

hirosaki

「話題」と「笑顔」を届ける総合情報誌 広報ひろさき

「広報ひろさき」録音版を希望する人は広聴広報課（☎ 35・1194）までお知らせください。

2018

12/1

No.307

特集

図や表で見る
市の財政

弘前さん一家の家計簿

毎年財政状況についてお知らせしていますが、市民の皆さんから「用語が難しい」「ケタが大きすぎてイメージがわからない」など分かりづらいという意見があります。そこで、もっと分かりやすく、身近に感じてもらうために、平成29年度の一般会計決算(3ページに掲載)を一般家庭の家計簿に置き換えてみました。
※家計簿の1万円が実際の1億円に当たります。()内は、実際の決算額です。



※一例として示しています。

収入 平成29年度一般会計の歳入を置き換えたものです。

項目	金額	決算上の区分
給与収入	202万円(202億432万円)	市税
アルバイト収入	56万円(56億395万円)	市税、繰入金および繰越金以外の自主財源
親からの援助	456万円(455億8,001万円)	市債以外の依存財源
貯金取り崩し	12万円(11億8,223万円)	繰入金
ローン	89万円(89億510万円)	市債
緑越金	12万円(12億4,056万円)	繰越金
合計	827万円(827億1,617万円)	

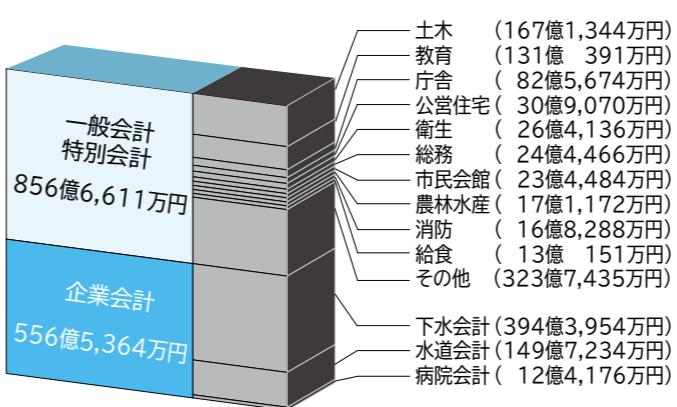
支出 平成29年度一般会計の歳出(性質別)を置き換えたものです。

項目	金額	決算上の区分
食費	91万円(90億8,779万円)	人件費
医療費	221万円(221億4,601万円)	扶助費
光熱水費	102万円(101億5,296万円)	物件費
仕送り	54万円(53億9,098万円)	繰出金
保険料、町会費など	139万円(139億1,269万円)	その他
ローン返済	85万円(85億3,939万円)	公債費
自家用車の購入	117万円(116億5,396万円)	普通建設事業費
貯金	11万円(11億224万円)	積立金
合計	820万円(819億8,602万円)	

このように、弘前さんの家庭では、家族で稼いだお金(市税、諸収入など)だけでは支出のすべてを賄うことができません。

そのため、親からの援助(地方交付税など)や借金(市債)がどうしても必要な状況にあるのです。

市債の状況 (平成30年9月30日現在)



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。

一時借入金残高の状況

(平成30年9月30日現在。水道、下水道、病院を除く) 0円

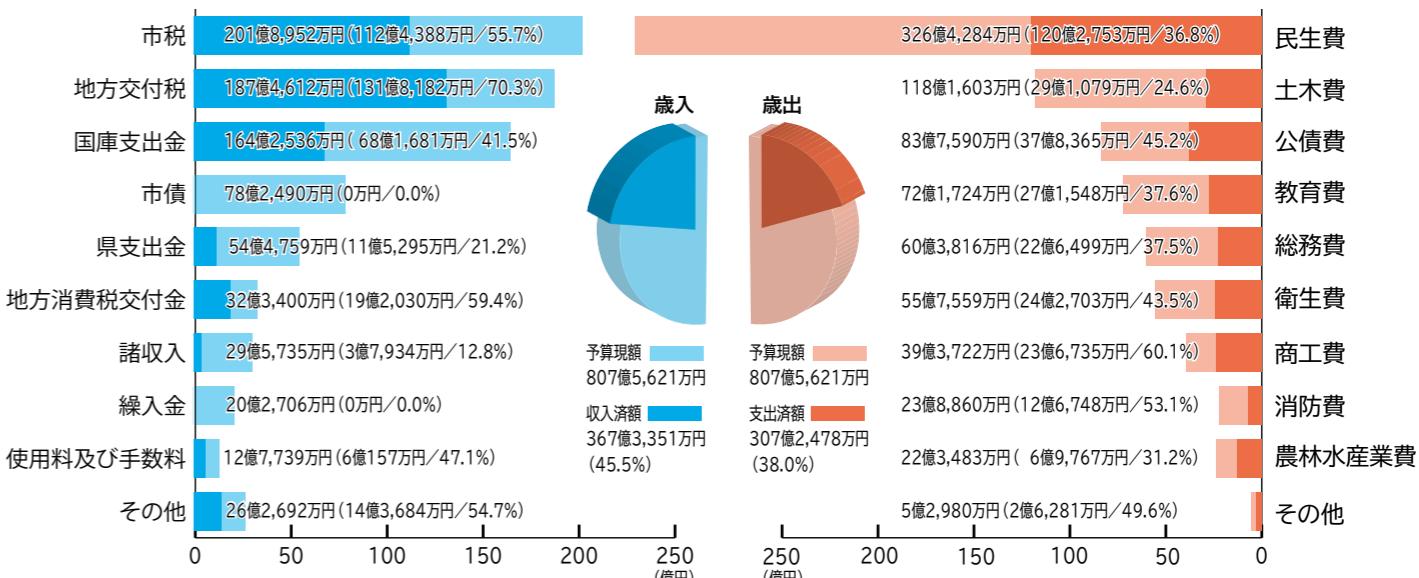
一時借入金とは、一会计年度内に、歳计金額が不足した場合、その不足を補うための借入金で、当該会计年度内に償還されます。

市有財産

(平成30年9月30日現在。水道、下水道、病院を除く)

土地	1,489万4,565m ²
うち山林	762万5,000m ²
建物	70万2,197m ²
有価証券	2億3,962万円
出資による権利	7億6,497万円
債権	1億5,228万円
現金	80億6,574万円
国債等	21億8,917万円
立木	12万758m ³
土地等	6万6,511m ²
自動車	290台

一般会計 平成30年度歳入歳出予算の執行状況



特別会計



特別会計は、保険料や使用料など特定の収入があり、その収入を支出に充てて運営していく事業について、その事業にかかるお金の流れを分かりやすくするために、一般会計とは分けて管理しています。本年度、弘前市では3つの事業があります。

平成29年度決算の状況

会計区分	歳入	歳出
国民健康保険	241億8,608万円	241億8,420万円
後期高齢者医療	18億698万円	17億7,329万円
介護保険	191億1,390万円	187億6,485万円

平成30年度歳入歳出予算の執行状況

会計区分	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険	199億7,553万円	74億3,359万円	37.2%	75億3,217万円	37.7%
後期高齢者医療	18億3,816万円	5億8,488万円	31.8%	6億379万円	32.8%
介護保険	194億3,290万円	77億590万円	39.7%	77億4,619万円	39.9%

企業会計

企業会計は、経費が税金などで賄われる一般会計と異なり、事業を行うために必要な経費については皆さんが必要とした使用料などを主な財源としています。このように企業として独立した事業を行うため、常に企業の経済性を發揮するとともに、公共の福祉を増進するような運営に努めています。

ここでは市が行っている、病院事業、水道事業、下水道事業の3つの企業会計の平成29年度決算と業務状況、平成30年度の予算執行状況をお知らせします(1万円未満は四捨五入)。



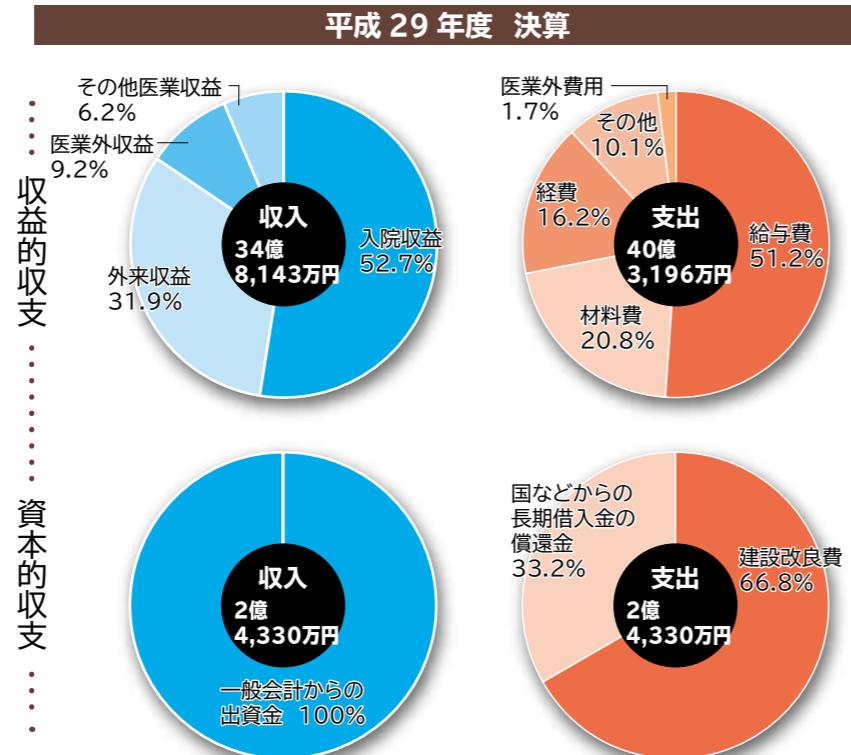
病院事業



●収益的収支…収入のうち、入院・外来収益など、主な医療活動から生じた収益は31億6,280万円となりました。平成29年度の純損失は5億5,201万円となりました(決算額は消費税および地方消費税込み。純損失は税抜き)。

●資本的収支…収入は、一般会計からの出資金で2億4,330万円となりました。支出は、建設改良費が医療機器35品目の購入で2,430万円、リース債務返済額が41品目1億3,831万円で、長期借入金の償還金などが8,069万円となりました。

■問い合わせ先 市立病院総務課総務係(大町3丁目、☎ 34・3211)



平成29年度末 業務状況

診療科目	
内科	眼科
小児科	耳鼻いんこう科
外科	リハビリテーション科
整形外科	麻酔科
産婦人科	皮膚科
一般病床数 250床	

平成29年度 診療科別患者数の状況

割合	入院		外来	
	科名	患者数	科名	患者数
57.8%	内科	2万6,268人	内科	4万303人
3.0%	耳鼻いんこう科	1,367人	小児科	4,876人
10.9%	リハビリテーション科	4,936人	外科	1万3,375人
28.2%	整形外科	1万2,824人	整形外科	1万5,780人
0.0%	産婦人科	0人	産婦人科	2,444人
0.1%	皮膚科	66人	眼科	5,457人
0.0%	耳鼻いんこう科	0人	耳鼻いんこう科	1,163人
0.0%	麻酔科	0人	麻酔科	1,215人
0.0%	皮膚科	0人	皮膚科	870人
100.0%	合計	4万5,461人	合計	8万5,483人

