

「弘前市男女共同参画プラン2018～2022」を策定

男女共同参画社会の実現は、全ての人が個人としての尊厳が重んじられ、互いに多様な価値観を認め合いながら自分らしく生きられる社会の形成を目指すものです。

市では、これまで男女共同参画社会の実現を目指して各種施策に取り組んできましたが、当市における男女共同参画の取り組みをさらに推進するため、「弘前市男女共同参画プラン2018～2022」を策定しました。新たなプランでは、市民一人ひとりにとって生きやすい弘前をイメージした「一人ひとりが互いを

尊重し合い心豊かに暮らせるまち弘前」を基本理念とし、基本理念の実現のために、3つの基本目標を掲げました。プランの詳細は次の場所で閲覧できるほか、市ホームページにも掲載しています。

▽閲覧場所 市民参画センター（元寺町）、刊行物閲覧コーナー（市役所1階）、岩木総合支所総務課（賀田1丁目）、相馬総合支所総務課（五所字野沢）、各出張所

■問い合わせ先 市民参画センター（元寺町、☎ 31・2500）

基本理念

一人ひとりが互いを尊重し合い 心豊かに暮らせるまち 弘前

基本目標

I すべての人が活躍できる社会の実現に向けて

日本全体の社会経済情勢の急速な変化により、女性も男性もそれぞれをとりまく社会環境が大きく変化しています。政治、職場、地域社会などあらゆる分野において、男女が共に責任を担い多様な意見を政策等に反映させるため、政策・方針決定の場に女性の参画が拡大するよう支援を推進します。また、家事、育児、介護などの家庭的責任を男女が共に担いながら、一人ひとりが多様な働き方、生き方を可能にする環境づくりを進めます。



II すべての人が安心して暮らせる社会の実現に向けて

性別、世代、生活環境にとらわれることなく、それぞれの人権やライフスタイル、価値観を互いに認め合い、さまざまな要因により生活上の困難に直面する人々が安心して暮らすことができるよう支援を図ります。性別などを理由とした差別やあらゆる暴力をなくし、子どもから高齢者まで、障がいのある人もない人もすべての人の人権が侵害されることがないよう、個人が尊厳をもって生活のできる安全・安心な社会の実現を目指します。



III 男女共同参画社会の実現に向けて

男女平等の価値観や意識は、生活や教育に影響されることから、人権尊重と男女平等を推進する教育、学習に取り組み、固定的性別役割分担意識の解消を目指します。災害時の教訓を踏まえ、日常的な地域防災に男女共同参画の視点を導入し、防災力を高めていきます。



男女共同参画社会の実現は、互いに個人の生き方や価値観の多様性を認め、性別に関わりなくすべての人にとて生きやすい社会の形成を目指すものです。自分らしく生きられる社会の実現のため男女共同参画に、ご理解とご協力をお願いします。

市職員の給与などの状況

市職員の給与などの状況についてお知らせします。詳しい内容は、人事課人事評価担当（市役所2階、☎35・1119）へお問い合わせください。
※市ホームページには、より詳しく掲載しているほか、職員の任免や勤務条件などの状況について公表する「人事行政の運営等の状況の公表」も掲載しています。

■人件費の状況（普通会計決算）

区分	住民基本台帳人口	歳出額（A）	実質収支	人件費（B）	人件費率（B/A）	28年度人件費率
29年度	30年1月1日 17万4,050人	819億2,488万円	5億2,568万円	89億8,819万円	10.97%	10.91%

(注) 人件費には、退職手当、共済費、特別職に支給される給料・報酬などを含みます。

■職員給与費の状況（普通会計決算）

区分	職員数（A）	給与費			1人当たり給与費（B/A）
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	
29年度	1,029人	37億2,004万円	6億3,495万円	13億4,919万円	57億417万円
					554万3,000円

(注) 1. 職員手当には退職手当を含みません。

2. 職員数は平成29年4月1日現在の人数です。

■職員の平均給料月額および平均給与月額、平均年齢の状況

(平成30年4月1日現在)					
区分	一般行政職		技能労務職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
弘前市	29万4,126円	32万543円	40.8歳	28万7,033円	30万5,240円
国	32万9,845円	41万940円	43.5歳	28万6,817円	32万8,637円
					50.7歳

■職員の初任給の状況

(平成30年4月1日現在)			
区分	弘前市	青森県	国
一般行政職	大学卒 17万9,200円	17万9,200円	17万9,200円
	高校卒 14万7,100円	14万7,100円	14万7,100円
技能労務職	中学卒 12万8,900円	13万2,700円	-

■職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況

区分	経験年数10年	経験年数20年	経験年数25年	経験年数30年
一般行政職	大学卒 25万1,505円	33万1,490円	36万3,420円	38万7,673円
	高校卒 21万1,833円	29万1,750円	33万22円	35万5,713円
区分	経験年数7年～11年	経験年数17年～21年	経験年数22年～26年	経験年数27年～31年
技能労務職	高校卒 -	-	28万4,229円	29万6,456円

■一般行政職の級別職員数の状況

区分	8級	7級	6級	5級	4級	3級	2級	1級	計
標準的な職務内容	部長	部長・課長	課長	課長補佐	課長補佐	係長・主幹	係長・主査	主事	
職員数	9人	22人	41人	56人	117人	265人	151人	172人	833人
構成比	1.1%	2.6%	4.9%	6.7%	14.1%	31.8%	18.1%	20.7%	100.0%
参考構成比	1年前の構成比	1.2%	2.2%	5.3%	4.7%	16.4%	32.3%	17.2%	100.0%

■職員手当の状況① 退職手当

弘前市			国		
基本額	退職日の基本給月額 × 退職理由別・勤続年数別支給率		基本額	退職日の基本給月額 × 退職理由別・勤続年数別支給率	
(支給率)	自己都合	勧奨・定年	(支給率)	自己都合	応募認定・定年
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分	勤続20年	19.6695月分	24.586875月分
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分	勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
勤続35年	39.7575月分	47.709月分	勤続35年	39.7575月分	47.709月分
最高限度額	47.709月分	47.709月分	最高限度額	47.709月分	47.709月分
その他の加算措置	定年前早期退職特例措置 2%～20%加算		その他の加算措置	定年前早期退職特例措置 2%～45%加算	
退職時特別昇給	なし		退職時特別昇給	なし	
調整額	在職中の職責等による貢献度に基づく 加算(0～5万9,550)円×60カ月		調整額	在職中の職責等による貢献度に基づく 加算(0～9万5,400)円×60カ月	
1人当たり平均支給額	363万円8,000円	2,040万2,000円			

(注) 1人当たり平均支給額は、平成29年度に退職した全職種に係る職員に支給された平均額です。

■職員手当の状況② 期末手当・勤勉手当

弘前市		国			
29年度支給割合		29年度支給割合			
6月期	1.175(0.65)月分	勤勉手当	6月期	1.225(0.65)月分	勤勉手当
12月期	1.325(0.75)月分	0.925(0.425)月分	12月期	1.375(0.80)月分	0.95(0.45)月分
計	2.50(1.40)月分	1.70(0.80)月分	計	2.60(1.45)月分	1.80(0.85)月分
職制上の段階、職務の級等による加算措置	役職加算 5～20%	職制上の段階、職務の級等による加算措置	役職加算 5～20%	管理職加算 10～25%	管理職加算 10～25%

(注) () 内は、再任用職員に係る支給割合です。

■職員手当の状況③ 時間外勤務手当

29年度決算	支給実績	職員1人当たり支給年額
	3億3,749万円	30.4万円

■職員手当の状況④ 特殊勤務手当

区分	支給額
支給職員1人当たり平均支給年額(29年度)	2万8,764円
職員全体に占める手当支給職員の割合	10.9%
区分	手当の名称
	高所作業手当
	死体処理手当
	有害物取扱手当
	道路上作業手当
	用地交渉等手当
	社会福祉手当
	清掃事業従事手当
手当の種類(手当数)	7種類

