

<b>市の指名業者登録平成29年度分申請受付(定期申請)</b>	
市発注の工事や業務を請け負ったり、市と物品の売買などをしたりする場合には、市の指名業者としての登録が必要となります。	
新たに登録を希望する業者や、現在指名業者として登録され、引き続き登録を希望する業者は、受付期間内に申請してください。	
▽受付期間 11月1日～30日	
▽対象 ①建設工事の請負／②測量・設計などの建設関連業務の請負／③製造の請負、物品の売買・賃貸借、警備・清掃業務などの役務の提供	
▽申請方法 市ホームページに掲載する申請の手引きを確認の上、「指名競争入札参加資格審査申請書」などの必要書類を提出してください。	
問 法務契約課契約係(市役所3階、窓口353、☎ 35・1137、40・7023)	
<b>くらしとお金の安心相談会</b>	
消費者信用生活協同組合青森事務所が行う出張相談会です。なお、相	
談には事前の予約が必要です。	
▽とき 11月2日(水) 午前10時～午後4時	
▽ところ 市民生活センター(駅前町、ヒロ口3階)	
▽内容 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 問 消費者信用生活協同組合青森事務所(☎ 青森017・752・6755)	
<b>弘前市役所自衛消防隊総合訓練</b>	
弘前市役所内での火災の発生を想定した避難訓練などの消防訓練を実施します。実際に火災報知器のベルも鳴りますが、ご来庁の皆さんはそのまま用事をお済ませください。	
▽とき 10月27日(木) 午後3時～3時半	
▽ところ 弘前市役所本庁舎内 問 財産管理課財産係(☎ 35・1120)	
<b>健康診査を受けましょう</b>	
自分の健康状態を定期的な健康診査の結果(数字)で把握しましょう。今年度の国保特定健康診査・後期高齢者健康診査は、平成29年3	
月15日まで受診ができます。	
▽対象 国民健康保険に加入している40歳以上の人・後期高齢者医療制度に加入している人	
▽料金 無料 ※健康診査には約1万円の費用が掛かりますが、受診券を持参すると無料で受診できます／詳細は「平成28年度健康と福祉ごよみ」24・26ページをご覧ください。	
問 国保特定健康診査について…国保年金課国保運営係(☎ 35・1116)／後期高齢者の健康診査について…国保年金課後期高齢者医療係(☎ 40・7046)	
<b>「消防マイスターカード」をゲットしよう!!</b>	
ゲーム、クイズをしながら楽しく防災を学べる防災チャレンジコースを11月1日に東消防署に開設します。頭と体を使いながら学び、防災知識を高めましょう。	
▽とき 11月1日～、①午前9時半～10時20分、②午前10時半～11時20分	
▽ところ 東消防署(城東中央5丁目)3階防災教育室 ▽対象 幼児～小学校低学年	

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
居合道・杖道体験教室	10月22日、11月12日の午後6時～8時	勤労青少年ホーム(五十石町)	市民	無料	道具は貸し出します。	各開催日の前日までに、電話で、弘前剣道連盟居合道・杖道部事務局(木村さん、☎ 携帯090・5832・3694)へ。
市民太極拳教室	11月4日～12月9日の毎週金曜日、午後1時～3時	笠森記念体育館(下白銀町)武道場	市民	600円(保険料を含む)	筆記用具の持参を。(※2)	弘前市武術太極拳連盟(鹿内さん、☎ 28・2548)
体力維持のためのカラダづくり体操教室	11月8日～12月20日の毎週火曜日、午前10時半～11時半	市民体育館(五十石町)フィットネスルーム	12人	無料	(※2)	10月25日(必着)までに、市民体育館(〒036・8362、五十石町7、☎ 36・2515)へ。(※1)(※3)
ストレッチ＆筋トレで体が元気に!体操教室	11月10日～12月22日の毎週木曜日、午前10時半～11時半	金属町体育センター体育室	市民=12人	無料	(※2)	10月31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)
ソフトバレーボール体験教室	11月8日～29日の毎週火曜日、午前10時～11時半	金属町体育センター体育室	市民=12人	無料	(※2)	10月28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。(※3)
脳トレ＆ミニバランスボール教室	11月10日～12月22日の毎週木曜日、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	40人	無料	バランスボールは貸し出します。(※2)	11月4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)
プールで体力づくり教室	11月21日～12月26日の毎週月曜日、午後1時～2時	温水プール石川(小金崎字村元)	市民=20人	無料	水着、水泳帽、バスタオル	11月4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)