平成30年度上半期 予算執行状況

区分	予算科目	予算額	執行額	執行率
収益的収支	医業収益	32億5,640万円	14億1,341万円	43.4%
	医業外収益、その他	3億7,430万円	3億4,593万円	92.4%
	合計	36億3,070万円	17億5,934万円	48.5%
資本的収支	医業費用	41億6,098万円	16億3,090万円	39.2%
	医業外費用、その他	7,919万円	1,025万円	12.8%
	合計	42億4,017万円	16億4,115万円	38.7%
資本的収支	収入	資本的収入	2億3,185万円	2億3,185万円
	支出	資本的支出	2億3,185万円	1億1,249万円

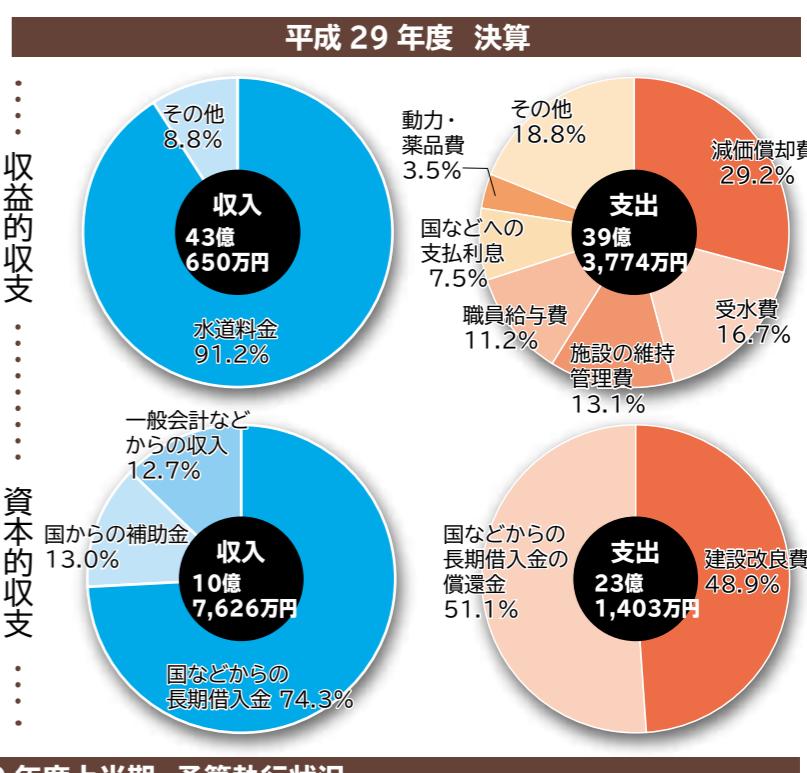
水道事業



●収益的収支…決算額は消費税および地方消費税込みの額ですが、税抜きで3億33万円の純利益が生じ、この利益を全額減債積立金に積み立てました。

●資本的収支…収入決算額が支出決算額に対して不足する額は、水道料金のうち、減価償却費など現金支出を伴わない経費分で補てんしました。

■問い合わせ先 上下水道部総務課経理係(賀田1丁目、☎ 55・9660)



平成30年度上半期 予算執行状況

区分	予算科目	予算額	執行額	執行率
収益的収支	水道料金	39億3,420万円	19億6,617万円	50.0%
	その他	3億6,395万円	6,308万円	17.3%
資本的収支	営業費用(施設の維持管理費他)	35億2,244万円	8億1,314万円	23.1%
	営業外費用他(支払利息等)	5億1,840万円	2億9,387万円	56.7%

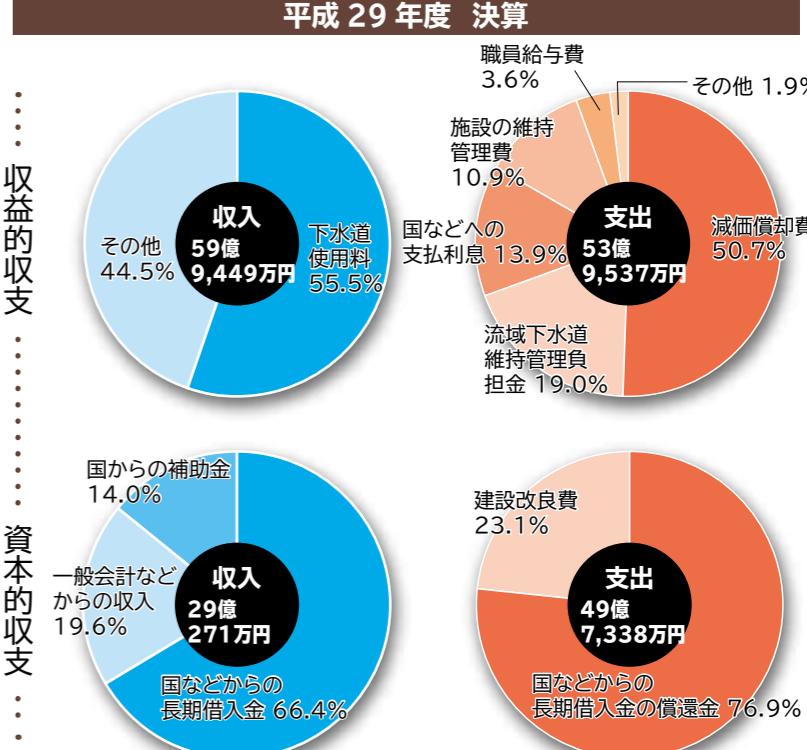
下水道事業



●収益的収支…決算額は消費税および地方消費税込みの額ですが、税抜きで5億4,805万円の純利益が生じ、この利益を全額減債積立金に積み立てました。

●資本的収支…収入決算額が支出決算額に対して不足する額は、下水道使用料のうち、減価償却費など現金支出を伴わない経費分で補てんしました。

■問い合わせ先 上下水道部総務課経理係(賀田1丁目、☎ 55・9660)



平成29年度末 業務状況

年間総処理水量	2,230万m³
1日平均処理水量	6万1,086m³
年間有収水量と有率	1,665万m³ (82.0%)
行政区域内人口	17万2,444人
処理区域内人口と普及率	16万7,047人 (96.9%)
水洗化人口と水洗化率	15万1,199人 (90.5%)

※行政区域内人口には、外国人登録者を含む。

平成30年度上半期 予算執行状況

区分	予算科目	予算額	執行額	執行率
収益的収支	下水道使用料	33億3,108万円	16億5,657万円	49.7%
	その他	25億4,785万円	6億3,012万円	24.7%
資本的収支	営業費用(施設の維持管理費他)	48億4,503万円	8億4,065万円	17.4%
	営業外費用他(支払利息等)	7億2,415万円	1億7,181万円	23.7%
資本的収支	国などからの長期借入金	22億8,110万円	0万円	0.0%
	その他	12億1,266万円	4億8,513万円	40.0%

冬を快適に過ごすために

『市民・行政・業者』の共同作業であずましく

いよいよ雪の季節となりました。北国で暮らす私たちにとって、雪は生活の一部であり、避けて通ることはできません。市では、市民の皆さんのが安全・安心で快適な生活を送ることができるよう、サイドシャッター装置付除雪車の導入や追従除雪などの雪対策を進めてきました。

これまでの豪雪の経験や皆さんの意見・要望等を踏まえ、除排雪作業の改善を図っていきますが、雪国生活をより快適に過ごすためには、行政だけでなく実際に除雪作業を行う委託業者、そして何より市民一人一人の協力が必要です。「市民・行政・業者」の共同作業で、お互いが「力を合わせる」ことで効率的な除雪作業をし、厳しい冬を乗り切りましょう。皆さんのご協力をお願いします。

平成 30 年度 除排雪計画

- 一般除雪（作業時間帯：午前 1 時～6 時）
- 出動基準…午前 0 時の降雪量が、10cm 以上に達した時
- ※安全で円滑な車両走行の支障となる路面状況が発生した場合なども。
- 除雪延長…約 1,000km
- 歩道除雪（作業時間帯：午前 5 時～7 時）
- 実施基準…降雪量が 10cm 以上に達した時
- 総延長…通学路を主体に約 120km
- 交差点排雪 交差点や横断歩道の雪山の除去など、歩行者が安全で安心して歩ける歩行空間の確保。
- 小路排雪 パトロール体制を充実し、積雪や路面状況を把握して適時に排雪を実施。
- 拡幅除雪・運搬排雪 路肩などの雪山によって、道路が狭くなり、車や歩行者の通行および安全性に支障を来す目安となる積雪深や累計降雪量となった場合は、ロータリー除雪車などで実施。
- スリップ対策 本町坂、辻坂、加藤坂などの市道 15 カ所と、県道 3 カ所の坂道に、ロードヒーティングを整備。また、そのほかの坂道、カーブおよび主要交差点には、朝夕に凍結抑制剤を散布。

本年度の主な取り組み

【サイドシャッター装置付除雪車】

間口除雪の軽減を目的として、サイドシャッターを装備した除雪車両による作業を、昨年度実施した和徳学区など 12 地区のほか、堀越地区へも導入します（予定延長：約 61km）。

【追従除雪】

早朝に行うドーザーなどによる一般除雪にロータリー除雪車を追従させ、道路幅員を確保します。

実施路線はボトルネック箇所（交通量が多く道路幅員が狭小な路線）や雪置き場までのアクセス道路および通学路などから選定します。追従除雪の頻度は降雪状況に応じて、一般除雪 3～4 回に 1 回程度行います（予定延長：約 620km）。

【町会雪置き場事業】

住宅地に空き地を所有している人が地域の雪置き場として町会に無償で空き地を貸し付けした場合（管理は町会で）に、固定資産税などの 3 分の 1 以内を減免します。



【地域除雪活動支援事業】

除雪機械や融雪設備を活用し、一般除雪によって狭くなった生活道路の拡幅作業や排雪作業または融雪活動を行う町会等に対して、燃料費や電気料の一部を報償金として支給します。

■問い合わせ先 道路維持課（☎ 32・8555）

【地域除雪窓口設置】

今シーズンは岩木地区のうち 17・18 工区と、城東地区のうち 7・10 工区で地域除雪窓口を試験的に実施します（工区の詳細は市ホームページに掲載します）。

除雪工区内に地域除雪窓口を設置することにより、市民が除排雪に対する要望・相談を直接業者に伝えられることで、迅速に対応できるようになります。

△とき 3 月 31 日までのうち、一般除雪が実施された日の午前 6 時～正午

■問い合わせ先 岩木地区のうち 17・18 工区…兼建興業（☎ 携帯 090・7566・1283）／城東地区のうち 7・10 工区…相馬土木（☎ 携帯 080・5579・5384）

その他の取り組み

【小型除雪機の貸し出し】

生活道路の除雪作業や高齢者世帯の間口の寄せ雪処理などを目的で、小型除雪機を町会に貸し出しています（平成 30 年度貸出町会数：65 町会）。

【町会等除雪報償金】

市が除雪作業を行う路線以外の生活道路の除雪を個人の除雪機械などを使用して行う町会などに対して、報償金を支給します（実施延長 1m当たり 1 シーズン：200 円）。

■問い合わせ先 道路維持課（☎ 32・8555）

【消流雪溝の今後の計画】

消流雪溝の整備については、水源・水路こう配・流末の条件が整う地区的整備を進めており、現在、平成 23 年度から平成 31 年度までの第 2 次面的整備Ⅲ期計画の中で、時敏地区・北地区の各一部を整備する予定です。