■特別職の報酬等の状況

(平成30年7月1日現在)

区分	部門	職員数	対前年増減数	主な増減理由
平成29年	平成30年			

<tbl_r cells="5" ix="5" maxcspan

希望者は
申し込みを

市営住宅の家族世帯用住宅を単身世帯へ提供

これまで、市営住宅の家族世帯用住宅は、2人以上の同居親族による家族世帯でなければ提供できませんでしたが、平成31年から単身世帯にも提供を開始します。なお、住宅使用料（家賃）の基本額は、単身世帯でも家族世帯用住宅と同じ金額となります。

△対象者 ①単身世帯用住宅への入居希望で、現在、

配偶者控除などが
見直されました

市民税県民税の申告が始まります

【配偶者控除・配偶者特別控除の制度の見直し】

来年度より、配偶者控除・配偶者特別控除を受けることができる人の要件・控除額が変更になります。下記の「配偶者（特別）控除 控除額一覧表」で確認してください。

△配偶者控除 合計所得金額が38万円以下の生計を一にする配偶者（同一生計配偶者）を有していても、同一生計配偶者を扶養している人の合計所得金額が1,000万円を超える場合は適用が受けられなくなります。ただし、上記の場合でも、市民税・県民税が非課税になるか否かを判定する被扶養者数には同一生計配偶者を含めることができます。詳しくは、下記の「配偶者（特別）控除 適用の範囲」で確認してください。また、同一生計配偶者が障がい者である場合、その同一生計配偶者を扶養している人は、自身の合計所得金額に関わりなく障害者控除の適用を受けることができ

配偶者（特別）控除 控除額一覧表

	納稅義務者の合計所得金額			
	~900万	~950万	~1,000万	1,000万超
配偶者の合計所得金額	38万以下 (70歳以上)	33万 (38万)	22万 (26万)	11万 (13万)
	~90万	33万	22万	11万
	~95万	31万	21万	
	~100万	26万	18万	9万
	~105万	21万	14万	7万
	~110万	16万	11万	6万
	~115万	11万	8万	4万
	~120万	6万	4万	2万
	~123万	3万	2万	1万
	123万超			適用なし

空き部屋がないため待機中の人／②今後、市営住宅へ入居を予定している単身世帯の人

△受付開始日 1月4日、午前8時30分～

※詳しくは市ホームページで確認するか問い合わせを。

■問い合わせ・申込先 市営住宅サービスセンター(☎ 40・7013)

詳しくは
問い合わせを

外来年間合算高額療養費の支給申請が始まります

【後期高齢者医療制度の被保険者】

△支給対象者 平成30年7月31日時点で、青森県国民健康保険被保険者証を弘前市より交付を受けている現役並み所得区分以外の人

△支給対象期間 平成29年8月1日から平成30年7月31日までの1年間

△支給額 対象期間中の70歳以上になってからの外来診療（個人単位）の自己負担額の合計から月額の高額療養費で支給される分を除いた額が14万4,000円を超える場合、超えた分を支給

※ただし、3割負担の月の自己負担額は除きます。

△申請に必要なもの 外来年間合算高額療養費についてのお知らせ／国民健康保険証／印鑑（スタンプ印を除く）／世帯主名義の預金口座の通帳（コピー可）／個人番号（マイナンバー）がわかるもの／本人確認書類（官公庁発行・発給の顔写真付き身分証明書等）／自己負担額証明書（他の健康保険に加入していた人のみ）

△申請方法 支給該当者がいる世帯主に申請のお知らせを12月下旬（予定）に送付しますので、国保年金課窓口で直接申請を。

※対象期間中に他の健康保険に加入していた人には、お知らせが送付されない場合がありますので、対象と思われる人はお問い合わせください。

■問い合わせ先 国保年金課国保給付係（☎ 40・7047）

公共交通利用のススメ

雪が積もりお酒を飲む機会が増え
るシーズン！そんな時は公共交通の
利用をおすすめします！



マイカー通勤をしている皆さん、一度はこんな
ことを感じませんでしたか…？

○駐車場の雪かき・車の雪降ろしが大変

○交通渋滞によるストレスでイライラ

○路面凍結でのスリップ事故が不安



こんな時は公共交通に乗ってみませんか？

- 心と体にゆとりができ、渋滞緩和にも！
- 弘南鉄道は冬に強く、ほぼ定時運行で安心！
- 車内はあったか！

「今日は車通勤がちょっと面倒」。そんな時だけ
でも、公共交通を使ってみませんか。

■問い合わせ先 都市政策課（☎ 35・1124）



地区名	受付期間	受付会場	受付時間
全地区（期間前／対象者限定）	2月6日（水）～2月15日（金）	市役所3階申告会場	午前8時30分～午後4時
本庁地区（期間内）	2月18日（月）～3月15日（金）		
相馬総合支所地区	2月12日（火）～15日（金）	相馬総合支所1階多目的室	午前9時～午後4時
岩木総合支所地区	2月20日（水）～3月13日（水）	岩木総合支所1階多目的室	
裾野地区	1月25日（金）	裾野地区体育文化交流センター	
船沢地区	1月28日（月）・29日（火）	船沢公民館	
新和地区	1月29日（火）・30日（水）	新和地区体育文化交流センター	
城東地区	1月30日（水）・31日（木）	総合学習センター	
高杉地区	1月31日（木）、2月1日（金）	北辰学区高杉ふれあいセンター	
石川地区	2月4日（月）・5日（火）	石川公民館	
東目屋地区	2月5日（火）	東目屋公民館	

※受付期間は、土・日曜日、祝日を除きます。

どなたでも
参加できます

高齢者ふれあいの居場所に参加しませんか？

市では、地域内の支え合い活動、高齢者の居場所づくりを推進しており、現在、下記の団体がさまざまな活動を行っています。誰でも参加できます（定員あり）ので参加を希望する人は、介護福祉課へお問い合わせください。

わせください。また、「居場所を運営してみたい」「自分の地域にもほしい」という人は、活動するための補助金制度もありますので、お問い合わせください。

■問い合わせ先 介護福祉課（☎ 40・7072）

名 称	開 催 日	時 間	内 容
1 曜の家（城南）	毎週水・金曜日	午前9時30分～午後0時30分	茶話会・書道会・趣味活動など
2 幸の鳥の会（山王町）	第2・4土曜日	午前9時～正午	茶話会・運動・教養
3 かだるンルン♪（賀田、岩木保健センター内）	第2・4水曜日	午後1時～4時	茶話会・ダンベル体操
4 ニコニコサロン（田園、東部児童センター内）	第2・3金曜日	正午～午後3時	茶話会
5 松原健幸実践を楽しむ会（松原東）	第1・3木曜日	午前9時～正午	体操、歌、食事会、茶話会
6 ヘルシーエイジング（駿前町）	第2・3・4月曜日	3時間	体操、歌など
7 駒越「よいしょの会」（駒越）	毎週火曜日	午前9時～正午	運動・健康講話・お茶会
8 さくらカフェ（下白銀町）	第2・4月曜日	午前9時～正午	茶話会
9 若がえろう会（高崎）	毎週水曜日	午前9時30分～午後0時30分	体操・脳トレ
10 橋の口ふれあいサロン（橋の口）	隔週の水曜日	午前9時30分～午後0時30分	茶話会・趣味活動など
11 志村元気カフェ（宮園）	月2回	午前9時30分～午後0時30分	茶話会・太極拳・中国語など
12 乳井ふれあいサロン（乳井）	月2回	午前9時～午後3時	茶話会
13 長坂おしゃべり会（長坂町）	毎週火曜日	午前9時30分～午後0時30分	茶話会・健康チェックなど
14 まごころ会（紺屋町）	毎週火・木曜日	午前10時～午後1時	茶話会・出前講座など
15 小沢みのり会（坂元字山下）	毎週月～金曜日	午前9時～正午	体操・踊り・趣味活動など

