理医の話、弘前市の花粉症)」／【医学部附属病院】市民公開講座「ニキビのスキンケア」(開催場所は医学部コミュニケーションセンター)／【保健学研究科】市民公開講座「減塩はアンチエイジング」／【農学生命科学部】公開講座「たまごの話、牛乳・乳製品の話」／【弘前大学資料館】「弘前大学の考古学－弘大考古学の歩みとその成果」／各種展示・模擬店、よきこい弘大、花火ほか

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 東北女子短期大学上瓦ケ町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

に楽しいIT空間を演出／②文化部展示／③ステージ発表(日本舞踊、和太鼓、箏曲、三味線、軽音楽)／

④特別企画「アルプスおとめRAINBOW フェスティバル2016」

▽とき 10月22日(土)

午前10時～

▽ところ 弘前医療福祉大学・弘前医療福祉大学短期大学部(小比内3丁目)

▽内容 学科・専攻による展示や体験コーナー、レストラン、模擬店、お化け屋敷、おもちゃの広場、巨大アップルパイ、ステージ発表

▽とき 10月22日(土)

午前10時～

▽ところ 弘前医療福祉大学・弘前医療福祉大学短期大学部(小比内3丁目)

▽内容 学科・専攻による展示や体験コーナー、レストラン、模擬店、お化け屋敷、おもちゃの広場、巨大アップルパイ、ステージ発表

▽とき 10月22日(土)

午後1時半～3時

▽ところ 放送大学青森学習センター(文京町、コラボ弘大7階)

▽演題 「弘前城築城と城下町の成立・変容」

▽講師 長谷川成一さん(弘前大学名誉教授)

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 東北女子短期大学上瓦ケ町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「おもちゃの国」をテーマにしたアトラクション／【栄養専門学校】「あなたは大丈夫?知らない間の体の変化」をテーマに元気

のために知っておきたいことの展示／【コンピュータ専門学校】①「東コンバーチャルROOM」をテーマ

▽とき 10月22日・23日

▽ところ 弘前大学文京町キャンパス

▽テーマ 「翼～未来へ向かってはばたこう～」

▽内容 ①短大各科と専門学校の展示…【短大生活科】「輝く!青森力」をテーマに青森の魅力を展示／【短大保育科】「



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	10月26日・27日／ 受付＝午後0時半～1時半	平成27年4月生まれ
	3歳児	10月5日・6日／ 受付＝午後0時半～1時半	平成25年3月生まれ
	1歳児歯科	10月19日・20日／ 受付＝午後0時半～1時	平成27年10月生まれ
	2歳児歯科★	対象＝平成26年4月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診	
離乳食教室	10月28日（金）、午後1時～2時半／ 受付＝午後0時半～1時	平成28年5月生まれ＝25組（先着順） 離乳食講話・グループレッスン・育児相談	10月5日から、弘前市保健センターへ。



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
セット検診	医師会健診センター	通年 10月5日～3月10日 ※女性限定日は問い合わせを。	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	10 月 15 日～11 月 19 日の毎月第 1・3 土曜日	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	10 月 5 日・20 日・27 日、11 月 2 日 ※ 10 月 27 日は託児あり（乳幼児 10 人まで）。	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。		



定期予防接種

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

10月1日から、B型肝炎ワクチンの定期接種が始まります。対象は、平成28年4月1日以降に生まれた人で、生後2か月から満1歳の誕生日の前日までに3回の接種が必要です（母子感染予防のため、健康保険の給付によりワクチンの全部または一部を受けた人は対象外）。1回目の接種から3回目の接種までにはおおよそ半年間かかります。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、対象者には個別に通知します。

また、平成29年度小学校入学予定者は母子健康手帳を確認し、終了していない予防接種があれば早めに接種しましょう。

【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・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。

【小児インフルエンザワクチン】

未就学児を対象に、インフルエンザ予防接種の2回接種のうち、1回分の接種費用を助成します。対象者には助成券を送付しますが、再発行はしませんので、接種時まで大切に保管してください。

▽実施期間 10月1日～平成29年1月31日

※予防接種の際は助成券と母子健康手帳を必ず医療機関に持参してください。

【おたふくかぜワクチン接種費用助成】

対象者には個別に通知しています。希望する場合は、期間内に忘れずに接種しましょう。

▽実施期間 平成29年3月31日まで

10月は「がん検診受診率50%達成」に向けた集中月間です

がん検診を受けましょう



がん検診はなぜ必要？

当市の40歳～69歳のがん検診受診率は、胃がん18.7%、大腸がん30.0%、肺がん13.5%（平成26年度地域保健・健康増進報告より）と、国が目標に掲げる50%には程遠いというのが現状です。