◆お願い…除雪車が通った後は、どうしても玄関前に雪が残ります。片付けは各家庭でお願いします。

■除雪に関する問い合わせ先

○市道…道路維持課（☎ 32・8555）／○県道…中南地域県民局地域整備部道路施設課（☎ 32・0800）／○国道 7 号…国土交通省弘前国道維持出張所（☎ 28・1315）



【ホームページで雪に関する情報を提供】

市ホームページ（<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/kurashi/josetsu/>）では雪に関する以下の情報を提供しています。

■除排雪についてのお願い

■雪置き場情報

■消流雪溝の利用方法

■融雪装置設置資金貸付制度

■雪対策総合プラン

■弘前市除排雪計画

■除排雪担当業者

■降・積雪と除排雪経費

■除雪要望等の件数

■町会等除雪報償金

■地域除雪活動支援事業

■町会雪置き場事業など



効率的な除排雪作業にご協力を

通勤・通学時間帯に交通渋滞を起こさないよう、通常行く一般除雪は深夜から早朝にかけての作業となります。騒音や振動などで、ご迷惑をお掛けします。

また、除雪作業を円滑に進め、作業中の事故を未然に防止するため、次のことをついて、ご協力をお願いします。
○路上駐車はしない…1 台でも駐車車両があると、除雪作業がストップし、その地域の除雪が後回しになったり、除排雪ができなくなったりします。

○除雪した道路に雪を出さない…交通の妨げや、交通事故の原因になりますので、マナーを守ってください。

○屋根雪を道路などへ落とさない…交通を遮断するだけでなく、人命に関わることがありますので、危険な場所については、屋根雪の落下防止の措置を講じたり、雪下ろしをしたりするなど、十分注意してください。

○歩道と車道の段差に架けてある鉄板などを除去する

○用水路・排水路に雪を捨てない

○除雪車が作業中のときは近寄らない

※市内の雪置き場に関する情報は、広報ひろさき 11 月 15 日号「保存版 平成 30 年度雪処理の手引き」または、市ホームページをご覧ください。

屋根の雪下ろし用 命綱などを 貸し出します



屋根の雪下ろし中の事故を未然に防ぐため、命綱などを貸し出します。貸出数には限りがありますので、事前にお問い合わせください。

△貸出期間 3 月 25 日まで（一回当たり貸出日から原則 5 日間）

※年末年始も貸し出します。

※雪の状況次第では、貸出期間を延長します。

△貸出用品 命綱（30m）、安全帶およびヘルメット一式

△貸出場所 弘前消防署（本町、☎ 32・5199）／東消防署（城東中央 5 丁目、☎ 27・1151）／栄形分署（豊原 1 丁目、☎ 33・4311）／西北分署（小友字神原、☎ 93・3310）／西分署（鳥井野字宮本、☎ 82・3311）

※受付時間は、いずれも午前 8 時 30 分～午後 5 時。

■問い合わせ先 市民協働政策課（☎ 35・1664）

調査に
ご協力ください

子ども・子育て支援に係る利用希望調査 (ニーズ調査)を実施します

幼稚園、保育所、認定こども園、子育て支援などに対する今後の需要量を算出し、必要な供給体制の確保方策を定める「子ども・子育て支援事業計画」を策定しています。第2期の計画(2020年度～2024年度)策定の基礎資料として、就学前児童および就学児童いる保護者に対し、郵送による利用希望把握調査(ニーズ調査)を行いますので、調査票が届きましたら、ご

希望者は
申し込みを

弘前駅前北地区都市再生住宅一般入居者募集

中堅所得者向けの弘前駅前北地区都市再生住宅の入居者を随時募集しています。

▽対象住宅 弘前駅前北地区都市再生住宅（8階建・エレベーターあり）

▽対象戸数 11戸（1LDK = 3戸、2LDK-A = 5戸、2LDK-B = 3戸）

※1LDKは単身者向け、2LDK-A・Bは家族世帯専用。

▽住宅使用料（家賃） 1LDK = 月額5万800円～

協力をお願いします。

▽調査票の発送時期 12月（予定）

▽対象 就学前児童がいる保護者 = 2,500人、就学児童がいる保護者 = 2,500人

※無作為に抽出し郵送します。

■問い合わせ先 子育て支援課児童育成係（☎ 35・1131）

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、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 12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メールで提出してください。

①住所・氏名・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、その審議会等の名称と在任期間

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、公園緑地課で配布しています。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。

※応募用紙に記載された個人情報は、選考事務のみに使用し、その他の利用・公表等はしません。ただし、委員になった人については、その氏名等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）

意見や提案を
お寄せください

新中核病院への意見募集

市では、津軽圏域の地域医療を担う新中核病院の早期の運営開始を目指し、整備・運営主体となる独立行政法人国立病院機構のほか、青森県や国立大学法人弘前大学と連携して、新中核病院の整備・運営に関わる各種準備を進めています。このたび、今後の新中核病院の整備・運営を進める上での参考とするため、広く市民の皆さんから意見・提案を募集します。

▽募集期間 12月3日～1月11日（必着）

▽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国立病院機構弘前病院または弘前市立病院を利用する人

⑦新中核病院の整備・運営に利害関係を有する人

▽提出方法 指定の様式または任意様式に、氏名（法

人などの場合は名称および代表者名）、住所、在住・在学の別（対象①～⑦のいずれか）、意見を記入し、見出しに「新中核病院に対する意見」と明記の上、次のいずれかの方法で提出してください。
※指定の様式は、市ホームページからダウンロードすることができます。

①郵送…〒036・8551、上白銀町1の1、地域医療総合戦略対策室宛て

②Eメール…chiikiiryo@city.hirosaki.lg.jp

③ファクス…32・1166

④地域医療総合戦略対策室（市役所3階）へ直接持参
※記入漏れがある場合や、電話など口頭では意見として受け付けませんので、ご注意ください。

▽意見の公表など 寄せられた意見などは、新中核病院の整備・運営の参考とするほか、後日集約し、住所・氏名を除き、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・提出先 地域医療総合戦略対策室（☎ 37・3788）



【新中核病院の整備概要】

■開設場所 富野町1（国立病院機構弘前病院の地）

■病床規模 450床程度（現在の病床数…弘前病院342床、弘前市立病院250床）

■診療科 24診療科（下線は、中核病院設置により新たに開設する診療科）

呼吸器内科、循環器内科、消化器内科、血液内科、内分泌代謝内科、神経内科、消化器外科、乳腺外科、整形外科、精神科、小児科、皮膚科、泌尿器科、産婦人科、眼科、耳鼻いんこう科、リハビリテーション科、放射線科、病理診断科、臨床検査科、救急科、麻酔科、総合診療科、歯科

※新中核病院の診療機能、病床規模、整備方針等を定めた基本計画は、市ホームページでも閲覧することができます。

■病院機能

◎センター

①救急医療センター（24時間365日の二次救急医療を実施）、②地域周産期母子医療センター、③消化器センター、④循環器・呼吸器センター、⑤乳腺・婦人疾患センター、⑥内視鏡・治療センター、⑦ロコモセンター

◎地域医療・政策医療

①地域医療支援病院、②地域災害拠点病院、③エイズ治療拠点病院

◎教育・育成

①臨床研修指定病院および新専門医養成施設、②地域枠医師養成施設、③看護師養成施設

◎臨床研究

診断や治療方法の進歩・発展に貢献するため、臨床研究・治験の取り組みを強化

将来都市像（案）が市民会議から提案されました

みんなで創り みんなをつなぐ あずましいりんご色のまち

市では、来年度から始まる新しい総合計画（市の最上位計画）に掲げる2040年頃の弘前市の目指すべき「将来都市像」について考えるため、「将来都市像策定のための市民会議」を開催し、上記の「将来都市像（案）」が提案されました。

市民会議から提案された「将来都市像（案）」は、今後、弘前市総合計画審議会や市議会、パブリックコメント等による意見も踏まえ、「新総合計画」の中に位置づけられ、平成31年3月議会に議案として提出する予定です。

■問い合わせ先 企画課（☎ 40・7021）

～将来都市像（案）に込められた想い～

弘前の象徴「りんご」には、ふじや王林などの多くの品種があり、色、味、大きさ、形などいろいろあります。それは異なる品種を掛け合わせることによって誕生し、現在も新たなりんごが生まれ続けています。

弘前のまちにも、多様な人々、地域、資源があります。それらが出会い、つながり、さらに他の地域や人とも結びつくことによって、まちに「活気と活力」を、そして私たち市民に「誇りと愛着」を生み出します。そこから生まれる「まちを進化・成長さ



せていくたい」、「これからもりんごのようにさまざまな色で彩られるまちであり続けたい」という思いを『りんご色』という言葉で表現しています。

このような想いを込めて、市民や企業、大学、行政など『みんな』が一丸となって、地域を担う人材や新しい魅力、地域コミュニティなど新たな「ひと・もの・こと」を創り出し、先人から受け継いだ弘前の美しい自然と風格ある歴史・文化とともに『みんな』を次世代へつなぎ、『あずましさ』が実感できるまちを目指していきます。



将来都市像（案）策定に寄せて

今回、市役所職員とともに、市民会議の企画・運営とアイデアの整理を担当しました。簡単な仕事ではありませんでしたが、市民の皆さんのが想像力”と“創造力”、そして“弘前への想い”的おかけで、他のどこにもない、弘前固有の都市像を描くことができたと思います。関わった全ての人々に感謝します。今後、将来都市像を核にまちづくりは進んでいきます。市民の皆さんのが彩つゆく弘前の未来に心から期待します。



「弘前」を知り、触れて、伝えていこう！**Hakko Quiz**！
答えはどこかのページに隠れているから探してね！

【問題】

弘前公園の北側に位置する、江戸時代の武家住宅の街並みが残っている地区はどこかな？

- ① 仲町
- ② 元寺町
- ③ 禅林街

市民の皆さんから
公募します

農業委員会委員選考委員会・農地利用最適化 推進委員選考委員会の委員を募集

農業委員・農地利用最適化推進委員の公募に対して、推薦または応募のあった人の中から委員候補者を選考する委員を募集します。

▽応募資格 市内在住で12月21日現在20歳以上の人

▽募集人数 農業委員会委員選考委員=2人／農地利用最適化推進委員選考委員=3人

▽受付期限 12月21日（必着）

▽任期・会議の開催など 任期は3年間。会議は今年度2回（予定）。その他、委員が欠けた場合など必要に応じて開催。

▽報酬 1回の会議出席につき報酬1万円と交通費を支給

▽応募方法 応募用紙に必要事項を記入し、郵送または持参を。

※応募用紙は市ホームページに掲載しているほか、農業政策課・農業委員会事務局（ともに市役所3階）で配布しています。

■問い合わせ・提出先 農業委員会委員選考委員…農業政策課計画推進係（〒036・8551、上白銀町1の1、☎ 40・0656）／農地利用最適化推進委員選考委員…農業委員会事務局農政係（〒036・8551、上白銀町1の1、☎ 40・7104）

希望者は
ご応募ください

消費生活相談員の募集

消費生活に関する一般相談および苦情相談受付業務に従事する消費生活相談員を募集します。

▽採用人数（予定） 1人

▽雇用期間 1月1日～3月31日

※以降、本人の勤務状況等により1年ごとの更新の可能性あり。

▽応募資格 消費生活相談員などの資格や知識または経験がなくても応募が可能ですが、資格や知識を取得しようという姿勢が求められます。

▽報酬 月額10万500円

▽勤務場所 市民生活センター（駅前町、ヒロ口3階）

▽勤務時間 週30時間勤務のシフト制

▽応募方法 市民生活センターへ事前連絡の上、市販の履歴書に必要事項の記入および顔写真を添付し、持参または郵送で市民生活センター（〒036・8003、駅前町9の20、ヒロ口3階）へ。

▽受付期限 郵送=12月14日（必着）、持参=12月14日の午後5時まで

▽その他 詳しくは、市ホームページをご覧ください。なお、ハローワークを通じての募集もしています。

■問い合わせ先 雇用条件について…人事課（☎ 35・1119）／業務内容について…市民生活センター（☎ 33・5830）



障害者週間記念イベント hug はぐ hoick!