市民の皆さんから
募集します

農業委員・農地利用最適化推進委員を募集

平成31年3月31日の任期満了に伴い、新たに農業委員会の農業委員と農地利用最適化推進委員を募集します。

【農業委員】

▽対象 農業に関する識見を有し、農業委員会の所掌する事項などに関しその職務を適切に行なうことができる20歳以上の人=26人

【農地利用最適化推進委員】

▽対象 農地等の利用の最適化の推進に熱意と識見を有し、担当する区域内において推進活動ができる20歳以上の人=53人

~共通事項~

▽応募方法 自薦または他薦（団体推薦または20歳

事業主・従業員の
皆さんへ

個人住民税（市民税・県民税）の給与所得等に 係る特別徴収

所得税の源泉徴収義務がある事業主は、地方税法第321条の4の規定により、個人住民税を特別徴収しなければなりません。中南地域県民局県税部と管内7市町村では、法律の趣旨を徹底するため、平成27年度から個人住民税の特別徴収義務者を一斉指定しています。

【個人住民税の給与所得等特別徴収とは】

所得税の源泉徴収と同様に、事業主が従業員に毎月支払う給与から個人住民税を徴収（天引き）し、従業員に代わって納入する制度です。個人住民税の税額計算は市が行いますので、所得税のように事業主が計算

する手間はかかりません。

【特別徴収はこんなに便利】

従業員が個々に納付する手間が省ける／納期が年12回なので普通徴収に比べて1回当たりの納付額の負担が少ない

【特別徴収を新たに開始する事業主の皆さんへ】

毎年1月の「給与支払報告書」を提出する際に一緒に提出する「総括表」の特別徴収の欄に人数を記入し、市民税課（市役所2階）に提出してください。

■問い合わせ先 市民税課（☎ 40・7024）

受診し忘れて
いませんか

忘れていませんか？がん検診無料クーポン券

■問い合わせ・申込先 健康づくり推進課（弘前市保健センター内、☎ 37・3750、土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時）

▽対象となる人

子宮頸がん（女性）

対象年齢	対象者の範囲
21歳	全員

大腸がん（男性・女性）

対象年齢	対象者の範囲
45歳	対象年齢に該当する人のうち、平成25～29年度に、市が実施する大腸がん検診を受けたことのない人

一定の年齢に達した市民に、がん検診の受診を促進し、がんの早期発見・早期治療につなげるため、がん検診の無料クーポン券を7月に発送しました。

無料クーポン券には有効期限があります。期限が近づくと、検診の予約が取りにくくなる場合がありますので、早めにご利用ください。

利用できる医療機関などは、クーポン券と一緒に送付したお知らせをご覧ください。

▽子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券の有効期限

平成31年2月28日

※4月21日以降に弘前市に転入した対象年齢の人は、前住所地の市町村からクーポン券が発行されます。既に前住所地の市町村からクーポン券が送付されている人は、当市のクーポン券と交換が必要ですので、お問い合わせください。

▽大腸がん検診の無料クーポン券の有効期限

平成31年3月31日

【巡回子宮・乳がん検診】

検診車による集団検診です。受診を希望する人は電話で申し込んでください。ただし、定員になり次第締め切れります。

▽とき 1月20日（日）、受付=午前9時～10時

▽ところ 弘前市保健センター（野田2丁目）



ひろさき健幸増進リーダーの 健幸レポート



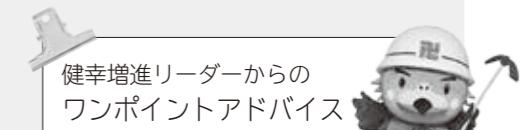
加藤理恵さん
しらかば会ふじ保育園（藤崎町）

健幸増進リーダーとして得たスキルを職場で活用したいと思い、勤務している保育園の参観日を利用し、「健幸コーナー」を実施しています。体組成・体力などの測定や、瞬発力・柔軟性などを測定する全身反応時間・棒反応の測定、だし活ダンスやバランスボール体験などを行っています。保護者自らが実際に体験することで自分自身の身体について考える機会となることや、親子との会話で健康についての話題が増えることを期待して企画しています。



長い目で見る健康増進活動ですが、これからも大人も子どもも気負わずに共に楽しめる簡単な健康チェックと、身近にできる体力づくりを模索していきたいと考えています。

市民の健康づくりのために地域や職場などで健康教養や運動の普及啓発などに取り組んでいる「ひろさき健幸増進リーダー」が、普段取り組んでいる健康づくり活動について紹介します。



健幸増進リーダーからの
ワンポイントアドバイス

幼児や小学生の子どもがいる親世代は、毎日家事・育児・仕事に追われ、なかなか自分の健康を振り返ったり、スポーツに親しむ時間を持つ事は難しく感じているかもしれません。でも、少しでも運動を日常に取り入れたり、健康を振り返る機会を持つことが、家族の会話や健康への关心を広げることにつながり、望ましいです。

市内では、気軽に参加できる健康関係イベントや、健康増進に役立つスポーツ教室がさまざま開催されています。健康づくりや親子の触れ合いに、ぜひ参加してみてはいかがでしょうか。

暮らしのInformation



イベント

下土手町商店街ウォームシェアスポットラリー

暖かく過ごせるお店や施設「ウォームシェアスポット」で暖かさを分かち合いませんか？スポットでスタンプを3つ集めて応募すると抽選で参加店共通商品券が当たります。

▽実施期間 1月31日まで

▽応募締切 2月1日（金）

▽ところ 下土手町商店街およびその周辺の9店舗・施設
※応募用紙は各スポットに設置しています。詳しくは県ホームページから「商店街ウォーム」で検索を。

問弘前下土手町商店街振興組合（☎ 33・5369）

冬休みおはなしクイズラリー

▽とき 12月22日～1月14日

▽ところ こども絵本の森（駅前町、ヒロ口3階）

▽内容 受付カウンターで配布する回答カードに、絵本に関するクイズの答えを記入してください。全問正解者に「おめでとうカード」と「オリジナル塗り絵」をプレゼント

▽対象 小学生以下

▽参加料 無料

問こども絵本の森（☎ 35・0155）

ヒロ口スクエアのイベント

○ヒロ口スクエア☆クリスマスフェスティバル

▽とき 12月22日（土）

午前11時～午後3時

▽ところ 3階イベントスペース

▽内容 クリスマスをテーマとした物作り体験ブース（ハーバリウム、こぎん刺し、アイシングクッキーなど）、雑貨・軽食の販売、ステージイベント（寸劇、アコースティックギター生ライブ、ダンスなど）

○映画上映会／こども映画の教室

▽とき 1月3日・4日、①午前

問こどもの森ビジャーセンター（☎ 88・3923）／市みどりの協会（☎ 33・8733）

二十歳の祭典

▽とき 1月13日（日）
午前11時～
※午前10時50分までに入場してください。

▽ところ 市民会館（下白銀町）

▽内容 成人式、成人祭
▽対象 平成10年4月2日～平成11年4月1日に生まれた人
※市内に住所のある対象者には案内はがきを郵送しています。
▽その他 当日、市民会館には駐車できませんので、近くの有料駐車場をご利用ください。また、交通渋滞緩和のため、午前10時～午後1時の間、市役所・茂森方面から市民会館への右折進入を禁止します。
問生涯学習課（☎ 82・1641）

