

特集

## 弘前さくらまつりの 思い出をたどる

冬を快適に過ごすために  
20歳になったら国民年金  
令和2年度市民税県民税申告のご案内



「広報ひろさき」録音版の配布を希望する人は  
障がい福祉課（☎ 40-7036）まで。

「広報ひろさき」をアプリで読みます！  
マチイロ「マチイロ」で検索 (iOS・Android 対応)



弘前市誕生  
130周年



# 謹賀新年



市長  
櫻田 宏

市議会議長  
清野 一榮

## 大切な財産と風景を次代へ

あけましておめでとうございます。

市民の皆様には、お健やかに新年を迎えたこととお喜び申し上げます。

昨年は、弘前市誕生130周年とともに、「令和」という時代の幕開けを迎えた歴史的な節目にあたり、新たに策定した弘前市総合計画に掲げる将来都市像「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」の実現に向けて、市民の皆様とともに新たな一歩を踏み出した年であります。

今後ますます加速する人口減少や少子高齢化に対応するとともに、地域をより元気にするためにも、市民との協働による市政運営に加え周辺市町村との広域連携によるまちづくりを推進しながら、市民生活を第一に考え、市民の「くらし」を支え、市民の「いのち」を大切にし、そして次の時代を託す「ひと」を育てるための各種施策を展開してまいりたいと考えております。

弘前公園でのさくらまつりも、今年で100回という大きな節目を迎えます。先人たちが築き、そして残してくれた大切な財産と風景をこれからも守り続け、自然豊かで歴史と文化が薫るこのまち「弘前」を、次の時代を担う子どもたちに胸を張って引き継いでいけるよう日々邁進してまいりますので、皆様のより一層のご支援とご協力をお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様にとりまして希望に満ちあふれ、幸多き年となりますことをお祈り申し上げまして、新年のあいさついたします。

## 年頭にあたって

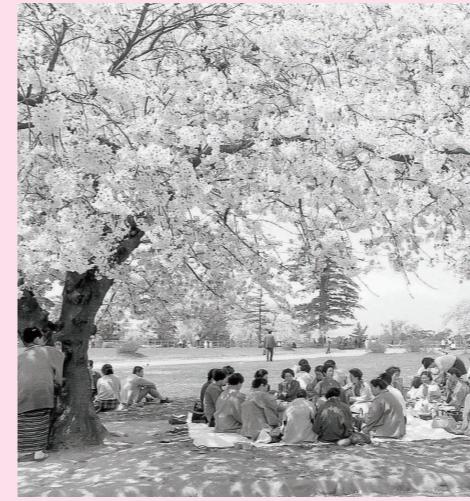
新年おめでとうございます。市民の皆様には、健やかな新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

新元号を迎えて初めての元日となりますが、「令和」も大分身近になったのではないでしょうか。我々、市議会議員も改選を経て、令和時代の幕開けと時を同じく新しい任期が始まりました。議会活動においては、市の基幹産業を後押しし、生産者の声を届ける「りんご産業振興特別委員会」を設置しました。また、議会基本条例の検証に着手したほか、委員会の会議録を市議会ホームページに公開するなど、今後とも市民により身近な市議会となるべく、さまざまな改革を進めてまいります。

さて、いよいよ東京2020オリンピック・パラリンピックが開催されます。当市では、ブラジル視覚障がい者柔道チームや7人制ラグビー女子日本代表など、出場を目指す多くの選手が合宿を行いました。さらに、青森県の聖火リレーは弘前公園本丸から始まる予定とされており、オリンピックの日本開催が実感できることだと思います。

また、今年の干支は十二支の最初に当たる「子年」であり、子孫繁栄や生命が宿り新たな動きが始まる年といわれております。子年にふさわしく、子育てがしやすい、何事にも挑戦できる、みなさんが「あずましい」と思える弘前市の実現に努めてまいります。

結びに、市民の皆様の一層のご支援とご協力をお願い申し上げますとともに、本年が皆様にとりまして希望にあふれ、健康で幸多い年となりますことを心からご祈念いたしまして、年頭のあいさつといたします。