今年も音楽・ダンス・アート・スポーツのほか、就労支援施設による物品販売・ワークショップなどのイベントを開催します。

12月3日～9日は
障害者週間です。

国民が障がい福祉について関心と理解を深めるとともに、障がい者があらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高める期間として、国・地方公共団体・関係団体等で、さまざまな意識啓発の取り組みを行っています。



▽とき 12月9日（日）、午前10時30分～午後2時30分

※アート展示は12月8日（土）、午前10時30分～午後6時も実施。

▽ところ ヒロ口（駅前町）3階イベントスペース、4階市民文化交流館ホールほか

■問い合わせ先 福祉政策課（☎ 40・7036）

市民の皆さんから
公募します

弘前市景観審議会の委員を募集

電話番号

② 400字程度の応募理由（志望動機、抱負、景観まちづくりの活動経験等の自己PRなど）

※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、都市政策課（市役所3階）、岩木・相馬総合支所、各出張所で配布しています。なお、応募用紙は返却しませんのでご了承ください。

△応募資格 市内に在住する20歳以上の人
※議員、公務員、市のその他の審議会などの委員になっている人は除きます。

△募集人員

2人

△募集期間 12月3日～28日（必着）

△委員の任期・会議の開催

任期は委嘱の日から2年間。

会議は平日の日中を開催予定。

△報酬など

会議1回の出席につき、報酬1万円と交

通費を支給します。

△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（添付ファイルは3メガバイトまで）で提出を。

①住所・氏名（ふりがな）・生年月日・性別・職業・

意見や提案を
お寄せください

弘前市歴史的風致維持向上計画（第2期）への 意見募集（パブリックコメント）

在学の別（任意様式の場合は対象①～⑥のいずれか）、件名（任意様式のみ、「弘前市歴史的風致維持向上計画（第2期）への意見」など）、意見や提案を記入し、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、都市政策課宛て

②都市政策課（市役所3階）へ直接持参（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

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、相馬総合支所民生課、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。

△提出方法 指定の様式または任意の様式に、住所、氏名（法人などの場合は名称および代表者氏名）、在住・

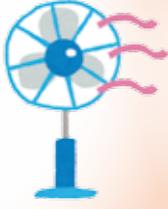
お湯を温めて温度を 上げる

温度が上がると体感温度も上昇します。お湯を張った鍋ややかんをストーブで温めると、寒さを感じにくくなります。



扇風機で部屋全体を 温める

温かい空気は上に留まります。扇風機を短時間だけ回して室内の空気を循環させ、部屋全体を温めましょう。



首、手首、足首 「3つの首」を温める

太い血管のある部分を重点的に温めることで、体全体が温まります。冷え性などの改善にも役立ちます。



「ウォームビズ」とは

暖房の室温を20℃に設定し、その上で快適に過ごせるライフスタイル。暖房利用による二酸化炭素(CO₂)を削減することで、地球温暖化の防止につながります。



あったかエコライフ♪

ウォームビズ

WARM BIZ

環境省が呼びかけている「ウォームビズ(WARM BIZ)」。エネルギーの節約で財布や環境に優しい「ウォームビズ」を、あなたも暮らしに取り入れてみませんか？

市ではこの冬も、市の施設の室温を通常20℃に設定し、ウォームビズに取り組みますので、市民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

■問い合わせ先 環境管理課環境保全係（☎40・7035）



からだを温める 食材を食べる

冬が旬の食材や根菜類、特にしょうがは、体を内側から温める効用があります。鍋料理などでたっぷりとりましょう。



温度計・湿度計を いつも見える場所に

温度計・湿度計を身近に置いて室内環境を「見える化」することで、無駄な暖房使用や冷えによる体調不良を防げます。



みんなで集まる 「ウォームシェア」

WARM
SHARE

家庭の暖房を止めて、みんなでひとつの部屋、場所に集まれば暖房を節約できます。ご近所や街へ出かけて、地球にも財布にもやさしい取り組みをはじめましょう。

たか丸くんの ごみ減量速報

年末は飲み会が増えるシーズンだよね！宴会の料理を残すのはもったいないことなんだ！開始30分間と終了前10分間は、自分の席でしっかり食べる「食べきりタイム」！食べきれない時は、皆で分け合って親睦を深めよう！



弘前市の燃やせるごみの総排出量

今年9月のごみ排出量 5,292t

211t減!!
(昨年同月比)

1人1日当たりのごみ排出量	今年	1,039g
1人1日当たりのごみ排出量	昨年	1,059g
差		-20g

（家庭系・事業系を合計した数値。資源化物などは除く。）
環境管理課（町田字筒井、☎35・1130）



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★

弘前城菊と紅葉まつり



10月19日～11月11日 弘前城植物園ほか（下白銀町）



秋 の弘前公園を彩る色とりどりの紅葉を見ようと、多くの人が訪れました。至る所に菊人形や菊の鉢植えが展示され、会場をいつそう華やかにしていました。中濠では、秋の運行が初めてとなつた弘前公園中濠紅葉観光舟でお濠めぐりを楽しむ人でぎわっていました。

地域おこし協力隊 出張授業



10月24日 相馬中学校（紙漉沢字山越）

相 馬地区で地域おこし協力隊として活動している鹿内あかりさんが、相馬中学校の全校生徒生徒に向けて講演。これまでの活動や相馬地区的魅力などを、笑顔を交えながら紹介しました。

ひろさきりんごハロウィン



10月28日 ヒロ口・駅前公園（駅前町）ほか

り んごの収穫を祝うハロウィンイベントが開催されました。子どもから大人まで仮装をした人たちがパレードに集い、和気あいあいとまちを練り歩きました。

弘前城本丸 石垣解体工事終了



10月26日 弘前城本丸（下白銀町）

昨 年度から本格化した石垣解体作業がこの日で終了し、2,172個目となる最後の石が解体されました。解体により、江戸時代の井戸や排水跡など、さまざまな遺構や構造物が発見されました。

あずましフェスタ～地域をささえる車大集合～



11月3日 弘前駅・JR弘前駅運輸区（表町）ほか

鉄 道車両、消防車、救急車など、地域を支える車の展示イベントが行われました。乗り物に乗って写真撮影を楽しむ家族連れなどで、会場はにぎわっていました。

もっと②弘前！！

弘前をPRできちゃう♪

ひろ♡レポおすすめのお土産はこれだ！

学生企画コーナー



デザートショップ

津軽赤みそマドレーヌ
津軽白みそマドレーヌ



このマドレーヌは、ゴマや豆がアクセント！赤みそは香りが強く、みその風味を楽しめます。白みそは控えめな甘さで和風な味になっています。



パティシエの藤井郁子さんから一言！

お店の中にはイートインスペースもあるので、たくさん的人に来ていただけたらうれしいです。

店舗情報
住所：宮川3丁目17の1
営業時間：午前10時～午後7時
定休日：月曜日
☎ 37・0188

Angelique(アンジェリック)



津軽香々欧（つがるかかお）

おいしくてオシャレなケーキはもちろん、40種類以上の焼き菓子を取り揃えています。そんなお店の人気商品はズバリ『津軽香々欧』！バターとアーモンドの香るサクサクのクッキーと、津軽塗があしらわれたショコラートが合わり、まろやかな舌触りの一品♡味だけでなく、見た目からも津軽を感じることができます！

代表取締役の成田巧樹さんから一言！

お店に来たら新しい発見があるはず。ぜひ足を運んでみてください。



店舗情報
住所：野田1丁目3の16
営業時間：午前9時30分～午後7時30分
定休日：火曜日
☎ 35・9894

小山せんべい



店内で1枚ずつ手焼きで焼くのが特徴のせんべい。種類はピーナツやゴマなど計6種類あり、一番人気はピスタチオ！作っているところが見えるのでよりいっそせんべいがおいしく感じられました!!

二代目的小山悟さんから一言！

実際に手焼きで焼いているところを見て買ってほしいですね。これからも伝統を大切にていきます！



店舗情報
住所：大浦町5の3
営業時間：午前9時～午後5時30分
定休日：なし
☎ 36・8088

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。Facebook(<https://www.facebook.com/hiro.reporters>)もやってます！興味のある人はどうぞ(^*)



いなみや菓子店

バナナ最中

バナナ最中は、バナナの香料を使い、甘さや風味を再現している商品です。バナナ最中のくせになる甘さは、リピート間違いなし！！



店主の稻見茂男さんから一言！

弘前生まれのバナナ最中は色々なお店で作っているので、ぜひバナナ最中の食べ比べをしてみてください！

店舗情報
住所：富田1丁目6の5
営業時間：午前9時～午後7時
定休日：月曜日（年末年始・お盆は営業）
☎ 32・0667



編集後記

今回は4つのお店を紹介しました。お店の近くに行くだけでいい香りがしておなかがすいてしまいました。各店舗には、おすすめした商品以外にもおいしそうなお菓子がたくさんありました(*^*)ぜひ訪れてみてください！



鳴海要記念陶房館の催し

【雪雄子舞踏ワークショップ 花・鳥・風になる】

▽とき 12月5日(水)
午後1時30分～

▽参加料 1,500円(飲み物付き)
※動きやすい服装でおいでください。

【X'mas 絵本のコレクション～200冊記念展示～】

▽とき 12月15日～24日の午前9時～午後4時(最終日は午後3時まで)

▽観覧料 無料
【電動ロクロを体験しませんか?】

▽とき 12月21日～23日の午前10時～午後3時

▽内容 電動ロクロを使った器作り

▽講師 小山陽久さん、佐藤学さん(津軽千代造窯)

▽対象 小学生以上

▽参加料 1,600円(材料費含む)

※所要時間約45分。予約優先。

～共通事項～

▽ところ 鳴海要記念陶房館(賀田字大浦)

間 鳴海要記念陶房館(82・2902、火曜日は休み)

ロマントピア天文台 [星と森のロマントピア]

★観察会 ふたご座流星群を観察しよう

▽とき 12月14日(金)
午後7時～9時

▽ところ 星と森のロマントピア(水木在家字桜井)天文台

▽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30分)

間 星と森のロマントピア天文台(84・2233、月曜日は休み)

岩木図書館の催し

◎メエメエさんおはなし会

▽とき 12月8日・22日

午前10時30分～11時

▽ところ 岩木図書館(賀田1丁目)

児童室

▽内容 絵本の読み聞かせ

※事前の申し込みは不要。

◎おはなしクリスマス会

▽とき 12月15日(土)

午前10時～11時30分

▽ところ 中央公民館岩木館(賀田1丁目)大和室

▽内容 「テラーズ」の皆さんによる読み聞かせ、紙コップを使ったクリスマスツリーの工作

▽定員 50人

▽参加料 無料

※事前の申し込みは不要。

間こども絵本の森(35・0155)