はせがわさとみ講演会

今年度の青少年読書感想文全国コンクールの課題図書「きみ、なにがすき？」の著者による講演です。

▽とき 1月19日（土）
午後1時～3時
▽ところ 弘前図書館（下白銀町）
2階視聴覚室
▽対象 小学生以上=60人（先着順）
▽参加料 無料
問12月16日から、弘前図書館（☎ 32・3794）へ。

周波数は
78.8MHz
FMアップルウェーブ

新春特別番組

**「弘前市長
新春に語る」**

▽とき 1月1日（火）、正午～

意見を募集します (パブリックコメント)

弘前市総合計画（素案）

▽内容 人口減少、少子高齢化の進展や多様化するさまざまな地域課題に迅速かつ効果的に対応し、歴史・文化や豊かな自然に恵まれた、住みよい「あずましいふるさと」を次世代に引き継ぐための地域の最上位計画となる新たな計画案

▽募集期間 12月21日～1月21日（必着）

▽閲覧場所（土・日曜日、祝日を除く）企画課（市役所2階）、市役所総合案内所（市役所1階）、市立図書館および共通事項に記載の閲覧場所

▽提出先

①郵送…〒036・8551、上白銀町1の1、企画課宛て
②企画課へ直接持参（土・日曜日、祝日を除く）



- ③ファックス…35・7956
④Eメール…kikaku@city.hirosaki.lg.jp
⑤「わたしのアイデアポスト」へ投函
※市立図書館は土・日曜日、祝日も閲覧可。意見を記入した用紙は、配置してある封筒に入れて図書館スタッフへ渡してください。
■問い合わせ先 企画課（☎ 40・7021）

「子どもの笑顔を広げる市民条例 ～いじめや虐待のないまちづくりを目指して～行動計画」



▽内容 「子どもの笑顔を広げる市民条例」に基づく行動計画の推進にあたり、具体的な事業等を展開していくための指針である「子どもの笑顔を広げる市民条例～いじめや虐待のないまちづくりを目指して～行動計画」の改定案

▽募集期間 12月17日～1月17日（必着）

▽閲覧場所（土・日曜日、祝日を除く）学校指導課（岩木庁舎3階）および共通事項に記載の閲覧場所
▽提出先

①郵送…〒036・1393、賀田1丁目1の1、学校

- 指導課宛て
②学校指導課へ直接持参（土・日曜日、祝日を除く）
③ファックス…82・5899
④Eメール…kyoushidou@city.hirosaki.lg.jp
⑤「わたしのアイデアポスト」へ投函
■問い合わせ先 学校指導課（☎ 82・1644）

～共通事項～

▽対象 ①市内に住所を有する人／②市内に事務所等を有する個人または団体など／③市内に勤務する人／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（素案または改定案）に利害関係を有する人

▽閲覧場所 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、ヒロ口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

※市民課駅前分室は土・日曜日、祝日も閲覧可。市ホームページでも閲覧できます。

▽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・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、「〇〇計画への意見」など）を記入の上、提出してください。

※記入漏れなど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、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。

※「アイデアポスト」は市役所総合案内所、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、各出張所に設置しています。

<p>市民会館大ホールでスタイルを弾いてみよう</p>	<p>スイーツづくり de 交流会& Hirakawaイルミネーションツアー</p>
<p>▽とき 1月19日 日の午前10時～午後8時、20日 日の午前9時～午後7時 ▽ところ 市民会館（下白銀町）大ホール ▽料金 30分=3,000円、60分=5,000円（完全予約制。先着順。高校生以下は保護者同伴） ▽申し込み方法 申込用紙に必要事項を記入し、ファクスかEメールで申し込みを。申込用紙は市民会館ホームページ（http://www.city.hirosaki.aomori.jp/shiminkaikan/）からダウンロードできます。 間 12月18日の午前10時から、市民会館（☎ 32・3374、第3月曜日は休み）へ。</p>	<p>すてきな出会いをみつけませんか。 ▽とき 1月20日（日） 午後2時～8時 ▽集合 弘前駅城東口 ▽内容 田舎館村でいちごスイーツづくり、平川市でイルミネーション散策と交流会 ▽対象 弘前市他圏域7市町村に在住・在勤する20代～40代の結婚を希望する独身男女=各15人 ▽参加料 男性=4,000円、女性=3,000円 ▽申込期限 1月11日（金） ※申し込み方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。 間ひろさき広域婚活支援事業実行委員会イベント担当（田舎館村役場企画観光課内、☎ 58・2111）</p>
<p>講演会「美術館は地域を変えたか？」</p>	<p>弘前市青年交流会</p>
<p>吉野町緑地周辺整備事業のプレ事業としての講演会です。 ▽とき 1月19日（土）、午後1時30分～4時30分（予定） ▽ところ 土手町コミュニティパーク多目的ホール ▽講師 吉本光宏さん（ニッセイ基礎研究所社会研究部研究理事）、見留さやかさん（十和田市現代美術館学芸員） ▽定員 100人 ▽参加料 無料 ※事前の申し込みは不要。 間吉野町緑地整備推進室（☎ 40・7123）</p>	<p>【ナイトビューパーティー～農業青年とのスイーツな出会い～】 ▽とき 1月27日（日） 午後6時～9時 ▽ところ アートホテル弘前シティ（大町1丁目）12階スカイバンケット ▽内容 農業青年と一緒に夜景を見ながら料理を楽しむ交流パーティー ▽対象 おおむね30歳～50歳の独身男女（男性は市内に居住する農業青年）=各20人 ▽参加料 男性=4,500円、女性=2,000円 ※男性は、スーツまたはジャケット着用で参加を。参加女性には、りんごをプレゼントします。 ▽申込期限 1月18日（金） 間弘前市青年交流会実行委員会事務局（市農業委員会事務局内、☎ 40・7104、✉ nougyou@city.hirosaki.lg.jp）</p>
<p>第49回市民文化祭 詩吟剣詩舞大会</p>	<p>現代セミナーひろさき</p>
<p>▽とき 1月20日（日）、正午～（午前11時30分開場） ▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）ホール ▽入場料 無料 間弘前市民文化祭実行委員会事務局（社会教育協議会内、☎ 31・3010、火・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時）</p>	<p>「アニメと世界のアニメーション」～その誕生と変遷～ ▽とき 1月13日（日） 午後2時～3時30分 ▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）2階第3会議室 ▽講師 石川善朗さん（弘前大学教育学部教授） ▽対象 市民=30人（先着順） ▽参加料 無料 ▽申込期限 1月10日（木）</p>



教室・講座

WA(わ)のりんご
～もつとりんごを身近に～

◎りんご産業勉強会

▽とき 1月6日（日）、午後1時

30分～2時30分
▽内容 りんご産業の歴史やせん定技術についてなど
▽講師 工藤貴久さん（青森県りんご協会）
※事前の申し込みは不要。
◎りんごのせん定枝を使った生け花教室
▽とき 1月6日（日）、午後2時30分～4時
▽講師 佐々木洋子さん（いけばな小原流講師）
▽対象 親子=15組、一般=10人
▽参加料 1組800円
▽申込期限 1月5日（土）
～共通事項～
▽ところ ヒロ口（駅前町）3階イベントスペース
間 Aプロジェクト（草刈さん、☎ 携帯090・3759・4248）
※平成30年度市民参加型まちづくり1%システムの採択事業。

ほっと・ぼらんていあ

【ナイトビューパーティー～農業青年とのスイーツな出会い～】
▽とき 1月27日（日） 午後6時～9時
▽ところ アートホテル弘前シティ（大町1丁目）12階スカイバンケット
▽内容 農業青年と一緒に夜景を見ながら料理を楽しむ交流パーティー
▽対象 おおむね30歳～50歳の独身男女（男性は市内に居住する農業青年）=各20人
▽参加料 男性=4,500円、女性=2,000円
※男性は、スーツまたはジャケット着用で参加を。参加女性には、りんごをプレゼントします。
▽申込期限 1月18日（金）
間ボランティア支援センター（市民参画センター内、☎ 38・5595）

