

|  |   |   |  |   |   |
|--|---|---|--|---|---|
| <div data-bbox="118 216 308 247" data-label="Section-Header"> <h2>HOT ヨガ体験</h2> </div> <div data-bbox="118 277 486 569" data-label="Text"> <p>▽<b>とき</b> 12月末まで<br/>※教室日程はお問い合わせください。<br/>▽<b>ところ</b> セントラルフィットネスクラブ弘前（大町1丁目）<br/>▽<b>対象</b> 高校生以上<br/>▽<b>参加料</b> 500円<br/>※事前の申し込みは不要。<br/> <div data-bbox="118 508 486 569" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="118 609 486 684" data-label="Section-Header"> <h2>「サタディ☆くらぶ」冬休み宿題大会</h2> </div> <div data-bbox="118 703 486 1226" data-label="Text"> <p>弘前市母子寡婦福祉会で行っている学習支援活動を体験できます。<br/>▽<b>とき</b> 12月24日（土）<br/>午前9時半～11時半<br/>▽<b>ところ</b> ヒロロ（駅前町）3階多世代交流室2<br/>▽<b>内容</b> 勉強したい教材（宿題、教科書、ワーク、辞書、ノート、筆記用具など）を持参すると、大学生や市民による学習支援が受けられます<br/>▽<b>対象</b> 小・中学生＝5人程度<br/>▽<b>参加料</b> 無料<br/> <div data-bbox="118 1100 486 1226" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="118 1266 486 1341" data-label="Section-Header"> <h2>冬休みパワーアップ教室 年末スペシャル</h2> </div> <div data-bbox="118 1360 486 1491" data-label="Text"> <p>▽<b>とき</b> 12月29日・30日の午前9時～午後5時<br/>▽<b>ところ</b> 南富田町体育センター体育室</p> </div> | <div data-bbox="549 184 920 403" data-label="Text"> <p>▽<b>内容</b> 冬休みの宿題指導、運動・スポーツゲーム、手芸・工作<br/>▽<b>対象</b> 市内の小中学生＝各日30人（先着順）<br/>▽<b>参加料</b> 各日500円（おやつ、傷害保険料を含む）<br/> <div data-bbox="549 373 920 403" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="549 426 816 512" data-label="Section-Header"> <h2>その他</h2> </div> <div data-bbox="549 541 920 617" data-label="Section-Header"> <h2>国保40歳未満（男性）健診のご案内</h2> </div> <div data-bbox="549 636 920 1556" data-label="Text"> <p>国民健康保険に加入している40歳未満の男性は、無料で健康診査を受けることができます。また、健康診査の結果について保健師・栄養士がわかりやすく説明します。<br/>平成28年4月1日時点で国民健康保険の加入者で、30歳代の男性には個別に通知していますので、まだ受診していない人はぜひ申し込みにください。1月～3月は混み合いますので、早めの予約をお勧めします。<br/>年度途中で国保へ加入した人はお問い合わせください。また、18歳以上30歳未満で受診希望の人は、ご相談ください。<br/>▽<b>期間</b> 3月17日まで（土曜日も受診可）<br/>▽<b>ところ</b> 弘前市医師会健診センター（野田2丁目）<br/>▽<b>検査項目</b> 身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査<br/>▽<b>その他</b> 希望日の10日前までに電話で予約してください。予約の際は、住所・氏名・生年月日・電話番号・保険証番号・受診希望日をお知らせください。<br/> <div data-bbox="549 1497 920 1556" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="549 1596 920 1671" data-label="Section-Header"> <h2>ファイナンシャルプランナーによる無料納税相談</h2> </div> <div data-bbox="549 1692 920 1978" data-label="Text"> <p>▽<b>とき</b> 1月12日・20日・22日・26日の午前10時～11時、午後2時～3時<br/>▽<b>ところ</b> 収納課（市役所新庁舎2階）<br/>▽<b>相談方法</b> ファイナンシャルプランナーが個別に対応します（1人1時間まで、先着順）<br/>▽<b>対象</b> 市税などを滞納している人</p> </div> | <div data-bbox="982 184 1353 373" data-label="Text"> <p>▽<b>料金</b> 無料<br/>▽<b>申し込み方法</b> 12月28日までに、電話または直接、収納課まで申し込みを。<br/> <div data-bbox="982 310 1353 373" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="982 413 1353 489" data-label="Section-Header"> <h2>特許、意匠、商標等の無料相談会</h2> </div> <div data-bbox="982 508 1353 867" data-label="Text"> <p>弁理士、弁護士による特許、意匠、商標等の無料相談会を開催します。<br/>▽<b>とき</b> 1月～2月の第2・3・4火曜日／3月の第1月曜日、第2・3火曜日<br/>※時間はいずれも午後1時～5時。<br/>▽<b>ところ</b> 弘前商工会議所（上鞆師町）<br/>※事前の予約が必要。<br/> <div data-bbox="982 806 1353 867" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="982 907 1353 945" data-label="Section-Header"> <h2>多重債務相談窓口</h2> </div> <div data-bbox="982 966 1353 1262" data-label="Text"> <p>▽<b>とき</b> 平日の午前8時半～正午、午後1時～4時半<br/>▽<b>ところ</b> 青森財務事務所（青森市新町2丁目、青森合同庁舎3階）<br/>▽<b>電話番号</b> 相談専門ダイヤル…☎青森017・774・6488<br/>▽<b>相談料</b> 無料<br/> <div data-bbox="982 1201 1353 1262" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="982 1302 1353 1341" data-label="Section-Header"> <h2>無料健康相談</h2> </div> <div data-bbox="982 1360 1353 1755" data-label="Text"> <p>弘前大学名誉教授で医学博士の今充さんのボランティアによる無料健康相談を開催します。