10時30分～11時

▽内容 絵本の読み聞かせ、手遊びなど

▽対象 3歳までの乳幼児とその保護者

◎ブックスタートおはなしかい

▽とき 12月16日・26日、午前10時30分～11時

▽内容 絵本の楽しみ方アドバイスや手遊びなど

▽対象 0歳児とその保護者

～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

▽参加料 無料

※事前の申し込みは不要。

間こども絵本の森(35・0155)

魔王コンサート

▽とき 12月13日(木)、午後6時30分～(開場は午後5時50分)

▽ところ 弘前文化センター(下白銀町)

▽出演者 クレシミル・ストラジャナツクさん(バスバリトン歌手)、三浦英治さん(バス歌手)、石野真穂さん(ピアニスト)

▽演奏曲目 F.シューベルト作曲「魔王」ほか

▽入場料(全席自由) 一般5,000円、高校生以下1,000円、ペア8,000円(前売りのみ)

※一般・高校生以下の当日券は1,000円増。

▽チケット販売所 市民会館、弘前文化センター、中三弘前店、平山萬年堂、弘前大学生協、百石町ラグノオサキ、うつわ・珈琲豆や豆人間クレショ実行委員会(三浦さん、携帯070・5320・1975)

藤田記念庭園クラフト展 「倉内尚子～裂き織りの現在～」

伝統を踏まえつつ、かつての裂き織りのイメージにとらわれない色や形、デザインに挑戦している倉内尚子さんの裂き織り作品を多数展示します。

▽とき 12月14日～26日、午前10時～午後4時

▽ところ 藤田記念庭園考古館(上白銀町)2階ギャラリースペース

▽入場料 無料

間弘前観光コンベンション協会(35・3131)



旧弘前藩校稽古館資料調査報告会

旧弘前藩校稽古館資料について、今年度の調査研究における新しい成果を発表します。

▽とき 12月16日(日)、午後1時～4時30分(開場は午後0時30分)

▽ところ 弘前大学人文社会科学部4階多目的ホール(文京町)

▽内容 基調講演「信州諸藩旧蔵古典籍の現状と課題」…講師・白井純さん(信州大学人文学部)／人文社会科学部教員等による調査報告

▽入場料 無料

※事前の申し込みは不要。

間弘前大学人文社会科学部地域未来創生センター(古川さん、渡辺さん、39・3198、irrc@hirosaki-u.ac.jp(平日の午前10時15分～午後5時))

△

●

○

▽体験料 1着500円～1,000円
間市みどりの協会(33・8733)

農の手しごと展

▽とき 12月18日・19日、午前10時～午後3時

▽ところ 百石町展示館

▽内容 農家女性による手工芸品の展示・販売、ワークショップ(飾りひょうたんや手編み等の小物づくり)、農産物や手作り加工品の販売
間ひょうたん俱楽部(間山さん、52・5305)

緑の相談所

12月の催し

【展示会】

●冬の室内植物展 14日～24日

●休館日 3日・10日・17日・25日、29日～1月3日

間緑の相談所(33・8737)

弘前図書館

12月の催し

○おたのしみおはなし会

▽とき 12月8日の午後3時～3時30分、12月15日の午前11時～11時30分

▽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 「クリスマス」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、なぞなぞなど

▽対象 おおむね4歳～小学校低学年の児童

○クリスマスおはなし会

▽とき 12月22日(土)午後2時～2時40分

▽ところ 弘前図書館2階視聴覚室

▽対象 小学生＝80人(幼児も可)

▽語り手 おはなしるんるん～共通事項～

▽参加料 無料
※事前の申し込みは不要。

間弘前図書館(32・3794)

マンホールカードを配布します



弘前市のマンホールカードを1人に1枚無料で配布します。

マンホールカードは、マンホール蓋を活用した「カード型の下水道広報用パンフレット」です。全国共通のルールで作られているため、コレクションカードとしても関心を集めています。

▽期間 12月14日(金)～(休館日を除く)午前9時～午後5時

▽配布場所 緑の相談所(弘前公園内)
間上下水道部総務課(55・9660)

ヒロロスクエアのイベント

【ヨガ年末 108回太陽礼拝】

新年を迎える前に年内にため込んだ煩惱を手放す、という意味を込めて108回の太陽礼拝を行います。

▽とき 12月30日(日)、午前10時30分~(受け付けは午前10時~)

▽ところ 4階市民文化交流館ホール

▽定員 100人

▽参加料 無料

※事前の申し込みが必要。

▽持ち物 ヨガマット(有料で貸し出しあり)、飲み物、汗拭きタオル

【ロボ木ー(ろぼきー)をつくろう! 100人ワークショップ】

国産の木材を使って体長約20cmのエコ・ロボットを作ります。

▽とき 1月6日(日)、午前10時30分~正午(受け付けは午前10時~)

▽ところ 3階イベントスペース

▽対象 年長~小学生とその保護者=50組

▽参加料 1組500円(1組1台/子ども1人追加の場合は500円追加)

▽申し込み方法 12月9日~26日に、①電話かファクスで、ヒロロスクエア賑わい創出委員会事務局または②Eメールで、弘前こどもコミュニケーションティ・ピー・ピーピー(people-office@major.ocn.ne.jp)へ。

※参加者全員の住所・氏名・電話番号・子どもの学年をお知らせください。

問ヒロロスクエア賑わい創出委員会
(市民文化交流館内、☎ 35・0154
<午前8時30分~午後9時>、✉ 35・0187)



教室・講座

りんご生産者向けトレーニング教室

▽とき 12月2日~3月31日の毎週月・水・金曜日…①午後5時30分~、②午後6時30分~/毎週日曜日…①午後3時~、②午後4時~

※いずれも1時間程度。

▽ところ 星と森のロマントピア(水木在作家桜井)森林科学館内
▽内容 筋肉・体幹トレーニング、マシンによるパワーリハビリテーション、ダンスなど

▽対象 りんご生産に携わる50歳以上の市民

▽参加料 無料(温泉入浴券付き)

▽持ち物 動きやすい服装、内履き、飲み物、汗拭きタオルなど

※事前の申し込みが必要。

問スポーツ弘前(☎ 84・2236、✉ http://sponet-h.com/)

※平成30年度弘前市りんご生産者活躍継続支援事業。

弘前大学公開講座 「リンゴを科学する」

平川市と弘前大学の共催でりんご生産者やりんご産業関係者、一般市民を対象に、りんごに関する講座を

開講します。

▽とき 12月8日(土)、午前9時~午後4時

▽ところ 平川市生涯学習センター(平川市猿賀南田)2階多目的ホール

▽受講料 無料

※当日参加も可能ですが、なるべく事前の申し込みを。

問平川市経済部農林課(☎ 44・1111<内線2176>)

※あおもり県民カレッジの認定講座。



津軽塗 - 匠体験 -

スプーン・箸・壁掛け時計・ブローチ・お椀などから選んで、オリジナルの「津軽塗」が制作できます。

▽とき 12月9日(日)午後1時~

▽ところ 金属町体育センター集会室

▽定員 30人(先着順)

▽参加料 1個900円~

▽申し込み方法 電話かEメールまたは直接窓口で申し込みを。

問金属町体育センター(☎ 87・2482、✉ kinzoku@hirosaki-taikyo.com)

北の文脈文学講座

▽とき 12月15日(土)午後2時~3時

▽ところ 郷土文学館(下白銀町)2階ラウンジ

▽テーマ 新収蔵資料展

▽講師 櫛引洋一さん(企画研究専門官)

▽受講料 無料(郷土文学館観覧料は必要)

※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

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

問郷土文学館(☎ 37・5505)

※あおもり県民カレッジ単位認定講座。

市民スキーチューリング(岩木会場)

▽とき 12月29日~31日の午前10時30分~午後3時30分(31日は正午まで)

▽ところ 岩木山百沢スキー場(百沢字東岩木山)

※岩木山百沢スキー場は12月22日からオープン予定。

▽対象 小学生以上で、用具を持参し、現地集合ができる人=70人

▽参加料 2,000円

※各自傷害保険に加入を。

▽申し込み方法 往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・希望クラス(小・中学生の場合は保護者名と学年も)と返信部分に、申込者の住所・氏名を記入の上、12月14日(必着)までに、岩木スキークラブ(〒036・1313、賀田1丁目11の8、熊谷克仁宛て)へ。

※はがき1枚で1人まで。応募多数の場合は12月16日に抽選し、結果を通知します。

▽希望クラス 初心者=スキーが初めてか、それに近い人/初級=1人でリフトに乗って滑れる人/中級=基礎パラレルターンができる人/上級&レーシング=パラレルターンができる人

問岩木スキークラブ(熊谷さん、☎ 携帯050・7122・0847)

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。

▽その他 6回以上参加した人に、修了証を交付します。

※詳しくは弘前大学人文社会科学部地域未来創生センターホームページ(<http://human.cc.hirosaki-u.ac.jp/irrc/>)で確認を。

問中央公民館(☎ 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)

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	31					

□…一般投影を午後1時30分~、午後3時~の2回投影

□…一般投影を午前10時30分~、午後1時30分~、午後3時~の3回投影

□…わくわく☆こどもプラネを午前10時30分~の1回、一般投影を午後1時30分~、午後3時~の2回投影

■…休み

★投影プログラム

[クリスマス特別投影/45分間]

▽テーマ サンタクロースが羽(かけ)る夜

▽観覧料 一般=240円/小・中学生、高校生=120円

※障がい者、65歳以上の市民、市内の小・中学生や外国人留学生、ひろさき多子家族応援パスポートを持つ人は無料。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 見上げてみよう!クリスマスの星空

▽観覧料 無料

問中央公民館(☎ 33・6561、火曜日は休み)

2019プロ野球一軍戦 開催決定!! 5/29(水) 弘前市運動公園「はるか夢球場」



東北楽天ゴールデンイーグルス VS.埼玉西武ライオンズ

来年は、2013年以来の2度目の日本一を目指す「東北楽天ゴールデンイーグルス」と、今シーズンのリーグ優勝を成し遂げた「埼玉西武ライオンズ」の戦いです。埼玉西武ライオンズには、当市出身の「外崎修汰選手」と「藤田航生選手」が所属しており、市民注目の特別な一戦となります!この熱い戦いを、ぜひ、皆さんで盛り上げましょう!