現代セミナーひろさき

「アニメと世界のアニメーション」～その誕生と変遷～
▽とき 1月13日（日） 午後2時～3時30分
▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）2階第3会議室
▽講師 石川善朗さん（弘前大学教育学部教授）
▽対象 市民=30人（先着順）
▽参加料 無料
▽申込期限 1月10日（木）

間中央公民館（☎ 33・6561、✉ 33・4490、✉ chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み）



その他

冬休みは公民館で学習を！

中央公民館（下白銀町、弘前文化センター内）では、子どもたちの冬休み期間中の学習場所として会議室などを開放します。
▽とき 1月6日～12日の午前10時～午後4時
▽ところ 弘前文化センター2階第3会議室、和室ほか
▽内容 小・中学生や高校生の自習場所として使用できます。また、弘前大学の学生などが学習サポートや相談に対応します。
※会場、学習サポートとも事前の予約はできません。学習サポートスタッフ（ボランティア）を募集しています。協力できる人は連絡を。

間中央公民館（☎ 33・6561、火曜日は休み）

屋外広告物安全点検の義務化

近年、全国的に適切に管理されていない屋外広告物が落下して歩行者を直撃する重大事故が発生しています。このような状況を受け、国土交通省が安全点検などに関する規定を中心に「屋外広告物条例ガイドライン」を改正しました。

当市においても屋外広告物条例を一部改正し、1月1日から有資格者による点検および屋外広告物等安全点検報告書の提出を義務化します。

【点検の対象】

○対象になるもの 屋上広告物、壁面広告、広告塔、広告板、電柱類広告、そで看板、下げ看板、アーチ
○対象にならないもの はり紙、はり札、立看板類、アドバルーンや市屋外広告物条例第10条第1項から第4項に掲げる広告物および掲出物

【点検の時期および報告書の提出】

○1月1日以降に更新期間を満了する場合は、許可期間満了日前の2ヶ月以内に有資格者による点検と屋外広告物等安全点検報告書の作成をして、更新許可申請の手続きをお願い

します。

【点検者の資格】

○屋外広告士、建築士法第2条第1項に規定する建築士、都道府県・指定都市・中核市が実施する「屋外広告物講習会」の修了者、日本屋外広告業団体連合会が開催する「屋外広告物点検技能講習」の修了者、広告美術仕上げに係る職業訓練指導員・技能検定合格者・職業訓練修了者

※詳細は市ホームページで確認できます。
間都市政策課計画係（☎ 35・1134）

あおもり UIJ ターン
創業相談会 in 東京

首都圏に弘前での創業・起業を検討している知り合いがいる人は、周知のご協力をお願いします。
▽とき 1月19日（土）、①午前10時10分～、②午後1時10分～、③午後3時10分～
※いずれも1時間30分程度。

▽ところ 東京交通会館（東京都千代田区有楽町）8階青森暮らしサポートセンター

▽申し込み方法 1月15日までに、所定の申込書に必要事項を記入し、ファクスかEメールで申し込みを。
※詳しくは県ホームページ（https://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/shoko/support_for_entrepreneurs.html）で確認を。

間青森県商工労働部地域産業課創業支援グループ（☎ 青森017・734・9374、✉ 017・734・8107、✉ chiikisangyo@pref.aomori.lg.jp）

求職者支援訓練受講者募集

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。

【ゼロから始める調剤薬局・パソコン科（託児付き）】

▽とき 2月4日～5月2日
▽ところ キャリアスクールI・M・S弘前教室（土手町）
▽申込期限 1月8日（火）
【医事ビジネス科】

▽とき 3月1日～8月30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 2月4日（月）

【地域観光ビジネス科】

▽とき 3月22日～7月19日
▽ところ JMTC 弘前教室（外崎4丁目）
▽申込期限 2月25日（月）

【県産品を売ろう！企画・営業・販売科（託児付き）】

▽とき 3月29日～8月28日

▽ところ キャリアスクールI・M・S弘前教室
▽申込期限 3月4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を提出してください。

▽職業訓練説明会 12月20日および2月25日に市民文化交流館ホール（駅前町、ヒロ口4階）で、職業訓練制度および訓練内容の説明を行います。1月24日には同会場で各コースの体験会を行います。
間弘前公共職業安定所（☎ 38・8609、音声案内42#）

清水森ナンバを栽培してみませんか

弘前在来トウガラシ「清水森ナンバ」を栽培する新規会員を募集しています。なお、健康な土で高品質なナンバを栽培するために、栽培を始める前に土壤診断をする必要があります。

間在来津軽清水森ナンバブランド確立研究会事務局（青森県特産品センター内、中村さん、☎ 39・1811）

人の動き Population

	前月比
・人口	172,339人 (-108)
男	78,970人 (-40)
女	93,369人 (-68)
・世帯数	71,912世帯 (+21)

平成30年11月1日現在（推計）

ファイナンシャルプランナーによる無料納税相談

▽とき 1月10日・17日・31日=午前11時~正午、午後3時~4時／1月24日=午前11時~正午、午後3時~4時、午後6時~7時／1月27日=午前11時~正午、午後2時~3時

▽ところ 収納課（市役所2階）
▽相談方法 ファイナンシャルプランナー（家計や経営の収支・返済計画を見直し、総合的な診断とアドバイスを行う専門家）が個別に対応（1人につき1時間まで、先着順）

▽対象 市税などを滞納している人
▽申し込み方法 12月28日までに、電話または収納課窓口で申し込みを。

問 収納課（☎ 40・7032、40・7033）

県税納税証明書の交付申請

官公庁の入札参加資格審査申請、建設業許可申請、所得税確定申告、金融機関の融資申し込みなどのため、県税（法人県民税・法人事業税・地方法人特別税、個人事業税など）の納税額または未納額がないことの証明書が必要な人は、必要書類を準備してください。（納税して間もない時は、領收証書を提示してください）

納税証明書は、納税者の皆さんの大切な情報を証明するもので、窓口での本人確認を厳正に行っています。ご理解とご協力をお願いします。
問 中南地域県民局県税部納税管理課（蔵主町、弘前合同庁舎内、☎ 32・1131、内線229、279）

年末年始の休館および開館時間の変更など

【郷土文学館】
▽休館日 12月29日～1月3日
▽臨時休館 1月4日～11日
問 郷土文学館（下白銀町、追手門広場内、☎ 37・5505）

【市民文化交流館・ヒロロスクエア・こども絵本の森・駅前こどもの広場・健康広場】
▽開館時間変更 12月31日は午後3時まで

▽休館 1月1日（火・祝）
※いずれも1月2日からは通常開館。
問 市民文化交流館（☎ 35・0154）

水道管の凍結にご注意

～真冬はこまめに水道の水抜きを～
今年も冬の季節がやってきました。この時期に気付けたいのが水道管の凍結です。

冬は、気温の低下により水道管の凍結や破裂が予想されます。−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。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、誤操作に注意し水抜きを行うようお願いします。

水道管が凍結または破裂し、自分で解氷できない場合は、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。

問 上下水道部総務課給排水係（☎ 55・6895）

雪崩被害を防止しましょう

青森県は豪雪地帯であり、さらに、弘前市では旧相馬村地区が特別豪雪地帯として指定されています。県内では死者2人を出した平成19年2月の八甲田山における雪崩をはじめ、他にも多くの雪崩災害が発生しています。家の裏、生活道路や通学路、スキー場などのレジャー区域等、危険は身近な場所に潜んでいます。積雪時は斜面を注意深く観察し、兆候を見たら早めの避難・連絡を心がけてください。