平成27年度に実施した市民アンケートでは、がん検診を受けない理由として、「時間が無い」「費用がかかる」「心配な時はいつでも受診できる」という意見が多くあがりました。

しかし、がんは死因の第1位であり、生涯で2人に1人になる病気です。がん検診を受診することにより、がんの早期発見につながり、がんによる死亡リスクを減らすことができます。いつ発症するか分からないからこそ、がん検診は定期的に受診する必要があるのです。

がん死亡が多い原因の1つが早期発見の少なさ

がん患者の診断時期を全国と比較すると、青森県はがんが進行してから発見される割合が高く、早期発見が少ないことが分かりました。この「がんの早期発見の少なさ」が青森県のがん死亡ワースト1位の原因の一つと考えられています（弘前大学大学院医学研究科地域がん疫学講座の報告より）。

何かあればいつでも受診できるからといって、症状が出てからの受診では、がんが進行している場合があります。がんの発見が「早期がん」か「進行がん」かによって、医療費や治療にかかる時間、その後の生活が大きく左右されます。将来を元気に暮らすためにも「年に1回のがん検診」を習慣にしましょう。

ヒロロ（駅前町）では、特定健診（国保加入者・社保被扶養者）、後期高齢者医療制度の健診に加えて、がん検診（胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん）が同時に受診できる「ヒロロ複合健診」を実施しているよ。詳しくは左ページの「検診」を見てね！



健康かるた ～子どものころから楽しく健康づくり～

市では、平均寿命・健康寿命のアップに向けて、「健康かるた」を作成し、市内の保育園・幼稚園・子育て支援センター・なかよし会・児童センターに配布しています。今号は数ある読み札の中から、次の4つを紹介します。

■問い合わせ先 健康づくり推進課（野田2丁目、弘前市保健センター内、☎ 37・3750）



ぐるまより
きょうはあそぶ
ばんきょく

車を使って移動するところでも、たまには歩くことで良い運動になります。



みんなであそぶ
ごはんのじかん
からだのえいようです

みんなで一緒にご飯を食べると楽しく、おいしく栄養が取れて、心も体も元気になります。



ぎゅうにゅうを
まいにちのんで
おおくならう

牛乳に多く含まれるカルシウムには骨の成長を助ける働きがあります。



よいウンチ
あさからであれば
いちにちげんき

朝によいウンチが出ると、お腹がさっぱりして、1日元気に過ごすことができます。



Smile
通信

10月生まれ



つしま くれあ
対馬 紅藍ちゃん
H27.10.9 生 (浜の町西2)



そうま ようき
相馬 陽基くん
H27.10.30 生 (城東北2)



たかはし あい
高橋 愛依ちゃん
H27.10.18 生 (東和徳町)



かわむら そうすけ
川村 奏介くん
H27.10.31 生 (山崎1)



こばやし あおと
小林 碧斗くん
H27.10.6 生 (外崎4)



よしざわ こうた
吉澤 広建くん
H27.10.27 生 (山崎4)



あべ あおい
阿部 碧くん
H27.10.21 生 (大久保)



やまがみ みづき
山上 瑞月ちゃん
H27.10.4 生 (高田1)



さとう みお
佐藤 未桜ちゃん
H27.10.22 生 (平山)



やまぐち はる
山口 陽くん
H27.10.16 生 (末広4)



ささ るあ
笹 琉蒼くん
H27.10.10 生 (早稲田2)



まえだ はる
前田 晴くん
H27.10.1 生 (鼻和)



くどう
工藤 さくらちゃん
H27.10.24 生 (城南3)



みかみ けいた
三上 敬太くん
H27.10.28 生 (宮地)



なかやま ここ
中山 心瑚ちゃん
H27.10.28 生 (松原西2)



せいとう なゆう
清藤 菜優ちゃん
H27.10.3 生 (山崎2)



どしどし
応募を！

11月1日号の投稿募集

11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11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、
10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。

～川柳のお題～ 「会」

…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、10
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川柳(1人一句まで)

※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、Eメール kouhou@city.
hirosaki.lg.jp)

ブックスタート

～絵本を通して
赤ちゃんと楽しいひとときを～

赤ちゃんに絵本2冊を含むブ
ックスタートパックをプレゼントし
ています。引き換えは、引換券到
着日から1歳の誕生日月末まで。
こども絵本の森(駅前町、ヒロロ
3階)、弘前図書館(下白銀町)、
岩木図書館(賀田1丁目)または
相馬ライブラリー(五所字野沢)
で引き換えることができます。

■問い合わせ先 こども絵本の森
(☎35・0155)

さらっとう一句・川柳

今月のお題

「優」

選・広聴広報課

「優しい」のスイッチ捜しき人生は
ひらがなのように優しくなれたなら
優・良・可父の通信簿で見つけたぞ
また来てね背中をそっと優しい手
優れ物飛びつき買いで飾り物
孫下校優しい祖母の花笑顔
秋彼岸野菊トンボに優待券
女より男優しい我が家系