チケット発売などの詳細については決まり次第、東北楽天ゴールデンイーグルス公式ホームページ(<https://www.rakuteneagles.jp/>)に掲載されます。

問文化スポーツ振興課(☎ 40・7115)

弘前医療福祉大学短期大学部 親子食育教室 2018

【温度差 200℃！あつあつピザ & ひんやりアイスを作ろう】

▽とき 1月 19日（土）
午前 10時～午後 0時 30分

▽ところ 弘前医療福祉大学短期大学部（小比内3丁目）調理実習室

▽内容 食育講習会、調理実習

▽講師 葛西静男さん（別科調理師養成・1年課程科長）

▽対象 小・中学生とその保護者＝12組（先着順）

▽参加料 1人 500円

▽持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、手拭きタオル、内履き（小・中学生のみ）

▽申し込み方法 12月 26日までに、ホームページ（<https://www.hirosakiuhw.jp/>）か電話で申し込みを。

問弘前医療福祉大学短期大学部食育教室係（☎ 27・1001）

りんご整枝せん定講習会兼競技会

せん定技術の向上を目指し、地域間の連携を図るため、意欲ある後継者等の参加をお待ちしています。

▽とき 1月 22日（火）
午前 9時～午後 4時

▽ところ りんご公園（清水富田字寺沢）

▽対象 市内に居住する 18歳～40歳のりんご生産者など＝30人（先着順）

▽参加料 無料

▽持ち物 整枝・せん定作業に必要な用具一式（はしごを含む）、昼食

問 12月 26日までに、農業委員

会事務局農政係（市役所3階、☎ 40・7104）へ。



その他

平成31年度「なかよし会・児童クラブ」の入会申し込み

4月からの「なかよし会・なかよしクラブ・児童クラブ」の入会申し込みを受け付けします。

▽受付期間 12月 3日～1月 31日、午前 8時 30分～午後 5時（土・日曜日、祝日を除く）

▽ところ 子育て支援課（市役所1階）、岩木総合支所民生課（賀田1丁目）、相馬総合支所民生課（五所字野沢）

▽対象 保護者の就労などにより、放課後に留守家庭となる小学生

▽申し込み方法 入会申込書に次いだいずれかの書類を添えて申し込みを。

①平成30年分源泉徴収票の写し
②就労証明書

③家庭で保護できないことを証明する書類

※入会申込書と就労証明書の様式は、子育て支援課、各なかよし会・児童クラブで配布しているほか、市ホームページからダウンロードできます。

問子育て支援課（☎ 40・7038）

児童館・児童センターの開館時間の変更

平成31年度から児童館・児童センターの開館時間を統一します。

▽開館時間 小学校授業日＝午前 9時 30分～午後 6時／小学校休業日（土曜日、臨時・長期休業日等）＝

午前 8時 30分～午後 5時
▽適用開始日 4月 1日（月）～

▽児童館延長利用事業（児童クラブ）
小学校授業日＝放課後～午後 7時／小学校休業日＝午前 7時 30分～午後 7時

※児童クラブは別途登録が必要となります。

問子育て支援課（☎ 40・7038）

総合行政窓口の休業

システム更新および町名改正に伴うデータ更新作業のため、総合行政窓口（駅前町、ヒロ口3階）は次の期間を休業します。

▽休業期間 12月 15日（土）・16日（日）

問市民課受付係（☎ 35・1113）

平成31年度体育施設の利用計画受付

▽受付期間 12月 3日～1月 4日

▽対象事業 各種スポーツ大会・催し物

※対象事業以外は通常予約です。

▽対象施設 市民体育館、運動公園、克雪トレーニングセンター、弓道場、南富田町体育センター、金属町体育センター、岩木山総合公園、弘前B&G海洋センター、岩木B&G海洋センター、河西体育センター、笠森記念体育館、千年庭球場、弘前公園庭球場、小沢運動広場、悪戸・加藤川・境関・石川・栄町の各河川敷運動施設、温水プール石川、第3市民プール、相馬球場

※市主催事業および工事などにより、希望に添えない場合があります。

▽申し込み方法 申込用紙に必要事項を記入し、文化スポーツ振興課（市役所4階）へ提出を。

※申込用紙は文化スポーツ振興課および各体育施設に備え付けているほか、市ホームページにも掲載しています。

▽日程の調整 日程が他の団体と重複した場合は、大会規模などにより調整した上で、2月上旬に結果をお知らせします。

問文化スポーツ振興課（☎ 40・7115）

平成31年度青森県武道館の使用計画書の受付

平成31年度に青森県武道館を各種大会やイベントで使用する場合の受け付けを開始します。

なお、8月 15日から翌年 2月 29日までは、主競技場が床改修工事のため使用できませんのであらかじめご了承ください。

▽受付期間 12月 1日～1月 8日

▽申し込み方法 青森県武道館のホームページから申し込むか、直接お問い合わせください。

▽日程の調整 日程が他の団体と重複した場合は調整し、2月上旬に結果をお知らせします。

問青森県武道館（☎ 26・2200、<http://www.aomorikenbudoukan.com/>）

ひろさき広域出愛サポートセンター12月休日登録会

結婚を希望する独身男女が会員登録し、お見合いをする支援をしています。お見合いをお手伝いする出愛サポートも随時募集しています。

▽とき 12月 16日（日）
正午～午後 4時

▽ところ ヒロ口（駅前町）3階多世代交流室1

問ひろさき広域出愛サポートセンター（☎ 35・1123（日・月曜日、祝日を除く、午前 10時～午後 7時））

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、事前予約は不要です。

▽とき 12月 11日（火）、午後 1時 30分～3時 30分

▽ところ ヒロ口（駅前町）3階多世代交流室

問弘前コスモス会（ふたば行政書士事務所、二葉さん、☎ 88・8781）

夜間・休日納税相談

収納課では、日中や平日に納税相談ができない人のために、夜間・休日納税相談日を設けています。

▽夜間納税相談 12月 17日～21日の午後 5時～7時 30分

▽休日納税相談 12月 16日・23日の午前 9時～午後 4時

※特別な理由がなく、納付および連絡がない場合は、差し押さえ処分を執行することもあります。

問収納課（市役所 2階、☎ 40・7032、40・7033）

求人説明会・ミニ面接会

市内企業の人事担当者が、仕事内容などを生の声でお伝えします。求職中であれば、誰でも無料で参加でき、面接も可能です。

▽とき 12月 6日・14日の午後 1時 30分～4時 30分（受け付けは午後 1時～）

▽ところ ヒロ口（駅前町）3階多世代交流室2

▽定員 20人程度（ハローワークに未登録の人も参加可）

▽参加企業数 3～5社（予定）

▽その他 雇用保険受給者は求職活動実績の対象になるため、雇用保険受給資格者証の持参を。参加企業は、青森労働局または市ホームページでご確認ください。UJI ターン求職者を対象とした、スカイプ（インターネットによるテレビ電話）での面談ができます（事前の申し込みが必要）。気軽に問い合わせください。問I・M・S（弘前就労支援センター内、駅前町、ヒロ口3階、☎ 55・5608）

就労準備講座（就労相談・支援つき）

～パソコンの基礎操作を学びながら、社会への第一歩を～

働きたいけど、「長期間働いていない」、「コミュニケーションが苦手」などといった「働きづらさ」を抱えた人を対象とした就労準備講座です。

▽期間 12月 18日～2月 28日（全 24回）

▽ところ I・M・S（土手町）

▽内容 パソコン（ワード、エクセル）基本操作、ワークショップ、コミュニケーション・マナー、就労体験・職場見学など

▽受講料 無料（テキスト代<2,160円>は自己負担）

▽申し込み方法 12月 11日までに、申込書に必要事項を記入の上、提出してください。

※申込用紙は就労自立支援室（駅前町、ヒロ口3階）に備え付けています。

問ひろさき生活・仕事応援センター（就労自立支援室内、☎ 36・3776、F 35・2929）

有料広告

有料広告

有料広告

有料広告

母子父子寡婦福祉資金

来年度に進学を予定している子どもがいるひとり親家庭等世帯を対象に、母子父子寡婦福祉資金の貸付予約を受け付けています。

▽対象 平成31年度に進学を希望している子どもがおり、経済的理由で進学させることが困難なひとり親家庭等世帯

▽対象資金 就学支度資金・修学資金・修業資金

※対象資金の内容や申請条件など詳細については問い合わせを。

▽申込期限 1月31日(木)

※申請には事前相談が必要です。申請から貸し付けまでに1カ月以上かかりますので、早めに電話で予約の上、相談してください。事前相談は生活の状況等を伺うため1時間程度かかります。

問 中南地域県民局福祉調整課(下白銀町、弘前健康福祉庁舎4階、☎ 35・1622)

移住者募集セミナー

【弘前市(相馬地区)地域おこし協力隊募集セミナー】



相馬地区的説明や、現役の相馬地区地域おこし協力隊員および隊員をサポートするメンバーによる、隊員の実際の活動内容などを紹介します。

地域おこし協力隊への応募に関する

個別相談会も実施しますので、首都圏に知り合いがいる人は周知のご協力をお願いします。

▽とき 12月9日(日)、午後1時30分~5時

▽ところ 北九州市東京事務所(東京都千代田区有楽町)ラウンジスペース「ひまわりテラス」

▽申込期限 12月7日(金)

【アクティブシニアが活躍するひろさきセカンドライフセミナー】

弘前へのUJIターンを考えている、さまざまな活動に意欲的な50歳以上の人を対象としたセミナーを開催します。首都圏に知り合いがいる人は周知のご協力をお願いします。

▽とき 12月14日(金)、午後6時30分~8時30分

▽ところ 移住・交流情報ガーデン(東京都中央区京橋1丁目)

▽申込期限 12月13日(木)

~共通事項~

▽申し込み方法 電話かファクスまたはEメール(氏名・連絡先を記入)で申し込みを。

※当日の参加も可。

問ひろさき移住サポートセンター東京事務所(☎ 東京03・6256・0801、F 03・6256・0802、E tokyo@city.hirosaki.lg.jp) /企画課人口減少対策担当(☎ 40・7121、F 35・7956、E kikaku@city.hirosaki.lg.jp)

緑化推進活動に助成金

平成31年に市民団体などが自主的に行う緑化活動や青少年団体による緑化教育活動などの非営利活動に対して「緑の募金」を活用した助成金を交付します。

▽実施場所 市内(ただし、緑化教

育活動の場合は市外でも可能)

▽対象経費 苗木・種子・支柱・肥料等の緑化資材購入費(ただし、緑化教育活動の場合は、交通費、講師謝礼を含む)

▽助成額 10万円を上限とし、対象経費の全額

問 12月28日までに、弘前市緑化推進委員会事務局(農村整備課管理係内、☎ 40・7103)へ。

インバウンドEXPO弘前

年々増加する外国人観光客の受入環境の向上を図るため、「キャッシュレス・クレジット決済」などのデモンストレーション体験のほか、インバウンドセミナー等を実施します。ぜひおいでください。

▽とき 12月13日(木) 午後2時~8時

▽ところ 弘前商工会議所会館(上鞘町)1・2階
~共通事項~
▽申し込み方法 電話かファクスまたはEメール(氏名・連絡先を記入)で申し込みを。

※当日の参加も可。

問ひろさき移住サポートセンター東京事務所(☎ 東京03・6256・0801、F 03・6256・0802、E tokyo@city.hirosaki.lg.jp) /企画課人口減少対策担当(☎ 40・7121、F 35・7956、E kikaku@city.hirosaki.lg.jp)

放送大学2019年度4月入学生募集

放送大学は、テレビなどの放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学で、心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など幅広い分野を学べます。

▽出願期限 3月17日(必着)

問 放送大学青森学習センター(〒036・8561、文京町3、コラボ弘大7階、☎ 38・0500)