問 700MHzテレビ受信障害対策コールセンター（☎ フリーダイヤル0120・700・012、午前9時～午後10時）
※IP電話等でつながらない場合は、☎ 050・3786・0700へ。

詳しくは、総務省なるほど！選挙「寄附の禁止」ホームページ（http://www.soumu.go.jp/senkyo/senkyo_s/naruhodo/naruhodo08.html）をご覧ください。
問 選挙管理委員会事務局（☎ 35・1129）

テレビ受信障害に関する重要なお知らせ

国では、現在、周波数の再編を行っています。

今後、携帯電話事業者が新たに700MHz（メガヘルツ）帯の周波数を使った携帯電話システムの運用を開始することに伴い、電波の影響で、テレビ放送の画像が乱れたり映らなくなるなどの受信障害が発生することがあります。

影響の出る恐がある地域では、「700MHz利用推進協会」の担当者が、チラシの配布、家庭への訪問、対策作業を行っています。

対策作業に費用は一切発生せず、工事業者が費用を請求することはありません。担当者は身分証を携行していますので、不審に思った際は提示を求め、コールセンターへお問い合わせください。

問 700MHzテレビ受信障害対策コールセンター（☎ フリーダイヤル0120・700・012、午前9時～午後10時）

※IP電話等でつながらない場合は、☎ 050・3786・0700へ。

文化グループ会員募集

【書道愛好会】

▽活動日 第2・4水曜日の午前10時～11時50分（変更の場合あり）

▽ところ 弘前文化センター（下白銀町）3階工作実習室

▽内容 漢字・かなの基礎的な練習、年1回の作品展への出展

▽講師 肥後黄娥さん（北門書道会理事）

▽募集人数 若干名

▽会費 月額3,800円

問 電話かファクスまたはEメール（住所・氏名・電話番号を記入）で、中央公民館（☎ 33・6561、☎ 33・4490、E chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み）へ。

スキー場情報など

そうまロマントピアスキー場 岩木山百沢スキー場オーブン

【そうまロマントピアスキー場】
▽営業時間 月・水・金・土曜日=午前10時～午後9時（ナイター営業あり）／火・木・日曜日=午前10時～午後4時

▽市民無料開放日 12月22日と3月10日の午前10時～午後4時
【岩木山百沢スキー場】
▽営業時間 火・木・金・土曜日=午前10時～午後9時（ナイター営業あり）／月・水・日曜日=午前10時～午後4時

▽市民無料開放日 12月22日と3月3日の午前10時～午後4時
～共通事項～
▽営業期間 12月22日～3月17日（12月22日～1月14日および土・日曜日、祝日は午前9時からの営業）

▽その他 1月～3月の第2土曜日は市内の小学生以下に限り無料開放。市民無料開放日には市民を証明できるもの（学校の名札、学生証、免許証など）の持参を。なお、降雪

市内の子ども会等の団体が岩木山百沢スキー場で実施するスキー教室について、リフト利用料を割りします（事前の申し込みが必要）。

▽対象 市内の小中学生10人以上が参加する団体のスキー教室

▽割引後の料金（1日券） 小学生=700円、中学生=1,000円、

の状況により、実施できない場合があります。

▽リフト利用料 1回券=250円（小人・シニア180円）／1日券=2,600円（小人・シニア1,800円）
※このほか、半日券、シーズン券などがあります。

◎シーズン券市民割引

▽対象 市内に在住する人

▽割引後の料金 ①両スキー場共通シーズン券=大人1万6,000円、小人・シニア8,000円（通常料金は大人2万5,000円、小人・シニア1万2,500円）／②そうまロマントピアスキー場単独市民シーズン券=大人9,000円、小人・シニア5,000円

※購入を希望する人は、顔写真（縦4.7cm×横3.5cm）2枚と住所を証明できるものを、各スキー場へ提出してください（即日交付）。両スキー場オーブンまでは、岩木山総合公園で販売しています。「大人」は中学生から満65歳未満、「小人」は小学生まで、「シニア」は満65歳以上。

◎スキー教室団体割引

市内の子ども会等の団体が岩木山百沢スキー場で実施するスキー教室について、リフト利用料を割りします（事前の申し込みが必要）。

▽対象 市内の小中学生10人以上が参加する団体のスキー教室

▽割引後の料金（1日券） 小学生=700円、中学生=1,000円、

引率の講師（スキー指導員等の有資格者）=無料
問 そうまロマントピアスキー場（☎ 84・2020）／岩木山百沢スキー場（☎ 83・2224）／岩木山総合公園（☎ 83・2311）

市民・少年少女スキー教室（大鰐会場）

▽とき 1月2日・3日・5日・6日の午前10時～午後3時
※受け付けは午前9時～。

▽ところ 大鰐温泉スキー場国際エリア（大鰐町虹貝字清川）
※受付場所は雨池スキーセンター2階。

▽講師 S A J全日本スキー連盟公認指導員（弘前スキー倶楽部所属）
▽対象 小学生以上の市民（初心者からエキスパートまで）

▽参加料（全4回） 5,000円（傷害保険料を含む。当日徴収）
▽申し込み方法 12月18日～25日に、弘前市体育協会（下白銀町、笹森記念体育館内）、タケダスポーツ弘前バイパス店（城東北4丁目）またはスーパースポーツゼビオ弘前高田店へ。

▽その他 スキー用具・リフト券などは各自で準備を。
問 弘前スキー倶楽部事務局（☎ 携帯080・4519・2611）

各種スポーツ・体操教室

教室名	とき	ところ	内 容	定員・対象	参加料	問い合わせ・申込先
①～出張版～高齢者健康新型教室	①1月8日（火） ②1月9日（水） ③1月10日（木） ④1月11日（金） ※時間はいずれも午前10時～11時30分。	①石川公民館（石川字石川）、②堀越公民館（門外2丁目）、③千年公民館（小栗山字川合）、④東部公民館（末広4丁目、総合学習センター内）	トレーニングや健康に関する知識講座、脳トレ、ストレッチ、筋トレなど	65歳以上の市民 ※事前の申し込みは不要。	無料	温水プール石川（☎ 49・7081） (②③のみ※2)
②体力づくり＆ウォーキング教室	①1月9日～3月13日の毎週水曜日、午後2時～3時30分 ②1月10日～3月14日の毎週木曜日、午後1時30分～3時	ヒロ口（駿前町）3階健康ホール・イベントスペース	ストレッチ体操、筋トレ、障害物を使用したウォーキング	市民=15人	無料	12月25日（必着）までに、弘前市運動公園（〒036・8101、豊田2丁目3、☎ 27・6411）へ。(※1) (※2)
③ヒロ口で走ろう！かけっこ教室	1月15日～2月5日の毎週火・金曜日（1月25日を除く）、午後4時30分～6時	ヒロ口（駿前町）3階イベントスペース	走る、跳ぶ等の全身運動、用具を使用したトレーニングなど	小学校1～3年生=20人	無料	1月3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)
④親子体操教室	1月20日、2月17日、3月10日の午前11時～正午	ヒロ口（駿前町）3階健康ホール	いつでもどこでも簡単に、親子と一緒に楽しめる体操	おおむね3歳以上の幼児とその保護者=20組（先着順）	無料	事前に、駅前こどもの広場（☎ 35・0156）へ。(問い合わせは健康づくり推進課（☎ 37・3750）へ)