今日燦々
リーノ
一戸 勇
佐藤 敬一郎
はるんこ
田沢 勝衛
中山 恵美子
智

叱る親優しさ奥にかくれんぼ
優しさのかけにもそっと鬼がいる
ガサツさを優雅さに変え婚活中
優よりも可を重んじる家系なの
優秀な子供時代もありました
なすび漬短命県は優しおで
子に勝る孫の優しさ心地よい
優秀な人材欲しい我が家にも
イケメンでないが優しいあなた好き
優しさの裏に魂胆見え隠れ
優し気な声で説明サギ電話
優しさは釣った魚に餌をやる
おひとりの老いに優しい近所の手
優しさに絆されて今爺と婆
厳格の裏に優しさ隠れてる

対馬 義秀
月永 徳子
たんぼの子
関 柳人
ますのすけ
成田 純
相馬 道子
田沢 妙
細川 安津子
豊田 昭二
南風
増尾 多恵子
浜ちゃん
村長
工藤 澄雄

※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。

あおり見つけ隊が行く!! ～青森 LOVE 最強キャラ旅ガイド～ 泰斗舎著 泰斗舎  青森 LOVE のキャラクターが旅案内。青森県内のおきグルメをはじめ、レジャー施設や温泉宿泊施設も満載。野生植物、野鳥など豊かで美しい青森県の自然も余すことなく紹介。	四百三十円の神様 加藤 元著 講談社  挫折しかけている大学野球選手、落ちぶれて孤独に老いていくアウトロー、母に捨てられ祖父に育てられた女…。あがくように生きる人々に起こる小さな奇跡を描く。全 7 編を収録。	友の墓の上で 赤川 次郎著 集英社  自殺した親友をしのぶツアーを企画する男、億万長者である実業家の妻…。幽霊と話せる名物バスガイドの町田藍が、人々の感情を読み解き、難事件に立ち向かう。
地震イツモマニュアル 地震イツモプロジェクト編 ポプラ社  ベストセラー『地震イツモノート』の実践版。「イツモの暮らし」が備えになる、新しい防災マニュアル。グーグルなど、人気企業が防災に役立つ情報を紹介するページも必見です。	なつめやしのおむこさん 市川 里美作 BL 出版  オマーンの山で暮らすマンスールは、実をつけないメスの木のため、オスの木をもらいにいきます。ところが、オスの木と交換しようとしていたコーヒーポットを湖に落としてしまい…。	弘前図書館 DATA 月曜日も開館しています ▽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 ※10月の休館日は20日です。 ☎ 32・3794

10月7日

ひろさき移住サポートセンター 東京事務所オープン



人口減少対策に取り組む当市では、首都圏在住の人がより気軽に移住の相談を行うことができるよう、ひろさき移住サポートセンター東京事務所を開設します。

職員が相談に応じ、当市への移住実現に向けたサポートを行うほか、地元弘前を応援する企業や団体とのネットワークづくりにも取り組みます。

弘前に興味のある人や移住を検討している人が気軽に利用できるスペースとなっていますので、首都圏に知り合いがいる人は、東京事務所開設について周知のご協力



お気軽に「弘前移住」の相談を！

をお願いします。

▽開設時間 平日の午前 9 時～午後 5 時 45 分（年末年始を除く）

※ 10 月～ 12 月は土曜日も開設し、事前の予約で午後 8 時まで対応可能です。

▽開設場所 東京交通会館ビル 6 階（千代田区有楽町）

■問い合わせ先 ひろさき移住サポートセンター東京事務所（☎東京 03・6256・0801、Eメール hif-tokyo@city.hirosaki.lg.jp）

移住者限定 ひろさき移住者交流会

県外から移住してきた人限定の交流会を開催します。移住した時期は問いません。移住して日が浅い「弘前初心者」や進学のために来た学生など、同じく移住したひろさき上級者の皆さんから、未知の弘前の魅力を学んだり聞いたりしませんか。

▽とき 10 月 15 日（土）、午後 7 時～9 時

▽ところ cafe bar aj（百石町）

▽内容（予定） 移住者自己紹介、ひろさき移住あるある、

「ここが好きだよ、弘前」などを話題に交流します。

▽参加料 3,000 円（当日持参）

▽定員 30 人（先着順）

▽申し込み方法 専用申し込みフォーム（<https://ws.formzu.net/fgen/S98501794/>）から申し込みください。

■問い合わせ先 ひろさき移住者交流会開催事務局（下田さん、☎携帯 080・5426・1289）

編集後記

▶今回の特集で紹介したイベントのほかにも、10 月の後半からは菊と紅葉まつりも始まり、これからますます秋めいた季節になっていきますね。つい最近までねぶたやプールの取材に汗を流していたのに、本当に 1 年は早いものです。季節の変わり目は特に体調を崩しがちなので、気を引き締めなければ！（大）