※ホームページ(<https://www.ouj.ac.jp>)から資料請求・出願ができます。

各種スポーツ・体操教室

教室名	とき	ところ	内容	対象・定員	参加料	問い合わせ・申込先
①障がい者を対象としたウォータースポーツ&水辺の安全教室	12月25日(火) ①午前10時~正午、 ②午後1時~3時	温水プール石川(小金崎字村元)	カヌー・SUP・アクアチューブ体験、ライフジャケットを着用した浮遊体験	身体、精神に障がいのある市民=各コース5人程度	無料	事前に弘前B&G海洋センター(☎ 33・4545)へ。
②冬休みかけっこ教室	12月27日、1月4日・7日・9日・10日・11日・12日、①午後0時30分~1時50分、②午後2時~3時30分	河西体育センター(石渡1丁目)	走る、跳ぶ等の全身運動、用具を使用したトレーニング	①小学校1~3年生=20人 ②小学校4~6年生=20人	無料	12月14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)
③リフレッシュ☆ストレッチ教室	1月8日~3月19日の毎週火曜日(1月15日、2月12日を除く)、午後1時30分~2時30分	金属町体育センター	自宅でもできるストレッチの紹介	市民=12人	無料	12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)(※2)
④体力アップ体操教室	1月8日~3月19日の毎週火曜日、午前10時30分~11時30分	市民体育館(五十石町)	簡単なストレッチ体操や足腰を鍛える筋力アップ体操	市民=14人	無料	12月15日(必着)までに、市民体育館(〒036・8362、五十石町7、☎ 36・2515)へ。(※1)(※2)
⑤ヒロ口健康サークル	1月8日~29日の毎週火曜日、午前10時30分~11時50分(受け付けは午前10時~)	ヒロ口(駅前町)3階健康ホール	あっぷる体操、あっぷるストレッチ、ゴムバンドトレーニングなど	継続して参加できる40歳以上の市民=30人	無料	12月14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)
⑥からだスッキリ実践講座	①千年コース=1月9日~3月13日の毎週水曜日、②高杉コース=1月11日~3月15日の毎週金曜日、午前10時30分~正午(受け付けは午前10時~)	①千年交流センター(原ヶ平5丁目)、②高杉ふれあいセンター(独立狐山辺)	関節のトラブルや生活習慣病の予防・改善を目的とした無理なくできる運動	医師より運動制限の指示を受けていない40歳以上の市民=50人	無料	12月19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)
⑦ヒロ口ABCサークル	1月10日~3月28日の毎週木曜日(3月21日を除く)、午前10時30分~11時50分(受け付けは午前10時~)	ヒロ口(駅前町)3階健康ホール	あっぷる体操、あっぷるストレッチ、ゴムバンドトレーニングなど	継続して参加できる40歳以上の市民=30人	無料	12月14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)
⑧お腹スッキリ!骨盤リセット体操教室	1月15日~3月26日の毎週火曜日、①午前10時~11時、②午後1時30分~2時30分	克雪トレーニングセンター(豊田2丁目)トレーニング室	ストレッチポールで体操、骨盤体操など	市民=各コース12人	無料	12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)ヨガマットの持参を。
⑨寝ながら骨盤&股関節体操教室	1月16日~3月27日の毎週水曜日、①午前10時~11時、②午後1時30分~2時30分	克雪トレーニングセンター(豊田2丁目)トレーニング室	呼吸法、各種体操など	市民=各コース10人	無料	12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)ヨガマットの持参を。
⑩筋膜リリース&ストレッチ教室	1月17日~3月28日の毎週木曜日、①午前10時~11時、②午後1時30分~2時30分	克雪トレーニングセンター(豊田2丁目)トレーニング室	筋膜リリース、ストレッチ、疲労回復とバランス改善	市民=各コース8人	無料	

※1…往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・性別・教室名(①・②・⑥・⑧・⑨・⑩は希望コース名または時間帯も)を記入の上、各申込先まで申し込みを。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。

※2…室内用シユーズの持参を。

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。持ち物は問い合わせを。各自傷害保険に加入を。

有料広告

有料広告

今月の市税などの納期

納期限
12月28日

国民健康保険料 第6期
介護保険料 第6期
後期高齢者医療保険料 第6期

☆今は第3・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滞延金が加算される場合があります。

有料広告

有料広告



健康の掲示板

弘前市保健センター（健康づくり推進課内、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。★は対象者に受診票を送付します。

名 称	と き 内 容	対 象	申込先
健乳 康幼 診児 査の 1歳児歯科 2歳児歯科★	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 3歳児 12月19日・20日／受付=午後0時30分～1時15分 12月12日・13日／受付=午後0時30分～1時15分 12月5日・6日／受付=午後0時30分～1時 対象=平成28年6月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診	平成29年6月生まれ 平成27年5月生まれ 平成29年12月生まれ	
離乳食教室	12月21日（金）、午後1時～2時30分／受付=午後0時30分～1時 離乳食講話／育児相談／試食（保護者のみ） ※母子健康手帳、赤ちゃんに必要なもの（バスタオル、おむつ、ミルクなど）の持参を。	平成30年7月生まれ	12月3日～19日に、弘前市保健センターへ。



検 診

病気の早期発見、早期治療のために、健（検）診を受診しましょう。

年度内で対象になった歳に年1回、下記の料金で受診できます。

健（検）診名	内 容	対象・料金など
がん検診	胃がん検診	胃部エックス線検査 40歳以上、1,000円（市の国保加入者は500円） 胃内視鏡検査 50歳以上（2年に1回偶数歳）、3,000円（市の国保加入者は1,500円） ※対象者には受診券を送付済み。
	大腸がん検診	便潜血反応検査 40歳以上、500円（市の国保加入者は250円）
	肺がん検診	胸部エックス線検査 40歳以上、400円（市の国保加入者は200円）、問診により喀痰（かくたん）検査あり
	子宮がん検診（女性）	子宮頸部細胞診 20歳以上の女性（2年に1回偶数歳）、700円（市の国保加入者は350円）
	乳がん検診（女性）	マンモグラフィー検査 40歳以上の女性（2年に1回偶数歳）、700円（市の国保加入者は350円）
	前立腺がん検診（男性）	血液検査（PSA 値測定） 50歳以上の男性（2年に1回偶数歳）、500円（市の国保加入者は250円）
その他の健（検）診	国保特定健診	身体計測、血圧、血中脂質、肝機能、血糖、尿検査など 40歳～74歳の国保加入者、無料（生活習慣病の早期発見早期治療に着目した健診、対象者には受診券を送付済み）
	後期高齢者健診	便潜血反応検査 後期高齢者医療制度加入者、無料（生活習慣病の早期発見早期治療に着目した健診、対象者には受診券を送付済み）
	結核検診	胸部エックス線検査 65歳以上、無料
	肝炎ウイルス検診	血液検査（HCV 抗体検査・HBs 抗原検査） 40歳以上（B型・C型ウイルス検査や治療を受けたことがない人）、500円
節目健診	胃がんリスク検診（受診期間：5月1日～3月31日）	40歳、45歳、50歳、55歳（ピロリ菌感染の有無や胃粘膜の状態を検査） 血液検査 無料（対象者に無料受診券を送付済み）
	成人歯科健診（受診期間：7月1日～3月31日）	30歳、40歳、50歳、60歳、70歳（歯周疾患の早期発見、口腔内の健康度のチェック） 歯周疾患検査 無料（対象者に無料受診券を送付済み）、健診後の治療費は自己負担
	骨密度検診（女性）	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の女性 骨密度測定 300円

※ 70歳以上の人、生活保護受給世帯の人、住民税非課税世帯の人（世帯全員が非課税）、65歳～69歳で後期高齢者医療制度に加入している人は各種健（検）診料金が無料です。

★受診場所

弘前市医師会健診センター	胃・大腸・肺・子宮・乳・前立腺がん検診、骨密度検診、結核検診、肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診、国保特定健診、後期高齢者健診が受診できます。予約は☎フリーダイヤル 0120・050・489、平日の午前8時～午後4時（正午～午後1時を除く）へ。
市内医療機関	胃・大腸・子宮・乳・前立腺がん検診、骨密度検診、結核検診、肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診、特定健診、後期高齢者健診は、各医療機関でも受診できます。詳細は「健康と福祉ごよみ」を確認してください。

※市内に住所を有する協会けんぽ加入者（被扶養者）は、協会けんぽの特定健診とがん検診等を同時に受診できる場合があります。詳しくは申し込み時に確認を。

検診名	と き 内 容	対 象 料 金	問い合わせ・申込先
20・30代健診	12月11日・12日・15日・20日・21日 ※12月20日は託児料（乳幼児10人まで）。 ※12月12日・20日は女性限定日。 身体計測、血圧、血液検査（血中脂質、血糖など）、尿検査など生活習慣病の早期発見、早期治療に着目した健診	20歳～39歳（職場で生活できる人は除く） 500円（市の国保加入者は無料）	受診希望日の1週間前までに、 健康づくり推進課へ（次月以降の受診日は、問い合わせを） ※それぞれ定員になり次第締め切り。受診場所は医師会健診センター。



定期予防接種など

【子どもの定期接種】

定期接種は、対象年齢から外れると有料になりますのでご注意ください。小学校6年生の児童で、まだ2種混合（ジフテリア・破傷風）を受けていない人は早めに接種しましょう。

来年度小学校に入学する予定の児童は、ワクチンの接種もれがないか確認し、まだ麻しん風しん混合2期を受けていない人は早めに接種しましょう。

【高齢者肺炎球菌感染症の予防接種】

対象者には個別に通知していますが、すでに23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けた人は対象から外れます。接種を希望する人は、指定医療機関に問い合わせの上、送付された予診票を忘れずに持参してください。

▽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、妊娠を予定している女性および風しん抗体値が低い妊婦の同居家族
▽自己負担 5,000円（生活保護受給者は無料）

【高齢者インフルエンザ予防接種】

▽接種期間 12月31日まで

▽対象 65歳以上の人および60歳以上65歳未満の人で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に障がいのある人（身体障害者等級1級程度）

▽自己負担 1,600円（生活保護受給者は無料）

※接種を希望する人は、直接医療機関に問い合わせを。

【小児インフルエンザワクチンの接種費用を助成】

対象者には、インフルエンザ予防

接種1回分無料の助成券を発行しています。

▽接種期間 平成31年1月31日まで

▽対象 生後6か月以上7歳未満の未就学児
※接種する際は、助成券と母子健康手帳を忘れないで提出してください。

【おたふくかぜワクチンの接種費用を助成】

難聴等の合併症を起こす危険性があるおたふくかぜには、ワクチン接種が最も有効です。対象者には個別に通知していますので、この機会に接種しましょう。

【風しん抗体検査とワクチン接種費用を全額助成】

風しん抗体値が低い妊婦とお腹の赤ちゃんを守るために助成を行っています。

▽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、妊娠を予定している女性および風しん抗体値が低い妊婦の同居家族
▽自己負担 ※事前に申請が必要。

その他

健康教養講座

【目からうろこの健康づくり】

▽とき 12月11日（火）、午前10時～正午（受け付けは午前9時15分～）

▽ところ 泉野多目的コミュニティ施設（泉野3丁目）

▽講師 中路重之さん（弘前大学医学研究科特任教授）

▽定員 80人

▽参加料 無料

※事前の申し込みは不要。

■問い合わせ先 泉野多目的コミュニティ施設（☎ 88・2789）

日本胃癌学会市民公開講座

胃がん診療に携わる医師の講演会です。ぜひご参加ください。

▽とき 12月24日（月・休）、午前10時30分～午後0時30分

▽ところ 市民文化交流館ホール（駅前町、ヒロ口4階）

▽テーマ 「胃がんは確実に予防できる」、「ここまで進んだ内視鏡治療」、「胃がん手術と化学療法の進歩」

※質問コーナーもあります。

▽対象 市民=150人（先着順）

▽参加料 無料

※事前の申し込みは不要。

■問い合わせ先 弘前大学大学院医学研究科・消化器外科学講座（☎ 39・5079）

12月1日は世界エイズデー

世界エイズデーの今年のキャンペーンテーマは「UPDATE！エイズ治療のこと HIV検査のこと」です。エイズは感染後の早期発見・早期治療開始によって発症を防ぐことができるまで、飛躍的に進歩しています。感染が心配な人は早めに検査を受けましょう。