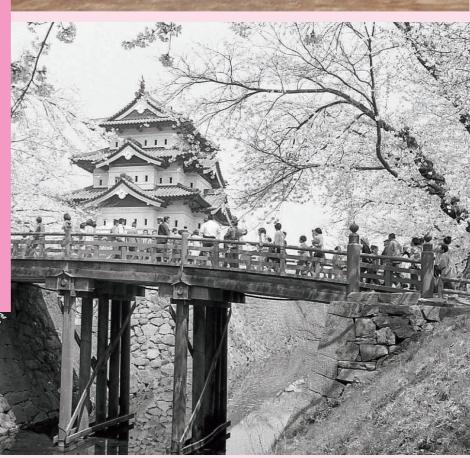


特集

今年で100回目

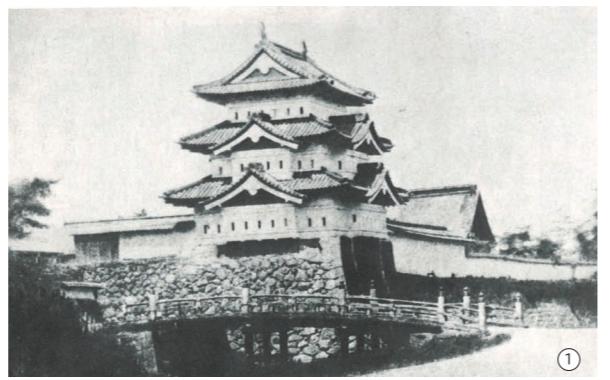
## 弘前さくらまつりの思い出をたどる

毎年多くの市民や観光客で、大正7年に第1回が開催されましたが、今年の中止されましたが、今年の開催で100回目を迎えます。日本一とも言われる弘前公園の桜の歴史とともに、これまでのさくらまつりの思い出をたどります。

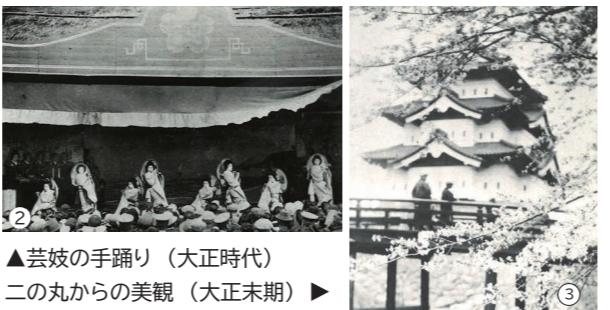


## 桜とさくらまつりの歴史

1715年 正徳5年	弘前藩士が京都の嵐山から 25本のカスミザクラを持ち帰ったのが始まりだとされる
1880年 明治13年	内山覚弥が桜 20本を植栽
1882年 明治15年	菊池権衛がソメイヨシノ(吉野桜)を 1,000本植栽
1895年 明治28年	弘前城跡が弘前公園として一般公開
1903年 明治36年	1901(明治 34)年からの 3年間で内山覚弥の働きによりさらに 1,000本のソメイヨシノが植栽
1916年 大正5年	呑気俱楽部が仮装行列や花見の宴を実施、本丸にアーク灯をともし夜桜見物が始まる
1918年 大正7年	弘前商工会主催の第1回観桜会
1919年 大正8年	出店や見世物興行などが始まる
1922年 大正11年	県外へ宣伝するため奥羽本線秋田方面各駅に宣伝ビラが配布される
1938年 昭和13年	観桜会の名称を「時局と桜の催し」と改称
1940年 昭和15年	観桜会の名称を「弘前の桜」と改称
1943年 昭和18年	観桜会の名称を「桜愛護会」と改称
1944年 昭和19年	戦時色が強まり 1946(昭和 21)年までの 3年間、観桜会開催が中断
1947年 昭和22年	「弘前観桜会」復活
1956年 昭和31年	福士忠吉がソメイヨシノ 1,300本を新たに植栽、棟方志功がポスターを製作、第1回桜姫コンテスト(現:弘前城ミス桜コンテスト)開催
1961年 昭和36年	「弘前さくらまつり」と改称
1970年 昭和45年	津軽情張り太鼓が製作され、さくらまつり開幕パレードで初お目見え
1984年 昭和59年	第1回弘前城ミス桜コンテスト開催
1989年 平成元年	弘前公園の一部区域有料化 日米の桜の女王が来弘
2008年 平成20年	さくらまつりの人出が過去最高 292万人を記録
2015年 平成27年	弘前城天守曳屋工事
2016年 平成28年	弘前城石垣解体工事着手
2017年 平成29年	さくらまつり 100年目
2018年 平成30年	さくらまつり 100周年
2020年 令和2年	さくらまつり 100回目



▲廃藩まもないころの弘前城（推定明治 10 年以前）

▲芸妓の手踊り（大正時代）  
二の丸からの美観（大正末期）▶

▲パレードを進む津軽情張り太鼓（昭和 45 年）

▲第1回弘前城ミス桜  
(昭和 59 年)▲日米の桜の女王が来弘  
(平成元年)