▶取材で吉野町煉瓦倉庫に行ってきました。これまでも何度か煉瓦倉庫に入ったことがありますが、私、この倉庫内の雰囲気大好きです。一面白い壁に天井からランプがぶら下がっていて、なんだかヨーロッパの職人の工房の様。こんな素敵な建物が将来美術館をメインとした施設になるなんてわくわくしますね。（柿）

岩木庁舎食堂がオープン

改修を終えた岩木庁舎（賀田 1 丁目）1 階に、食堂「レストラン 1625」がオープンしました。肉または魚をメインとした日替わり弁当やおにぎり、惣菜、麺類などを販売していますので、市民の皆さんもぜひご利用ください。

▽営業時間 午前 11 時～午後 3 時（土・日曜日、祝日は休み）

■問い合わせ先 岩木総合支所総務課（☎ 82・1621）



食改さん
おすすめ
レシピ
File.58

かぼちゃを使って簡単レシピ かぼちゃのリゾット

弘前市食生活改善推進委員会

材料（4 人分）

A
かぼちゃ…………… 200g
ウインナー…………… 6 本
ごはん…………… 300g
牛乳…………… 500ml
塩…………… 小さじ 1/2
こしょう…………… 少々
とろけるチーズ…………… 40g

- ①かぼちゃは 1 cm の厚さの一口大に切る。ウインナーは輪切りにする。
- ②鍋に A の材料を入れ、ふたをして弱火にかける。時々混ぜながら、10 分くらい煮る。
- ③かぼちゃが軟らかくなったら、とろけるチーズを加えふたをして火を止め、チーズが溶けたら出来上がり。



ポイント！

- かぼちゃはカロテン、ビタミン、食物繊維を多く含む緑黄色野菜です。がんを予防する成分も豊富なおすすめ食材です。
- 今回のレシピは、厚手の鍋にすべての材料を入れて煮るだけの簡単レシピです。

■ 1 人分の栄養量：エネルギー／361kcal、タンパク質／12.2g、カルシウム／212mg、食塩相当量／1.6g

市立博物館の企画展3

りんご王国の宝物庫

秋の稔りの季節に合わせ、りんごにまつわる美術品などを紹介します。

▽開催期間 10月8日～11月27日

▽休館日 10月17日、11月21日

▽開館時間 午前9時半～午後4時半

▽会場 市立博物館（下白銀町）

▽観覧料 一般280（210）円、高校・大学生140（100）円、小・中学生80（40）円

※（ ）内は20人以上の団体料金。
65歳以上の市民、市内の小・中学生、市内の留学生、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。

【トークイベント「老樹を描く、りんごを語る」】

▽とき 10月9日（日）、午後2時～3時

▽ところ 市立博物館展示ホール

▽講師 阿部澤さん（洋画家）・鎌田紳爾さん（音楽家）

▽参加料 無料（別途観覧料が必要）

▽併設・常設展 ひろさきの歴史と文化～原始から近現代へ～

■問い合わせ先 市立博物館（☎35・0700）



作者不詳「Red Astrachan」 弘前図書館蔵

高齢者健康トレーニング教室 in 温水プール石川 オープン特別イベント



温水プール石川（小金崎字村元）にトレーニングマシンを使った運動を行う「高齢者健康トレーニング教室」が新たにオープンします。オープン特別企画として、各種シニア向け運動教室を開催しますので、お問い合わせの上、温水プール石川へおいでください。

▽とき 10月13日（木）

▽ところ 温水プール石川

▽内容と時間 ①ヨガ教室＝午前10時～11時／②水中ウオーキン

グ教室＝午後1時～2時／③健康チェックといきいき体操＝午後1時～5時（最終受け付けは午後4時半）／④マシントレーニング教室＝午前9時半～、午前10時半～、午前11時半～、午後1時15分～、午後2時15分～、午後3時15分～、午後4時15分～

※①～③は1日限りですが、④は毎日開催します。翌日以降の時間は問い合わせを。

▽対象 満65歳以上の市民（た

し③は年齢制限なし）

▽定員 ①②＝各20人（先着順）／③＝制限なし／④＝各回12人
※①②のみ事前の申し込みが必要。

▽参加料 無料

▽持ち物 身分証明書、室内用シューズ、動きやすい服装（②は水着）、汗ふきタオル、飲み物

■問い合わせ・申込先 10月3日～10月11日までに、介護福祉課 自立・包括支援係（☎40・4321）へ。



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。

