

あおもりのちの電話の講演会

▽とき 3月30日(土)、午後1時15分～2時45分
▽ところ 市民文化交流館ホール(駅前町、ヒロロ4階)
▽テーマ 難病を乗り越えて～生きると決めた日、運命は変わり始める～
▽講師 さくらいりょうこ(パワーオカリナ奏者)
▽定員 100人(先着順)
▽入場料 無料
▽申し込み方法 3月28日までに、ファクス(氏名・電話番号・参加人数を記入)で、申し込みを。
☎あおもりのちの電話事務局(☎38・4343、**F**38・5355、平日の午後1時～5時)

みちのく津軽ジャーニールン

津軽地域の12市町村を2日間で177km走りぬくジャーニールンのランナーを募集します。
▽とき 7月13日～15日
▽定員 180人(先着順)
※優先エントリー者の人数により、募集人数が変更となる場合があります。なお、263kmのコースは募集を終了しています。

▽参加料 1万7,000円
▽申込期限 4月1日
※参加条件があります。詳しくはホームページ(<http://sportsaid-japan.org/>)をご覧ください。
☎大会事務局(スポーツエイド・ジャパン内、☎埼玉049・294・5603)

藤田記念庭園 冬季開園

▽とき 4月9日までの午前9時～午後5時
▽ところ 洋館(大正浪漫喫茶室、藤田謙一資料室、会議室)、匠館(クラフト展、和カフェ)、高台部のみ
▽入園料 無料
※洋館が貸切になり、利用できない日があります。また、会議室は有料となります。詳しくはお問い合わせください。
☎藤田記念庭園(☎37・5525)

弘前観桜会100周年記念 藤あや子コンサート

「こころ酒」などのヒット曲を持つ藤あや子さんのコンサートです。ぜひおいでください。
▽とき 4月27日(土)、**昼の部**=午後0時30分～(開場は正午)／**夜の部**=午後4時30分～(開場は午後4時)

▽ところ 市民会館(下白銀町)大ホール
▽入場料(全席指定) 6,800円(当日は500円増し)
※未就学児は入場不可。
▽入場券取扱所 市民会館、弘前文化センター、さくら野百貨店弘前店、ELMショッピングセンター、ローソンチケット(Lコード:21503)
▽その他 夜の部公演に限りシニア優待席(65歳以上)あり(数量限定3,500円)。3月3日の午前10時から、市民会館窓口のみで販売。年齢の分かる身分証の提示を。
☎市民会館(☎32・3374、第3月曜日は休館)





教室・講座

世界腎臓デー 市民公開講座

【STOP!慢性腎臓病(CKD)～ご存知ですか?腎臓のこと～】
▽とき 3月16日(土) 午後2時～3時30分
▽ところ 弘前中三(土手町)8階多目的ホール スペースアストロ
▽内容 講演「腎臓の働きを知ろ

う」…講師・中村典雄さん(弘前大学大学院医学研究科地域医療学講座准教授)／「腎臓にやさしい食事とは?」…講師・三上恵理さん(弘前大学医学部附属病院栄養管理部管理栄養士長)／「わかりやすい検査結果の読み方」…講師・島田美智子さん(弘前大学医学部附属病院腎臓内科講師)
※病院からもらっている検査結果があれば当日持参してください。
▽対象 市民
▽参加料 無料
※事前の申し込みは不要。
☎弘前大学大学院医学研究科循環器腎臓内科学講座(☎39・5057)

ひろさき生活・仕事応援センターのセミナー

【会話力養成講座】
面接に勝てるようなコミュニケーション力を身につけ、就職を目指したいと考えている人を対象に開催します。
▽とき 3月19日(火) 午前10時～11時
▽ところ ヒロロ(駅前町)3階多世代交流室2
▽講師 笹村弓子さん(フリーアナウンサー)
▽参加料 無料
▽申し込み方法 3月12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、**F**35・2929)

ベテランズセミナー

▽とき 3月14日(木) 午前9時30分～11時
▽ところ 弘前文化センター(下白銀町)2階中会議室
▽テーマ 「4代藩主津軽信政 part2～明と暗・貞享検地と元禄飢饉(ききん)～」
▽講師 福井敏隆さん(弘前市文化財審議委員長)
▽対象 おおむね60歳以上の市民=30人程度(先着順)
▽受講料 無料