▲天守曳屋後の本丸（平成 30 年）

## 旧藩士が植えた弘前公園の桜

▲菊池権衛  
(1846 ~ 1918)

▲弘前公園の桜の木（大正4年）

明治 4 年の廃藩後、荒れ果てた城跡（後の弘前公園）を見かねた旧藩士の内山覚弥が、明治 13 年に自費で桜 20 本を植えたとされています。その 2 年後、青森県に初めてりんごの苗木を植えた人物といわれる同じく旧藩士の菊池権衛は、当時、まだあまり知られていないソメイヨシノ（吉野桜）を 1,000 本寄贈・植樹しました。しかし、明治維新後の混乱や士族の気風も強かった時代でもあり、「お城を行楽の地にするとは何事か」と植えた苗木が折られたり、引き抜かれたりすることもありました。

菊池の試みが頓挫して、内山も再び桜を植えることを決意し、市議会議員の任期中も桜の植樹を主張し、大正天皇の結婚記念としてさらに 1,000 本の桜が植えられました。そして、昭和 31 年、元市議会議員の福士忠吉がソメイヨシノ 1,300 本を寄贈し、現在の弘前公園の桜の姿が整えられました。

## 観桜会～始まりのきっかけ～



▲春の天守（大正5年）

大正に入り、若者たちが結成した「呑気俱楽部（のんきくらぶ）」は、弘前の桜を全国に紹介したいと考えました。彼らは、大正 5 年、東京から活動写真（映画）の技師を呼んだり、公園内に出店を置いたり、仮装やはやしとともに市中パレードに繰り出して花見の宴を開きました。この観桜会は、後のさくらまつりの先駆けになったと言われています。

大正期の観桜会の映像  
「弘前呑気俱楽部観桜會之光景」

「プロモーションサイト弘前市 YouTube」で検索



## 大正時代の観桜会

大正 7 年 5 月 3 日午前 7 時、打ち上げ花火がどろき、第 1 回観桜会が幕を開けました。元寺町、百石町などの大通りでは、日の丸を掲げ造花を飾りつけ、中には紅白の幕を張りめぐらせている商店もありました。二の丸裏手の舞台では、弘前の芸妓たちの手踊りが観客を集め、山車・自転車競争・相撲大会・花火打ち上げなど、さまざまな余興が繰り広げられました。中でも人気だったのは、仮装大会でした。

翌年の観桜会では、津軽民謡や曲芸の見世物興行も小屋掛けされ、近隣の村から多くの花見客が訪れるようになりました。また、大正 10 年には、天守にイルミネーションが施されるなど、夜遅くまで観桜会を楽しむ人でにぎわいました。



▲⑦天守と下乗橋付近（大正中期）、⑧ライトアップされた天守（大正中期）、⑨仮装行列

## 世界に紹介された弘前の桜

昭和 4 年、鉄道省が全国の桜の名所を撮影し、それを『桜咲く日本へ』と題して海外で放映すると、弘前公園の桜は大変好評でした。フィルムは、『弘前城と桜』の題名で、アメリカ、ヨーロッパで公開されただけでなく、海軍の練習艦隊が持参し、世界の港で公開されました。



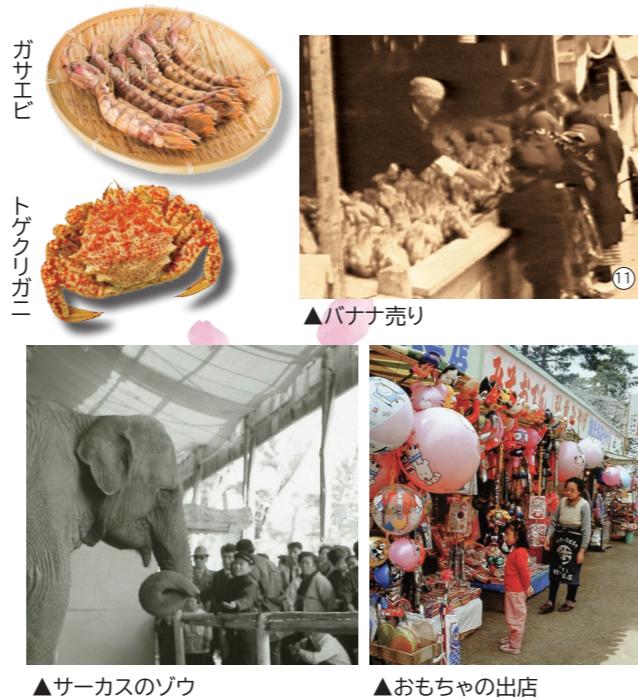
▲桜の二の丸（昭和初期）

参考文献：「新編弘前市史」／掲載写真：①・③・⑥ 「ふるさとのあゆみ弘前」、②・⑤・⑦・⑧・⑨・⑩ 「山上貢旧蔵写真コレクション」、④ 「りんごの碑」【全て弘前図書館蔵】