からだのことで気になる人はご相談ください。<br/>▽<b>とき</b> 1月14日・21日の午後1時～4時（時間の指定はできません）<br/>▽<b>ところ</b> 健康広場相談室（駅前町、ヒロロ3階）<br/>▽<b>参加料</b> 無料<br/>※事前の申し込みが必要。<br/> <div data-bbox="982 1726 1353 1755" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="982 1795 1353 1871" data-label="Section-Header"> <h2>公共職業訓練新規開発コース受講生募集</h2> </div> <div data-bbox="982 1890 1353 1978" data-label="Text"> <p>【～青森の魅力を発信する～観光プランナー科】<br/>▽<b>期間</b> 平成29年1月25日～7</p> </div> | <div data-bbox="1421 184 1792 735" data-label="Text"> <p>月24日（6カ月）<br/>▽<b>ところ</b> JMTC 弘前教室（外崎4丁目）<br/>▽<b>募集期間</b> 1月11日まで<br/>【～青森の魅力を発信する～地域ブランド創造科】<br/>▽<b>期間</b> 平成29年2月27日～8月25日（6カ月）<br/>▽<b>ところ</b> パソコンスクールI・M・S弘前教室（土手町）<br/>▽<b>募集期間</b> 1月5日～2月10日<br/>▽<b>共通事項</b>～<br/>▽<b>定員</b> 各科20人<br/>▽<b>受講料</b> 無料（ただし、テキスト代などは自己負担）<br/> <div data-bbox="1421 674 1792 735" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="1421 774 1792 850" data-label="Section-Header"> <h2>ひろさき移住サポートセンター東京事務所</h2> </div> <div data-bbox="1421 869 1792 1360" data-label="Text"> <p>今年10月にオープンした「ひろさき移住サポートセンター東京事務所」は、平成29年3月まで、土曜日の開所を延長しています。移住の相談など、お気軽にお越しください。<br/>▽<b>とき</b> 平日の午前9時～午後5時45分（12月29日～1月3日を除く）<br/>※事前の予約で午後8時まで対応可。<br/>▽<b>ところ</b> 東京交通会館ビル6階（東京都千代田区有楽町2丁目）<br/> <div data-bbox="1421 1262 1792 1360" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="1421 1400 1792 1440" data-label="Section-Header"> <h2>水道管の凍結にご注意を</h2> </div> <div data-bbox="1421 1461 1792 1978" data-label="Text"> <p>～<b>真冬はこまめに水道の水抜きを</b>～<br/>今年も冬の季節がやってきました。この時期に気を付けたいのが水道管の凍結です。<br/>冬期間は、気温の低下により水道管の凍結や破裂が予想されます。気温が－4℃以下になると、水道管が凍結し、破裂することがありますので、こまめに水道の水抜きを行いましょう。<br/>また、最近では電動の水抜き栓を設置している家庭が増加していますが、事前に使用方法を確認し、誤操作に注意して水抜きを行いましょう。<br/>水道管が凍結または破裂し、自分</p> </div> | <div data-bbox="1857 184 2228 468" data-label="Text"> <p>で解水できない場合は、早めに市の指定給水装置工事事業者、または弘前管工事業協同組合（☎32・7309）へ依頼してください。<br/> <div data-bbox="1857 373 2228 468" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="1857 508 2228 583" data-label="Section-Header"> <h2>青森県赤十字血液センターからのお知らせ</h2> </div> <div data-bbox="1857 604 2228 1293" data-label="Text"> <p>【キャンペーン】<br/>献血バスで献血をした人へ「ありがとうカード」を配布しています。1年以内にカードを持参して青森または弘前献血ルームで献血した人に、「けんけつちゃんストラップ」をプレゼントします。<br/>【セミナー】<br/>「赤十字って何をしているの?」「献血って具体的にどうするの?」など、皆さんの疑問に何でも答えます。学校や事業所、団体の集まりや地域のイベントなど、どこへでも伺います。<br/>【学生ボランティア募集】<br/>青森県学生献血推進連絡会では、定期的に会議を開いたり、献血の呼びかけをしたり、さまざまな活動を行っています。市内の大学生の皆さんの参加をお待ちしています。<br/>【研修室貸出】<br/>献血活動に協力できる各種団体や個人を対象に、弘前献血ルーム（駅前町）と同じフロアにある多目的会議室を無料で貸し出します。利用を希望する人は献血ルーム受付（☎フリーダイヤル0120・768・489）まで申し込みください。<br/> <div data-bbox="1857 1163 2228 1226" data-label="Image"> </div> </p> </div> <div data-bbox="1857 1629 2228 1705" data-label="Section-Header"> <h2>冬期間のミニサッカー場の貸し出し</h2> </div> <div data-bbox="1857 1724 2228 1978" data-label="Text"> <p>▽<b>期間</b> 1月～3月の午前10時～午後4時<br/>※降雪状況により圧雪整備あり。<br/>▽<b>ところ</b> 運動公園（豊田2丁目）自由広場<br/>▽<b>使用料</b> 無料<br/>▽<b>受け付け</b> 運動公園レストハウス内仮事務所</p> </div> | <div data-bbox="2297 184 2665 306" data-label="Text"> <p>▽<b>その他</b> 常設ゴールあり／ボールなどは各自持参を／利用は1団体2時間まで<br/> <div data-bbox="2297 277 2665 306" data-label="Image"> </div></p></div> |
|--|---|---|--|---|---|