☎3月13日までに、電話かファクスまたはEメール(住所〈町名まで〉・氏名〈ふりがな〉・年齢・電話番号を記入)で、中央公民館(☎33・6561、**F**33・4490、**E**chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み)へ。

市民ボランティアによるパソコン講座

【デジタルカメラ画像入門講座】
▽とき 3月20日・27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(末広4丁目)
▽内容 デジタルカメラで撮影した画像の取り込み、保存整理の仕方、活用方法など
▽対象 文字入力およびキーボード・マウスの操作ができる市民=30人(先着順)
▽参加料 無料
▽持ち物 筆記用具、デジタルカメラのメモリカードと対応のカードリーダー、USBメモリ、昼食
▽申し込み開始 3月3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〉)



harappa こどもびじゅつ部 特別講座

【アニマルランド 公園のなかの動物園】
ライオンやクマ、キリンやトカゲなど動物の彫刻をつくっている彫刻家・三沢厚彦さんや、衣装を着たり装飾したりしていろいろな場所でユニークな集合写真をとっている写真家・浅田政志さんと一緒に、動物園をつくるワークショップです。
▽とき 3月26日(火) 午前10時～午後3時
▽ところ 弘前文化センター(下白

銀町)3階工作実習室
▽対象 小学生=20人(先着順)
▽参加料 1,000円
▽持ち物 昼食、飲み物、お気に入りの動物図鑑や絵本(名前などを書いて持参してください)
※汚れてもよい服装で参加を。
▽申し込み方法 3月4日の正午から、harappaホームページ(<http://harappa-h.org/>)内の申し込みフォームに必要事項を記入の上、申し込みを。
☎harappa事務局(☎31・0195〈平日の午前9時～午後5時30分〉)
※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。

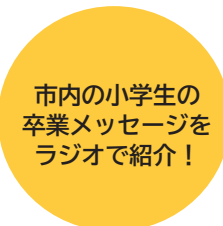
Tikujo Madame Fitness (チクジョ マダム フィットネス)

健康運動指導士によるストレッチを学習し、そのストレッチで構成されたダンスを行う講座です。
▽とき 月3回金曜日、午後1時30分～2時45分
▽ところ 弘前文化センター(下白銀町)2階大会議室ほか
▽対象 市民(女性のみ)
▽受講料 月2,000円
☎開催前月までに電話で、弘前地区女性会事務局(弘前文化センター1階、市社会教育協議会内、☎31・3010〈火・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時〉)へ。

弘前図書館

3月の催し

◎おたのしみおはなし会
▽とき 3月9日・23日の午後3時～3時30分／3月16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 『家族』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、などなど
▽対象 おおむね4歳～小学校低学年の児童
▽参加料 無料
※事前の申し込みは不要。
☎弘前図書館(☎32・3794)



市内の小学生の卒業メッセージをラジオで紹介!

メモリアルグラデュエーション2019

～小学校卒業生のメッセージ～

弘前市のコミュニティラジオ局「FMアップルウェーブ(78.8MHz)」では、小学校を卒業する6年生児童一人一人が、将来の夢や小学校での思い出などを語る特別番組を放送します。
この番組には、市内の小学校24校が参加し、卒業生や担任の先生、校長先生からの贈る言葉と、各学校の校歌が紹介されます。
希望にみち溢れた子どもたちの声、そして懐かしの学び舎を思い出させる校歌を聴いてください。
▽放送日 3月11日～17日の午後7時～9時30分
☎FMアップルウェーブ(☎38・0788)

放送日	放送校
3月11日	北小学校、相馬小学校、朝陽小学校、船沢小学校、堀越小学校
12日	岩木小学校、三省小学校、高杉小学校、豊田小学校、新和小学校
13日	大和沢小学校、裾野小学校、大成小学校、福村小学校、文京小学校
14日	東小学校、附属小学校、松原小学校
15日	青柳小学校、桔梗野小学校、第三大成小学校
16日	城東小学校、千年小学校
17日	和徳小学校

※五十音順(放送順ではありません)。