## あのころの 花見の楽しみ

さくらまつりと言えば出店。大正8年に、土手町のカネク野崎商店がまつりの出店でパンを売り出したところ大人気となり、その後も注文が増え続けたため、東京から職人を招いて本格的に売り出し、翌年には1日に食パンを1,000斤作るほど盛況であったという記録があります。また、近ごろはあまり目にすることもなくなりましたが、観桜会のごちそうと言えば、トゲクリガニとガサエビ（シャコ）とバナナでした。大正8年にはすでにバナナの屋台が出店していました。当時、バナナといえば高級品で、「（ハレの日である）観桜会でなければ食べられない」と言われたほどでした。観桜会ではおしゃれをして、バナナを食べるのが子どもたちの楽しみでした。

参考文献：「新編弘前市史」／掲載写真：⑪「桜と雪の地」【弘前図書館蔵】



4代目 黒沼三千男さん

代々受け継ぐ  
出店とともに



弘前公園での三忠食堂の出店

明治中ごろ、津軽そばの屋台から始まったという「三忠食堂」。さくらまつりでは大正時代の観桜会から店を出しています。現在、店主を務めるのは4代目の三千男さん。物心ついたころから、さくらまつりを見てきました。

「曾祖父の代から観桜会で出店をしています。2回目か3回目の観桜会にはすでに店を出していたと聞いています。子どものころは、まつりの時期になると、周りの友達が遊んでいるときに店の手伝いをしないといけないのが大変でした。でも、友達には『毎日弘前公園にいられてうらやましい』と言われたものです。実際、お客様が少なくなる時間帯には、お小遣いをもらって、コイを釣りに行ったり、買い物をしたり、サーカスでゾウやライオンを見たりした楽しい思い出もあります。」

「私が子どものころは、お酒を飲んで騒ぐという

ことは、観桜会のときくらい。夜遅くまで観桜会で騒いで、羽目を外す人が多かったです。子どもたちは、バナナを買ってもらって、そばを食べて帰ることが楽しみでした。今みたいに、物や食べ物が豊かな時代ではなかったので、さくらまつりは特別なものでした。」

「最近は外国人のお客さんが多い印象を受けます。混んでいて長い時間並んでも、うちのそばを食べていってくれる常連のお客さんやさくらまつりに来るたびに店に寄ってくれる県外からのお客さんもいて、ありがとうございます。」

今は5代目となる息子の卓也さんが店を手伝えています。

「代々受け継ぎましたが、『続ける』ということは大変なことです。親心としては息子には無理しないで、できる範囲でやってほしいですね。」

## 桜を守る

ソメイヨシノの寿命は、60年だと言われています。弘前公園の桜は、明治時代に植えられたものが多く、昭和20年代に入ると徐々に衰え始めました。

昭和27年、実家がりんご農家だった弘前公園管理事務所（現在の公園緑地課）の職員が、衰えていく桜を見かね、りんごの栽培方法を参考に、不要な枝を切るせん定をしたり、樹の下に肥料を入れる施肥（せひ）をしたり、薬剤を散布したりするなど、さまざまな方法を試みました。「桜切る馬鹿、梅切らぬ馬鹿」ということわざがあったことから、当時は非難された管理方法でしたが、桜は年々よみがえり、今では「弘前方式」として、全国的にも手本とされる管理方法となりました。そして、それを受け継ぎ、現在も桜を守り続けるのが弘前公園のチーム桜守です。桜守の仕事について聞きました。

海老名 作業で難しいのはせん定ですね。橋場 数年後

の姿を予想しながら、切る枝を決めます。教科書通りにはいかないし、有名な木の枝を切るときは緊張します。

小林 每年、市民が見る桜。形を変えずに毎年良い花を咲かせることができるのは難しいです。せん定する理由を、現場の作業員だけでなく、見に来るお客様にも説明できないといけない。以前、かなり腐っていたので、切らなくてはいけなかった「最古のソメイヨシノ」の太い枝を切る時は悩みました。兄（前任の樹木医であった小林範士さん）が退任し、現場を指導する人がいない期間に、桜が弱ってしまったのです。桜は手入れを怠ると、その後の4、5年は良い花が咲かなくなってしまいます。