※相談・検査は弘前保健所（下白銀町、青森県弘前健康福祉庁舎内）で匿名・無料で受診できます（事前の予約が必要）。

■問い合わせ先 弘前保健所（☎ 38・2389）

各種無料相談

名 称	内 容	と き	と こ ろ
ヒロ口すこやか相談（講話編）	トイレトレーニングのおはなし	12月14日（金）、午前10時30分～11時（受け付けは午前10時～） ※託児を希望する人は駅前こどもの広場（☎ 35・0156）へ予約を（先着15人）。	駅前こどもの広場（駅前町、ヒロ口3階）
ヒロ口すこやか相談	育児、母乳、食事や栄養、歯みがきなどの相談。対象は0歳～5歳児とその保護者。母子健康手帳の持参を。歯の相談をする人は、普段使っている歯ブラシの持参を。	12月17日（月）、午前10時～11時30分（受け付けは午前10時30分まで）	
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	12月18日（火）、午前9時～11時（事前に弘前市保健センターへ予約が必要）	
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）。対象は市民で1歳以上の児童とその家族。母子健康手帳の持参を。	12月18日（火）、午前9時30分～午後3時（受け付けは午後2時まで。12月3日～17日に、弘前市保健センターへ予約が必要）	弘前市保健センター（野田2丁目）

日本のおいしい本屋さん
和氣正幸著、エクスナレッジ



駅舎を使った店、猫がいる店など、全国の小さいけれども行きたい23店の本屋を写真と共に紹介。棚の配置、本の並びひとつひとつにこだわった店の雰囲気を楽しめる。(弘)(二)

ああ、愛しき古生物たち
土屋健著、芝原暁彦監修、
ACTOW イラスト、笠倉出版社



かつて地球上に存在し、今は化石でしか見ることができない絶滅した古生物たち。その進化の足跡をたどりながら120種類の古生物をイラストとともに紹介。(弘)(岩)

手話ではなそう しゅわしゅわ
村のゆかいなのりもの
くせなえ作・絵、偕成社



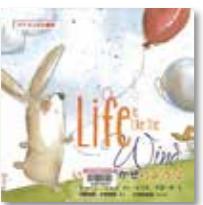
しゅわしゅわ村の男の子が絵で手話を教えてくれる絵本。男の子のまねをすることで、絵本を楽しみながら「くるま」や「ひこうき」といった乗り物の手話を簡単に学ぶ事ができる。(弘)

NEW BOOKS COMING UP

◆所蔵館の情報は()で表示しています。(弘)：弘前図書館／移動図書館 (岩)：岩木図書館 (こ)：こども絵本の森 (相)：相馬ライブラリー

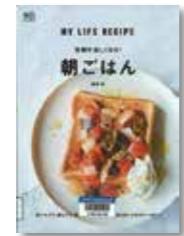
いのちはかぜのように

ショーナ・イネス作、イリス・アゴーチ絵、河野志保、小峯真紀訳、久保秋里香監訳、バベルプレス



命は大切で不思議なもの。命がなくなったら魂はどこにいくの?大切な存在の「死」は理解し難く、悲しみ方もさまざま。抱えている思いを話すきっかけとなる絵本。(弘)(二)

毎朝が楽しくなる!朝ごはん
藤岡操著、桜出版社



いつもの朝、特別な日の朝、ゆっくりしたい朝、時間がない朝。どんな朝にでもぴったりな、おいしい朝ごはんのレシピ本。素敵な一日のはじまりにどうぞ。(弘)(二)

各図書館の休館日

- ◆弘前図書館(下白銀町) ☎ 32・3794 每月第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
◆岩木図書館(賀田1丁目) ☎ 82・1651 毎週月曜日、年末年始、蔵書点検期間
◆こども絵本の森(ヒロ口3階)
☎ 35・0155 每月第3木曜日(祝日の場合は翌日に振替)、蔵書点検期間
◆相馬ライブラリー(相馬やすらぎ館内)
☎ 84・2316 毎週水曜日、年末年始、蔵書点検期間

本で広がる支援の輪 「ホンデリング」にご協力を



あなたの本の寄付で、犯罪被害に遭われた人への支援の輪が広がります

ホンデリングとは、家庭で不要になった本を寄付して、その売却代金を「公益社団法人全国被害者支援ネットワーク」が行う、犯罪被害に遭われた人への支援活動に役立てるものです。

全国被害者支援ネットワークでは、犯罪被害に遭われた人の精神的ケアや、病院・警察・裁判所への付き添い支援、経済的支援などを行っています。また、マスコミや周囲からの根拠のない噂や心ない言葉など

の二次的な被害を防止することも重要な任務として、社会啓発に取り組んでいます。

支援の輪を広げる取り組みに、市民の皆さんのご協力をよろしくお願ひします。

▽実施期間 12月28日まで、午前8時30分～午後5時

▽寄付の対象となる本 ISBNコード(見本参照)がついた本

※ISBNコードがついていない本、個人出版の本、古書、マンガ雑誌、

コンビニコミック、百科事典などは対象外。

ISBN978-4-1234-5678-9
ISBN見本
ISBNとは国際標準図書番号です。
上記のように記載で書籍の請求番号についています。

▲ISBNコード

▽回収箱設置場所 市役所2階市民協働政策課前通路

▽その他 寄付した本は返却できません。

■問い合わせ先 市民協働政策課
(☎ 35・1664)

THE 弘前人
File.09



ブランデュー弘前 FC
はまなかだい
濱中 大さん



肝心なのはあきらめないこと

プロフィール

社会人サッカーチーム「ブランデュー弘前FC」に所属。ポジションはフォワード。チームのキャプテンとしてメンバーを引っ張る存在で、今年の「東北社会人サッカーリーグ1部」では優勝を果たした。

キャプテンとして、試合中は自分のことだけでなくチーム全体のことを考えて動くよう心掛けています。練習中は怒号が飛ぶこともありますが、練習が終わると和気あいあいとした、とても仲のよいチームです。

チームでは子どもたちにサッカーを教える機会も多く、みんなキラキラした目で教わっています。1つの練習で多くの技術を習得できるように、そして細かい技術などについても丁寧に指導するように心掛けています。教えるときに意識していることは「楽しんでサッカーをすること」。子どもたちに楽しんでもらいながら、自分自身も楽んで教えています。また、子どもたちには、くじけそうになってしまってもあきらめずにサッカーを続けて欲しいと思っています。がんばった分の結果は必ず自分に返ってくると信じています。

今目標はチームをJFL(日本フットボールリーグ)に昇格させること。厳しい戦いを乗り越えてJFLに上がっているチームをたくさん見ているので、このチームももっと上に上がるようがんばっていきたいです。

試合を見に来てくれるお客様は年々増えていて、熱狂的に応援して

くれるサポーターの皆さんにはいつも感謝しています。これから、もっと多くの人に応援してもらえるよう、試合でいい結果を出して、地域から愛されるチームであり続けたいと思っています。



食改さん
おすすめ
レシピ
File.84

牛乳を使ったレシピ ふわっとミルクプリン

弘前市食生活改善推進員会



材料 (6個分)

ゼラチン……………5 g
牛乳……………300ml
バナナ……………300g(3本)
砂糖……………10 g

- ①ゼラチンは水大さじ2を加えてふやかす。
②鍋に牛乳を入れて火にかける。沸騰直前に火を止め、①を加えて溶かす。
③ボウルに水を入れ、②の鍋の底を冷やしながら泡立てる。
④バナナに砂糖をまぶし、フォークでつぶす。
⑤容器につぶしたバナナを入れ、次に③を加え冷蔵庫で冷やし固める。

ポイント!

●バナナは少し塊が残るくらいがおすすめです。バナナと牛乳で栄養満点! お好みでキウイ等を飾ってもきれいです。

■1人分の栄養量:エネルギー/85kcal、たんぱく質/2.9g、カルシウム/58mg、食塩相当量/0.1g

展覧会のお知らせ

市立博物館企画展4

～春を待つ～ふるさとの画家展

晴れやかな春から冬の寂しさまで、さまざまな作品を通して郷土にゆかりの作家を紹介し、一足先に春の息吹を届ける展覧会です。

▽開催期間 12月15日～3月24日

▽ところ 市立博物館(下白銀町)

▽休館日 12月17日、12月29日～1月3日、1月21日、2月18日、3月18日



蔦谷龍岬筆「御堂の朝」
(部分、ヤマタネ蔵)

▽併催 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）

高岡の森の絵図展

高照神社に奉納された宝物を中心収蔵・公開している「高岡の森弘前藩歴史館」で、絵図をテーマにした展覧会を行います。

▽開催期間 12月7日～3月17日

※会期中に一部展示替えがあります。



貴田稻城氏奉納資料「芸州厳島図」
(部分、当館蔵)

▽ところ 高岡の森弘前藩歴史館
(高岡字獅子沢)

▽休館日 12月17日、12月29日～1月3日、1月21日・22日、2月18日

■問い合わせ先 高岡の森弘前藩歴史館（☎ 83・3110）

~共通事項~

▽開館時間 午前9時30分～午後4時30分

▽観覧料 一般300(220)円、高校・大学生150(110)円、小・中学生100(50)円／市立博物館・高岡の森弘前藩歴史館共通券＝一般420(310)円、高校・大学生210(160)円、小・中学生140(70)円

※（ ）内は20人以上の団体料金。障がい者、65歳以上の市民、市内の小・中学生、外国人留学生、ひろさき多子家族応援パスポートを持参の人は無料。住所や年齢を証明できるものの提示を。

2018はこだて クリスマスファンタジー ひろさきナイト

市では、函館市と連携した広域観光を推進しています。

その函館市で、巨大なモミの木のイルミネーション点灯や、花火を打ち上げる「2018はこだてクリスマスファンタジー」が12月1日から25日まで開催されます。

このうち、12月15日は「2018はこだてクリスマスファンタジーひろさきナイト」として、赤レンガ倉庫群を会場に、当市の観光を大々的にPRします。「ひろさきナイト」の開催に合わせ、列車と宿泊がセットになってお得な旅行商品「弘前駅長号 はこだてクリスマスファンタジーひろさきナイト」も発売します。

小学生で行った修学旅行を思い出し、「おとなの修学旅行」として再び函館を訪れてみませんか。



【ひろさきナイト】

▽とき 12月15日(土)、午後5時45分～7時

▽ところ 金森赤レンガ倉庫群(函館市末広町)前

▽内容 イルミネーション点灯式、PRイベントステージ、巨大アップルパイの振る舞い

【旅行商品】

「弘前駅長号 はこだてクリスマスファンタジーひろさきナイト」

○利用機関 往路は普通列車・新幹線、復路は新幹線・特急列車を利用(函館到着後は自由行動)

○募集人数 40人(最小催行人數25人)

○宿泊ホテル ルートイングランティア函館駅前(シングルルーム1泊2食付き)

○旅行代金 2万7,000円/大人1人(1人から申し込み可)

■問い合わせ先

「ひろさきナイト」について…国際広域観光課（☎ 40・7017）

「旅行商品」について…びゅう予約センター(☎ 0570・04・8950)・びゅうプラザ弘前駅(JR弘前駅2階)



広報ひろさきは環境にやさしい
inkingを使用しています。