教室名	と き	と こ ろ	内 容	定員・対象	参 加 料	問い合わせ・申込先
⑤いつまでも健康で! 笑顔で健康体操Ⅲ	1月7日～3月25日の毎週月曜日、午前10時～11時	弘前B&G海洋センター（八幡町1丁目）武道館	リズム体操やストレッチ体操	おおむね60歳以上の市民=30人	3,000円	事前に、弘前B&G海洋センター（☎ 33・4545）へ。
⑥体すっきり! 有酸素運動&ストレッチ体操	1月11日～3月22日の毎週金曜日、午前10時～11時	弘前B&G海洋センター（八幡町1丁目）	ストレッチ体操	市民=40人	2,750円	
⑦一般初心者バドミントン教室	1月16日・30日、2月13日・27日、3月13日・27日の午前10時～11時30分	弘前B&G海洋センター（八幡町1丁目）	ラケットの持ち方・振り方、羽の打ち方、ゲーム	バドミントン初心者の市民=20人	無料	1月5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）（※2）
⑧中級者バドミントン教室	1月23日～3月27日の毎週水曜日、午後1時～3時	岩木B&G海洋センター（兼平字猿沢）	基本の打ち方、競技規則、ゲーム戦略法	市民=20人	無料	1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）（※2）
⑨初心者向けやさしいストレッチ教室	1月25日～3月29日の毎週金曜日、午前10時30分～11時30分	克雪トレーニングセンター（豊田2丁目）ウェイトリフィング場	関節の柔軟性を高めるトレーニング、有酸素トレーニング、ウェイトレーニングなど	小学校4年生～中学生=10人（先着順）	8,000円※別途保険料800円が必要。	事前に、克雪トレーニングセンター（☎ 27・3274）へ。
⑩フィジカルトレーニング教室	1月12日～3月16日の毎週土曜日、午後6時30分～8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	ストレッチボールを使用したエクササイズ	市民=10人	無料	12月26日（必着）までに、克雪トレーニングセンター（〒036・8101、豊田2丁目3の1、☎ 27・3274）へ。（※1）（※2）※ヨガマット持参。
⑪ストレッチボール教室	1月21日～3月25日の毎週月曜日、午前10時～11時	克雪トレーニングセンター（豊田2丁目）トレーニング室	ストレッチボールを使用したエクササイズ	市民=10人	無料	1月16日までに、弘前市社会福祉協議会（☎ 33・1161）または弘前市ペタンク協会事務局（☎ 88・3480）へ。
⑫ふれあい高齢者ペタンク親善大会	2月16日（土）午前9時～	克雪トレーニングセンター（豊田2丁目）	3人1チーム5回戦のペタンク試合	60歳以上の市民	1人1,000円（昼食代含む、当日徴収）	1月16日までに、弘前市社会福祉協議会（☎ 33・1161）または弘前市ペタンク協会事務局（☎ 88・3480）へ。
⑬ソフトバレーボール体験教室	1月18日～2月15日の毎週金曜日、午前10時30分～正午	金属町体育センター体育室	ボール慣れ、ルール説明、ゲームの実施	市民=12人	無料	12月28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。
⑭ゆったり体力UPストレッチ体操教室	1月19日～3月23日の毎週土曜日、午前10時30分～11時30分	金属町体育センター集会室	ストレッチ体操、筋トレ、簡単にできるトレーニングの紹介	市民=12人	無料	1月19日～3月2日（※1）（※2）の毎週土曜日、午後1時30分～2時30分
⑮～認知症を予防しよう！～☆楽しく健康教室☆	1月19日～3月2日の毎週土曜日、午後1時30分～2時30分	河西体育センター（石渡1丁目）	軽いリズム体操、脳トレレーニングなど	市民=10人程度	無料	河西で走ろう！かけっこ教室
⑯小学生水泳教室	1月10日～3月14日の毎週木曜日（2月21日・28日を除く）、午後4時30分～5時30分	河西体育センター（石渡1丁目）	水慣れ、けのび、クロール	小学生=20人	無料	1月16日～2月6日の毎週月・水曜日、午後4時30分～6時
⑰プールで筋トレ、脳トレ水中ウォーキング教室	1月17日～2月4日の毎週月・木曜日、午後1時30分～2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など	小学生=20人	無料	1月17日～2月4日の毎週木曜日、午前10時～11時
⑱チア体操教室	1月15日～2月5日の毎週火曜日、午後1時30分～2時30分	河西体育センター（石渡1丁目）会議室	イスに座ってのストレッチ、リズム体操、脳トレ運動	市民=10人	無料	1月24日～2月21日の毎週木曜日、午前10時～11時
⑲プールで体力づくり教室	1月24日～2月21日の毎週木曜日、午前10時～11時	温水プール石川（小金崎字村元）	水中ウォーキング、水中ストレッチ、ゲームをしながらできる筋トレ	市民=25人	無料	1月15日・29日の午後2時～3時
⑳温水プール石川～健康サポート教室	1月15日・29日の午後2時～3時	河西体育センター（石渡1丁目）会議室	脳の活性化プログラム、シニア向けの簡単なエアロビクスなど	65歳以上の市民=各25人（先着順）	無料	1月15日から、温水プール石川（☎ 49・7081）へ。（※2）

※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（②は希望コースも）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。

津軽広域連合だより

“津軽”の話題満載

ひらかわイルミネーションプロムナード

平川市

平賀駅前通りを中心に、約7万個のイルミネーションでライトアップします。今冬は初の試みとして7色に光り輝く台湾提灯を飾り、幻想的な雰囲気を演出します。

△とき 2月1日までの午後5時～11時

※12月23日は午後3時～ひらかわキャンドルナイトを開催。



冬の田んぼアート 2019

田舎館村

雪原をスノーシューで歩いて踏み固め、その凹凸に差し込む光と影で描くスノーアート。地元グループ「スノーアーティスト集団 It's OK.」が制作し、夜間ライトアップや、雪や冬を楽しむ体験プログラムを実施します。

△とき 2月8日～11日の午前10時～午後9時（ライトアップは午後5時～）



△ところ 弥生の里展望所（道の駅いなかだて「弥生の里」内）

■問い合わせ先 田舎館村企画観光課（☎ 58・2111）

光と影で描かれたスノーアート

と き	イ ベ ン ト 名	内 容	問い合わせ先
12～1月6日 月	りんごの里イルミネーション（板柳町）	約4万球のイルミネーションが夜を幻想的に演出。12月24日にはイベントも開催します	板柳町企画財政課（☎ 73・2111）
～2月28日	冬に咲くさくらライトアップ（弘前市）	市民の気持ちを集め、日本一と名高い弘前のさくらを冬にもライトアップで咲かせます	弘前市観光政策課（☎ 35・1128）
22日～3月17日	大鰐温泉スキー場オープン	毎週土曜日は中学生以下1日券が500円！皆さんのご来場をお待ちしています	大鰐温泉スキー場管理事務所（☎ 49・1023）

市町村 イベ ント カレン ダー	1月		
	1日	2日	3日
	常盤八幡宮年縄奉納行事（藤崎町）	締め込み一本の男衆が、重さ400kgの巨大な年縄を八幡宮に奉納する伝統行事です	常盤地区コミュニティ協議会（☎ 65・2959）
	こけし初挽き（黒石市）	正月の恒例行事。白装束を身にまとった工人が新年最初のこけしを作ります	津軽こけし館（☎ 54・8181）
	新春マラソン（板柳町）	新春の朝、町内を走るマラソン大会。お楽しみ抽選会もあります	板柳町生涯学習課（☎ 72・1800）
	第3回相馬まるごとフェスタ（弘前市）	ヒロ口で相馬地区の魅力をまるごとお届けします。特産品販売、手作り体験、芸能披露など	弘前市相馬総合支所総務課（☎ 84・2111）
	農家蔵ライトアップ（平川市）	金屋地区の農家蔵をライトアップ。沿道には約150基の灯籠やろうそくが設置されます	尾上蔵保存利活用促進会（☎ 57・5190）