橋場 過去の作業の結果が桜の花に現れるので、さくらまつりの時は、きれいに咲いた花を楽しみながらも、次の手入れ方法を考えています。

小林 きちんと手入れをしている桜の寿命はないようなものです。

弘前の桜がこれほど豊かに咲くのは、1本1本の木に対して、たくさんの人と予算をかけて手入れをさせてもらえるからです。それにはやはり、市民の理解がなければできないことなので、とてもありがとうございます。

海老名 さくらまつりのときに、お客様に「こんなにきれいに咲かせてありがとうございます」と言われたことがあります。それがすごく励みになっています。

小林・橋場 私も言われたことがある!嬉しいですよね。

海老名 桜守の仕事は、咲き始めから散るまで毎日桜を見ることができます。体力的にはきつい時もありますが、幸せだと思います。

橋場 さくらまつり100回目ってすごいですよね。弘前の桜を見た子どもが、大人になってから桜を見て、そのときの光景を思い出すような、人の心に留まるような弘前の桜、ふるさとの桜を育てていきたい、見てもうしたいと思つています。



# 100回目のさくらまつりは 4月23日から5月6日まで開催します



# 新春特別企画！！！

## クロスワードパズルで福袋を当てよう！

クロスワードパズルの正解者の中から抽選で10名様に、福袋をプレゼントします。

解き方は簡単。右ページのヒントを基に、マスの中に書かれているA～Pを順番に並べると質問になっていますので、その質問の「答え」を書いて応募してください。

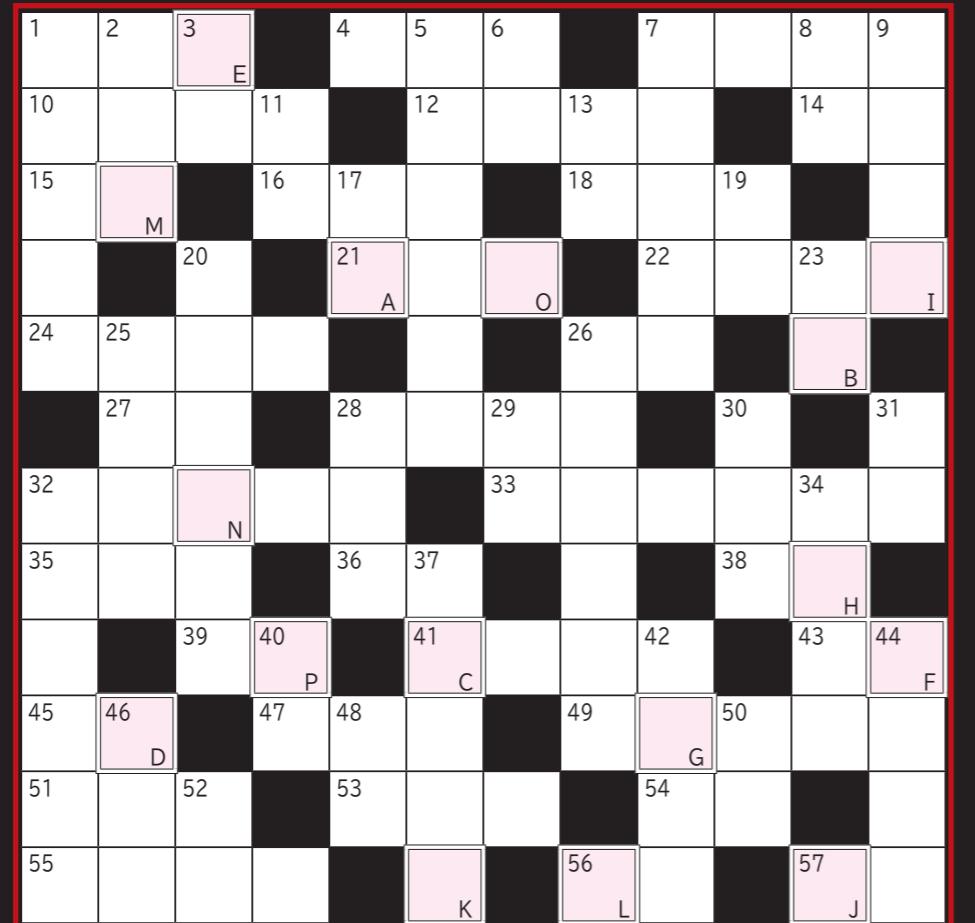
▼応募方法 ①件名「クロスワード応募」、②質問の答え、③住所、④氏名、⑤年齢、⑥電話番号、⑦本誌へのご意見・ご感想、⑧広報ひろさきで取り上げてほしい企画・コーナーを記入し、郵送、ファックスまたはEメールで、広聴広報課（〒036-8551、上白銀町1の1、ファックス35-0080、Eメールkouhou@city.hirosaki.lg.jp）へ。

