

りんご生産者向けトレーニング教室@温水プール石川		※小学生以下は保護者同伴。 ▽参加料 無料 ▽持ち物 エプロン、切り開いた牛乳パック2枚 ▽申し込み受け付け 1月27日～ ☎弘前地区環境整備センタープラザ棟（☎36・3388、受付時間は午前9時～午後4時、月曜日は休み）	
▽とき 2月5日～3月28日の毎週火・木曜日、午後5時30分～7時30分（祝日を除く） ▽ところ 温水プール石川（小金崎字村元）健康ルーム ▽内容 マシンを利用した筋トレと、有酸素運動を交互に行うサーキットトレーニングなど ▽対象 りんご産業に携わる50歳以上の市民 ▽参加料 無料 ※事前の申し込みが必要。 ▽持ち物 動きやすい服装、内履き、飲み物、汗拭きタオルなど ☎弘前市体育協会（温水プール石川内、☎49・7081） ※平成30年度弘前市りんご生産者活躍継続支援事業。 ※星と森のロマンチックピアでも月・水・金・日曜日にトレーニング教室を開催中。時間・内容はスポネット弘前（☎84・2236）へ問い合わせを。		もっとりんごを身近に～シードル講座～  ▽とき 2月9日（土） 午後2時～4時 ▽ところ 市民会館（下白銀町）中会議室 ▽内容 弘前における果実酒の歴史、弘前のシードル紹介、ワインとシードルの楽しみ方 ▽講師 横森洋一さん（ソムリエ、サントネージュワイン醸造部長） ▽定員 30人（先着順） ※事前の申し込みは不要。 ▽その他 講座終了後、交流会があります。参加希望者は2月3日までに電話で申し込みを。 ☎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。	
東北女子大学公開講座		▽とき 2月9日、3月2日 午前10時30分～正午 ▽ところ 東北女子大学（清原1丁目） ▽内容 夏目漱石の小品「夢十夜」をていねいに読み解く ▽対象 中学生以上 ▽受講料 無料 ※事前の申し込みは不要。 ☎東北女子大学公開講座係（☎33・2289）	
エコスイーツを作ろう		牛乳パックを再利用した型で、残りがちなホットケーキミックスを使い切る、簡単なおやつを作ります。 ▽とき 2月9日（土） 午前9時30分～正午 ▽ところ 弘前地区環境整備センタープラザ棟（町田字筒井） ▽講師 プラザ棟職員 ▽定員 15人	
青森県産のお肉を使った料理教室		▽とき 2月16日（土）、午前10時～午後1時ごろ ▽ところ 弘前医療福祉大学（小比内3丁目）1階調理実習室 ▽内容 県産の食肉を使った肉料理を3品作ります ▽定員 24人 ▽参加料 無料 ▽持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具 ▽申し込み方法 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、2月7日（必着）までに青森県食肉事業協同組合連合会（〒030・0113、青森市第二問屋町3丁目5の25）へ。 ※往復はがき1枚で2人まで応募可（住所、氏名、年齢、電話番号は、2人分記入してください）。応募者多数の場合は抽選で決定します。 ☎青森県食肉事業協同組合連合会事務局（☎青森017・729・8078）	
第2回町会便り作成講座		～パソコンで作ってみよう！～ 町会便りをパソコンで「簡単に」「分かりやすく」「見栄え良く」作成するためのコツを学びます。 ▽とき 2月17日（日）、午後1時30分～4時30分 ▽ところ 総合学習センター学習情報館（末広4丁目）コンピュータ研修室 ▽内容 サポーターが支援しながら、パソコンを使って1人で町会便りを作成します ▽対象 文書作成ソフト（ワード）の基本操作ができる人で、これから町会便りを作りたい人または作成の工夫に興味がある人＝30人 ▽参加料 無料 ▽持ち物 USBメモリ（作成データ持ち帰り用）、カメラや付属のケーブル（パソコンに写真を取り込めない人のみ） ▽申し込み方法 2月13日までに、電話かファクスまたはEメール（氏名・町会名を記入）で、申し込みを。	