市町村 イベ ント カレン ダー	2月		
	1日	2日	3日
	雪の降るさと2019（黒石市）	たくさんの雪だるまに灯されたろうそくが会場を彩ります。雪を使った催しが盛りだくさん	津軽伝承工芸館（☎ 59・5300）
	津軽くろいしみんな雪だるま（黒石市）	地域・職場・家族が一丸となり雪だるまを作ります。雪国ならではの雰囲気を楽しめます	黒石商工会議所（☎ 52・4316）
	弥生の里凧揚げ大会（田舎館村）	大きな津軽凧と会場に響く独特の風きり音は迫力たっぷり！ぜひご覧ください	田舎館村企画観光課（☎ 58・2111）
	平賀はしご酒まつり（同実行委員会（平川市商工会内、☎ 44・3055）	参加店の中から指定された店舗をはしごして抽選会に挑戦。豪華商品をゲットしよう	同実行委員会（平川市商工会内、☎ 44・3055）
	板柳はしご酒らりー（同実行委員会（平川市商工会内、☎ 73・3254）	どの店舗に行くのかは当日のお楽しみ。豪華賞品が当たる抽選会もあります（予定）	板柳町商工会（☎ 73・3254）
	旧正マッコ市（黒石市）	参加店で早朝に買い物をするとマッコ（お年玉）がもらえる。恒例の福引きも大人気です	黒石商店街協同組合（☎ 53・6030）
	第43回弘前城雪燈籠まつり（弘前市立観光館（☎ 37・5501）	みちのく五大雪まつりのひとつで、雪燈籠や大雪像が幻想的。昼も夜も楽しめます	弘前市立観光館（☎ 37・5501）
	全日本ずぐり回し選手権大会（黒石市）	津軽地方独特のこま「ずぐり」回しの全国大会。子どもから大人まで、優勝を競います	黒石こみせまつり実行委員会（黒石商工会議所内、☎ 52・4316）
	猿賀神社七日堂大祭（平川市）	柳の大枝を盤上に打ち付けて豊凶を占う柳からみ神事や、ゴマの餅まさが行われます	猿賀神社（☎ 57・2016）
	りんごの里いたやなぎ雪まつり（板柳町産業振興課（☎ 73・2111）	雪上ゲーム大会、もちつき、みかんまきなど、雪に親しむ冬を楽しむまつりです	板柳町産業振興課（☎ 73・2111）
	黒石じょんから宵酔酒まつり（同実行委員会（黒石観光協会内、☎ 52・3488）	飲みどころ「よされ横丁」周辺の店をまわり、ゴールすると抽選で豪華な景品が当たります	同実行委員会（黒石観光協会内、☎ 52・3488）
	第25回乳穂ヶ滝氷祭（西目屋村）	豊凶占い、豊作祈願などの伝統行事が行われるほか、ステージショーが催されます	西目屋観光協会（☎ 85・2800）
	なべワングランプリin停車場通り（藤崎町）	自慢の鍋料理を1杯300円で販売し、B-1グルメ形式でグランプリを決める鍋の祭典です	藤崎町商工会（☎ 75・2370）

津軽広域連合は、弘前市・黒石市・平川市・藤崎町・板柳町・大鰐町・田舎館村・西目屋村の8市町村により、要介護認定審査・障害支援区分判定審査のほか、各種ソフト事業などのさまざまな事業を共同で実施する特別地方公共団体です。



年末年始お役立ち情報



**市の施設を
年末年始に開館**

市の施設の一部を年末年始（12月29日～1月3日）に開館しますのでご利用ください。なお、1月4日からは通常どおりの開館となります。詳しくは各施設へ問い合わせを。

施設名	ところ	開館時間	問い合わせ先／備考
市立観光館・山車展示館・旧東奥義塾 外人教師館・市立観光館地下駐車場	いすれも下白銀町 (追手門広場内)	午前9時～午後5時（駐車場は午前8時～午後6時（12月29日は午後10時まで））	市立観光館（☎ 37・5501） /駐車料金は通常どおり必要
弘前市観光案内所	表町（弘前駅内）	午前8時45分～午後5時	弘前市観光案内所（☎ 26・3600）
りんごの家（りんご公園内）	清水富田寺寺沢	午前9時～午後5時	りんごの家（☎ 36・7439）
藤田記念庭園洋館 藤田記念庭園クラフト＆和カフェ匠館	上白銀町	午前9時～午後5時（12月30日は休館） 午前9時～午後5時（12月30日のみ）	藤田記念庭園（☎ 37・5525）
まちなか情報センター	土手町	午前9時～午後9時（12月31日、1月1日は午後5時まで）	まちなか情報センター（☎ 31・5160）

※上記の施設を除くほとんどの施設（市立博物館含む）が12月29日～1月3日は休みとなります。詳しくは、各施設へ問い合わせを。



**年末年始・1月の
休日在宅当番**

入院を必要としない軽症の急患や特定の診療科目に対応するため、当番医がそれぞれの医院で診療します。
▷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

内 科	
1/6	関医院中津軽診療所 ☎ 82・3006 (賀田1)
13	さがらクリニック ☎ 37・2070 (桔梗野1)
20	千葉胃腸科内科医院 ☎ 36・7788 (石渡3)
27	弘前温泉養生医院 ☎ 82・3377 (真土)

歯 科		
1/1	浜の町歯科クリニック (浜の町東3)	☎ 37・3566
	毛内歯科医院 (田園4)	☎ 29・2332
2	梅原歯科医院 (土手町)	☎ 32・7330
	清歯科医院（青山5）	☎ 37・8020
3	中畠歯科医院 (山道町)	☎ 32・6650
	くどう歯科（茂森町）	☎ 31・0120
6	やまざき歯科医院 (大清水4)	☎ 39・6666
13	弘南歯科医院 (川先4)	☎ 26・0888
14	やぎはしファミリー 歯科（富田町）	☎ 36・4180
20	やがわ歯科医院 (城西4)	☎ 39・6400
27	百石町デンタルクリニック（百石町）	☎ 55・6480

耳鼻咽喉科・眼科	
1/1	やすはら耳鼻咽喉科 ☎ 88・0087 (安原3)
	一戸眼科医院 ☎ 32・3076
2	よしだ耳鼻科・小児 科（中野2）
	のだ眼科・血管内科 クリニック（神田3）
3	あきた耳鼻咽喉科ク リニック（南城西2）
	成田眼科クリニック (森町)
13	坂本耳鼻咽喉科医院 ☎ 33・6373 (南瓦ヶ町)
27	伊藤眼科（南大町2）☎ 36・6105

◎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。



年末年始のごみの収集

年末年始の家庭ごみの収集は、収集日程表のとおり行います。収集日を確認してごみを出してください。なお、ごみ処理施設は次の日程で休業します。ごみを直接搬入する際はご注意ください。

【ごみ処理施設の休業日】

◆環境整備センター（町田字筒井）=12月31日の正午～1月3日…燃やせるごみ・燃やせないごみ・大型ごみ・容器包装

◆南部清掃工場（小金崎字川原田）=12月31日の正午～1月3日…燃やせるごみ

■問い合わせ先 環境整備センター（☎ 36・3883）
／南部清掃工場（☎ 92・2105）／環境管理課（町田字筒井、☎ 32・1952、35・1130）



小型家電の処分

年末の大掃除で不要になった小型家電の処分は、市の回収をご利用ください。

【小型家電の回収】

●市の小型家電回収ボックスによる回収 回収ボックスの投入口（25cm × 15cm）から入るサイズの物に限ります。設置場所は市ホームページで確認を。

●市の連携事業者による宅配便回収 希望日時（最短で翌日）に無料（パソコン本体を含む場合）で回収します（年末年始も依頼可能）。

詳しくは [リネットジャパン](#) 検索

■問い合わせ先 環境管理課（町田字筒井、☎ 35・1130）