▼応募締切 1月24日（当日消印有効）

※応募は1人1通までとし、当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。必要事項に不備がある場合は抽選の対象外となります。なお、応募に際して取得した個人情報は、プレゼントの発送のみに使用します。

※パズルと質問の正解は広報ひろさき2月1日号に掲載します。

■問い合わせ先 広聴広報課（☎35-1194）



### 【質問】



にもなっている



で一番



は？



### 弘前つ子の作品

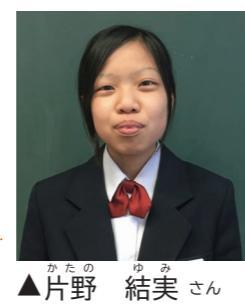
Vol. 9

平成30年度弘前地区小・中学校美術展で受賞した作品を広報ひろさきで10回に分けて紹介します。子どもたちの夢、楽しい思い出、豊かな心をご覧ください。

#### ■問い合わせ先

教育センター（☎26-4803）

苦労したのは、毛並みと肉球です。先生に猫を持ってもらって塗りました。



### 【タテのヒント】

- 1 イカの足を包丁でたたき、季節の野菜や小麦粉と混ぜて、揚げたり焼いたりする家庭料理
- 2 十和田湖に隣接している秋田県の町。現存する日本で一番古い木造芝居小屋「康楽館」などが有名です。●●●町
- 3 昨年4月にリニューアルオープンしたりんご公園内にある施設は、りんごの●●
- 5 昨年8月から土手町にある一戸時店内に移転した団体の名称は、弘前れんが倉庫美術館開館●●●●●●
- 6 弘前公園内、緑の相談所の中庭にあるのは日本で最も●●が太いソメイヨシノ
- 7 弘前でも春の食材として親しまれるキク科フキ属の多年草
- 8 青森県ではつがるロマンや晴天の霹靂などの品種があります
- 9 すぐれた君主のこと。津軽氏では4代藩主信政などが●●●と評されています
- 11 チラシのこと。観桜会では大正11年から県外に宣伝するために秋田方面各駅に配布されました
- 13 渋みのものはタンニンで、アルコールを分解する作用があるとされている秋の果物
- 17 植物の生育をよくするため、土壤に肥料を施すこと。弘前公園の桜の木の管理に欠かせません
- 19 亀の●●より年の●●

### 【ヨコのヒント】

- 1 動物ひろばやオートキャンプ場などがあり、多くの家族連れてにぎわいます。弥生●●●のひろば
- 4 飲食物の味加減を調べるために少量口に入れてみること
- 7 まだまだ被害に遭う人が多いので気を付けてください！オレオレ詐欺や●●●●詐欺
- 10 今は見なくなりましたが昔の観桜会のごちそうといえば、トゲクリガニと●●●●とバナナ
- 12 雪国的人は雪が降るとこれが大変です
- 14 5月を英語で言うと
- 15 英語で機械装置の略称。タメノブーンV（ファイブ）などのロボットを指す場合も
- 16 禅林街にある栄螺堂は直進階段と右回りの●●●状の回廊を持つお堂です
- 18 山の木かけなどに生える大型菌類の通称。津軽地方ではサモダシ（ナラタケ）などが親しまれています
- 21 東京都千代田区に所在する●●●公園。園内には公会堂や野外音楽堂などもあります
- 22 郵送でクロスワードの応募をする場合は、必要事項を記入してポストに●●●●してください
- 24 統計法に基づき、5年に一度人口や世帯などを調べるために今年も行われます。国勢●●●●
- 26 銅屋町の最勝院にあるのは東北一と称される五重（ごじゅうの）●●
- 27 鍛冶町は迷宮のような路地●●が多いのも魅力です
- 28 レールの上で列車を走らせ人や貨物を運ぶ交通機関