市民ボランティアによるパソコン講座		【インターネット講座】 ▽とき 2月21日・28日の午前10時～午後3時 ※2日間で1セットの講座です。 ▽ところ 総合学習センター学習情報館（末広4丁目）コンピュータ研修室 ▽内容 インターネットの利用方法など ▽対象 パソコンの基本操作ができる市民＝30人（先着順） ▽参加料 無料 ▽持ち物 筆記用具、USBメモリ、昼食 ▽申し込み受け付け 1月27日～ ☎学習情報館（総合学習センター内、☎26・4800〈午前8時30分～午後5時〉）	
第2回弘前図書館市民講座		▽とき 2月23日（土） 午後1時30分～3時 ▽ところ 弘前図書館（下白銀町）2階会議室 ▽内容 弘前市（旧岩木町）出身の絵本作家ささやすゆきさんによる、作家になるまでや現在の作家活動などについての講話 ▽対象 小学生以上＝60人（先着順） ▽参加料 無料 ☎1月16日から、弘前図書館カウンターまたは電話で、弘前図書館（☎32・3794）へ。	
就労準備支援セミナー		～思いを伝える非言語コミュニケーションとは?!～ ▽とき 2月1日（金） 午前10時～11時30分 ▽ところ ヒロロ（駅前町）3階多世代交流室1	
▽内容 コミュニケーションにおける表情、しぐさ、身ぶりなどを学びます ▽講師 明珍友佳さん（JMTC弘前教室） ▽受講料 無料 ▽申し込み方法 1月25日までに、ひろさき生活・仕事応援センター（ヒロロ3階）に備え付けの申込書に必要な事項を記入の上、持参かファクスで申し込みを。 ☎ひろさき生活・仕事応援センター（就労自立支援室、☎36・3776、 <b>F</b> 35・2929）		▽とき 2月8日（金）、午後1時～4時 ▽ところ 市民会館（下白銀町）1階大会議室 ▽内容 収入保険のポイントなどの解説、初心者向け青色申告のポイント ▽対象 市内農業者 ▽参加料 無料 ▽持ち物 筆記用具、電卓 ☎2月1日までに、弘前市担い手育成総合支援協議会（農業政策課内、☎40・0767）へ。	
りんご・りんご加工品輸出セミナー		りんごやりんご加工品を輸出するための知識やノウハウについて学べるセミナーを開催します。輸出に興味のある人は、ぜひご参加ください。 【第1回「貿易の基礎知識講座」】 ▽とき 2月5日（火） 午後2時～4時10分 ▽内容 第1部…講演『りんご・加工品の輸出概況と貿易の基礎知識』、第2部…講師を交えた意見交換 ▽講師 中村祐貴さん（日本貿易振興機構〈ジェトロ〉青森貿易情報センター係長） 【第2回「りんご輸出入門講座」】 ▽とき 2月6日（水） 午後2時～4時10分 ▽内容 第1部…講演『個人農家でも出来る輸出の方法』、第2部…講師を交えた意見交換 ▽講師 岩渕聖さん（岩渕農園代表） ～共通事項～ ▽ところ 市役所6階大会議室 ▽定員 各回20人 ▽受講料 無料 ▽申し込み締め切り 2月4日 ※当日参加も可能ですが、なるべく事前に申し込みを。 ☎りんご課販売促進係（☎40・7105）	
基礎的ITセミナー「ネット炎上とSNSの危険性」		▽とき 2月5日（火） 午後1時～4時 ▽ところ I・M・S弘前教室（土手町） ▽内容 ネット炎上と企業のダメージ、SNSの危険性 ▽対象 ネットやSNSの利用に潜む危険性などに関心がある事業主や在職者＝15人（先着順） ▽受講料 2,160円 ▽申込期限 1月22日 ▽その他 事業主を通してお申し込みください ※詳しくはポリテクセンター青森ホームページ（ <a href="http://www3.jeed.or.jp/aomori/poly/">http://www3.jeed.or.jp/aomori/poly/</a> ）をご覧ください。 ☎ポリテクセンター青森（☎青森017・777・1186）	
自動車税・自動車取得税の減免制度		身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育（愛護）手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人またはその人と生計を一にする人が、これらの手帳の交付を受けている人の生業、通院、通学などのために自動車を利用している場合で、その障がい の程度や自動車の使用状況などが一定の条件に該当するときには、申請により自動車税・自動車取得税の減免を受けることができます。詳しくはお問い合わせください。 ※軽自動車税については市民税課（☎35・1117）へお問い合わせください。 ☎中南地域県民局県税部納税管理課（☎32・4341）	