※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、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。

<b>【作品展示】</b> 19日・20日
絵画、書道、手芸などなんでもOK！皆さんの趣味の発表の場です。
▽作品搬入 11月16日、午前9時～
【芸能発表】 20日の午前9時～午後3時
歌や踊り、楽器演奏などジャンルは問いません。10分以内で演技できるものを募集します。
問 10月17日の午前9時～28日に、電話で、岩木文化祭運営委員会(中央公民館岩木館内、☎ 82・3214)へ。
<b>建設リサイクル法～全国一斉パトロール～</b>
建設リサイクル法に基づく分別解体および再資源化などの適正な実施を促し、法律の実効性を確保するため、10月をパトロール強化月間とし、全国一斉パトロールを実施します。
当市でも、建設リサイクル法が遵守されているか、関係機関と合同で工事現場を中心にパトロールします。係員が工事現場に立ち入るときは、ご協力をお願いします。
▽実施期間 10月24日～28日
問 建築指導課建築指導係(☎ 40・7053)
<b>人材確保にお悩みの事業主の皆さんへ</b>
～企業と求職者のかけはしに～
ひろさき生活・仕事応援センターでは、弘前市無料職業紹介事業を実施しており、企業の人の材確保も支援しています。
ハローワークや有料職業紹介事業者を介して人材を求めているものの、なかなか集まらないとお悩みの場合は、企業のことをよく知る企業支援員が個別に訪問し、人材確保についてのアドバイスをしますので、気軽にご連絡ください。
また、当センターに郵送かEメールで所定の求人票を提出すれば、相談者の適性などを確認した上で、無料で人材を紹介します。
▽とき 10月29日(土) 午後1時～5時
▽ところ 弘前B&G海洋センター(八幡町1丁目)
▽調査種目 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、急歩または20mシャトルラン、立ち幅跳び
▽対象 市民
▽持ち物 室内用シューズ、飲み物、タオル
※事前の申し込みは不要。直接会場へ。
問 文化スポーツ振興課(☎ 40・7115)
<b>2016岩木文化祭出店者・参加者募集</b>
▽とき 11月19日・20日
▽ところ 中央公民館岩木館、岩木文化センター「あそべーる」(いずれも賀田1丁目)
【ふろしき市】 19日・20日
ふろしき1枚分(2.5m <sup>2</sup> 程度)のフリーマーケット。1人1区画で、先着順(20区画)です。
▽ところ 岩木文化センターホワイエ(屋内)
▽出店料 1日300円
<b>休日在宅当番</b>
▽診療時間 内科…午前9時～正午 耳鼻咽喉科・眼科・歯科…午前10時～午後4時
<b>内科</b>
11/6 佐藤内科小児科取上医院(取上2)
13 さがらクリニック(桔梗野1)
20 梅村医院(石渡1)
27 弘前温泉養生医院(真土)
<b>耳鼻咽喉科・眼科</b>
11/13 斎藤耳鼻咽喉科医院(城東2)
27 成田眼科クリニック(森町)
<b>歯科</b>
11/3 清歯科医院(青山5)
6 くどう歯科(茂森町)
13 松山歯科医院(富田3)
20 やまざき歯科医院(大清水4)
23 弘南歯科医院(川先4)
27 たかち歯科医院(向外瀬4)
◎休日の救急病院などについては、消防本部の救急病院案内専用電話(☎ 32・3999)へお問い合わせください。
<b>人の動き Population</b>
前月比
・人口 176,025人 (-129)
男 80,685人 (-48)
女 95,340人 (-81)
・世帯数 71,452世帯 (-22)
平成28年9月1日現在(推計)