20 下土手町と中土手町をつなぐ橋の名称

23 寝るときに蚊などから人を守るために張ります

25 弘前市には旧弘前市立図書館や旧東奥義塾外人教師館など、明治期からの●●●●●が数多くあります

26 岩木地区で採れるのは嶽きみ。一般的な名称は●●●●●●

28 りんごの栽培に必要な花摘み、実すぐりのこと

29 今年はねずみ●●

30 弘前市は●●●と文化を大切にしてきたまちです

31 弘前の食文化、津軽そばや津軽ラーメンは●●類です

32 拠点となる空港や駅から観光地までの交通のこと。弘前では自転車のサイクリングなどもあります

34 12月に入ると冬が●●●●でやってきます

37 市の花と同じ名前を持つ貝

40 燃料として用意された木（枝を含む）や木材

42 ねぶたの額と呼ばれる部分の正面にはこの文字が入ります。天の川のこと

44 消え残った雪のこと

46 だいたいこうだらうと見込みを立てる。見当をつけること。●●●をつける

48 現在の山形県を除く東北の一部に相当する地域の昔の名称。りんごの品種の名前にもなっています

50 お正月に飲む縁起物の酒。お●●

52 茨城県の県庁所在地は●●市

32 土淵川の支流で弘前公園内の西濠に沿って流れ、三の丸と四の丸を隔てており、園内では賀田橋と波神（はね）橋がかけられています

33 総合計画審議会などの附属機関は、市が専門家などの意見を聴くための●●●●●です

35 今年6月に高照神社馬場跡で行われた流鏑馬（やぶさめ）は●●●一体となった華麗な技で観客を沸かせました

36 観光舟の船頭さんは、菅（すげ）●●をかぶって舟を巧みに操ります

38 強風などの悪天候のために海上が荒れること

39 海、湖、川などの水に囲まれた陸地

41 昨年ターミナルビルをリニューアルし、近年では国際線も増えました。青森●●●●

43 市町村内を小区分した地名表示で大●●と小●●があります

45 ●●を塩漬けにした後、シソで巻く津軽の郷土料理。あんずを使うこともあります。しそ巻き●●

47 前川國男の日本での初作品。●●●産業研究所

49 東京都近郊の都市で業務機能の分散などを目的に開発された地域。さいたま●●●●など

51 暖かくなってくると桜の●●●が膨らんで色付き始めます

53 青森県西部を指して言う地域呼称。●●●地方。太宰治の小説のタイトルにもなりました

54 人口が減少したため、地域社会の機能が低下している地域。●●地域

55 弘前公園の北東に配置された●●●●●櫓

56 牛●●といえば宮城県仙台市が有名

57 弘前でねぶたまつりが開催される季節

### 弘前つ子の作品

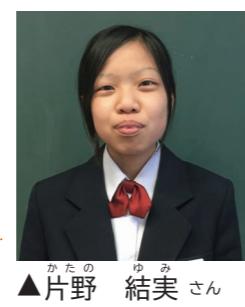
Vol. 9

平成30年度弘前地区小・中学校美術展で受賞した作品を広報ひろさきで10回に分けて紹介します。子どもたちの夢、楽しい思い出、豊かな心をご覧ください。

#### ■問い合わせ先

教育センター（☎26-4803）

苦労したのは、毛並みと肉球です。先生に猫を持ってもらって塗りました。



たか丸くんと学ぼう♪

おもてなし

Omotenashi English

英会話

東京オリンピック・パラリンピックに向けて、国際的なおもてなしを学ぼう！

Lesson 5

知っておくと便利な単語 交通編

ステーション 駅 bus stop バス停

ローカル トライン local train 普通電車

エアポート バス airport bus 空港バス

エクスプレス トライン express train 特急電車

タクシー スタンド taxi stand タクシー乗り場

バイク レンタルズ bike rentals レンタルサイクル



たか丸くんのアドバイス

市内の100円バスの中やバス停にも英語の表記があるって知ってた？機会があったら見てみてね。

# 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。

■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）

◆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。

### 令和元年度 除雪計画

#### ●一般除雪（作業時間帯：午前1時～6時）

▼出動基準…雪の降り始めから根雪になるまでは、午前0時の降雪量が15cm以上に達した時。根雪期間は、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期に排雪を実施。

●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14台で行います。

#### 【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行います。

#### 【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。

#### 【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等の間口の寄せ雪処理などを行う目的で、小型除雪機を町会に貸し

出しています（令和元年度貸出町会数：66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200円〈年1回を限度として支給〉）。

#### ■問い合わせ先 道路維持課（☎ 32-8555）

#### 【地域除雪窓口設置】

今シーズンは裾野地区のうち1・2工区、和徳地区のうち5・6工区、城東地区のうち7・10工区、岩木地区のうち17・18工区で地域除雪窓口を実施します（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 裾野地区のうち1・2工区…須藤重機（☎ 090-2278-6162）／和徳地区のうち5・6工区…三上興業（☎ 090-2024-6758）／城東地区のうち7・10工区…相馬土木（☎ 090-3642-3012）／岩木地区のうち17・18工区…兼任興業（☎ 080-6023-9038）

#### 【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。

除雪についてのお願い／雪置き場情報／融雪装置設置資金貸付制度／雪対策総合プラン／弘前市除雪計画／除雪担当業者／降・積雪と除雪経費／除雪要望等の件数など



## 効率的な除雪作業にご協力を

通勤・通学時間帯に交通渋滞を起こさないよう、通常行う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、次のことについて、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、交通事故の原因にもなりますので、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 令和元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。

## 連載 新中核病院

### 第12回 準備工事



#### 「準備工事進んでいます」

新中核病院の整備に向け、国立弘前病院では既存施設の解体等の準備工事が進んでいます。弘前病院を利用している人や近隣住民の皆さん、通勤・通学等で付近を通行するにはご不便をお掛けしていますが、ご理解とご協力をお願いします。



# 弘前城 雪燈籠まつり 2月8日～11日



弘前公園を会場に市民手作りのまつり「弘前城雪燈籠まつり」を開催します。今年の大雪像は「旧弘前偕行社」です。

## 【雪燈籠制作者を募集】

まつり運営委員会では、雪燈籠や中雪像、ミニ雪像、雪だるまの制作者を募集しています。

▼制作期間 1月31日～2月7日

▼参加条件 制作費・用具などは制作者が準備し、制作期間内に完成させること

## ▼制作内容

①雪燈籠の制作者には、型枠、制作手引きを用意／②中雪像の

制作者は、主催者が設ける幅3m、高さ4mの雪柱を素材に制作／③ミニ雪像の制作者には、型枠を用意。高さ2mの雪像を制作／④雪だるまは高さ約1.5mのものを制作

※制作場所はまつり運営委員会が指定し、配置図を後日送付します。

▼申込先 1月9日までに、弘前城雪燈籠まつり運営委員会(市役所5階、観光課内)へ。

## 【弘前雪明り】

## ボランティア募集】

まつり期間中、弘前公園北の郭で開催される「弘前雪明り」の運営ボランティアを募集します。園内を飾るろうそくのほのかな明かりをあなたの手でともしてみませんか。

▼日程と内容 2月8日～11日、昼の部(午後1時～4時)＝ろうそくを入れるカップへの雪詰めおよびカップの会場内への設置など／夜の部(午後4時～9時30分)＝ろうそくを入れ

るカップへの雪詰め、ろうそくの点火、来場者へのカップの配布、終了後のカップの回収など

▼その他 謝礼や交通費、食事の支給・提供はありませんが、弘前城無料入場券を1枚差し上げます。／屋外での作業のため、防寒対策を忘れずに。

▼申込先 1月30日までに、観光課へ。

## 【雪の提供にご協力を】

まつりの雪像などを作るため、除雪した雪が必要です。

▼搬入期間 1月18日・19日の午前9時～午後4時

▼搬入場所 弘前公園四の丸レクリエーション広場

▼注意 汚れていない雪をお持ちください。公園には「緑の相談所」側の入り口から入り、係員または看板の指示に従ってください。ただし、園内の雪の状況で、搬入をお断りする場合もあります。

■問い合わせ先 観光課誘客推進係 (☎ 35-1128)

シリーズ⑧  
どうする空き家!?  
空き家に関する役立つ情報を定期的にお知らせします

## 弘前圏域空き家・空き地バンク



【空き家の総合相談窓口】 建築指導課空き家対策係 (☎ 40-0522)

## 【空き家はしっかり管理しましょう ～定期的な点検と補修が必要です～】

空き家は適正に管理しないと老朽化が進み、台風や地震などで建物や塀が倒壊したり、樹木が倒れたりすることもあります。近隣の建物に被害を与えること、他人にけがをさせた場合、空き家の所有者や管理者は、管理責任を問われ、損害賠償を請求されることがあります。

空き家が周辺に迷惑をかけないようにするには、日頃から定期的に建物の状態を点検し、不良箇所が見つかった場合は補修を行うことが大切で

す。自分で活用する予定がない空き家は空き家バンクを通じた売却、賃貸を検討しましょう。

## 【弘前圏域空き家・空き地バンク】

弘前圏域8市町村(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)と宅建業者、金融機関が協力して運営しています。

空き家・空き地を売りたい人、または空き家を貸したい所有者の物件を登録し、ホームページで公開するなど、買いたい人・借りたい人との橋渡しを行っています。詳しくは市ホームページで確認するか、建築指導課へ問い合わせください。

## 弘前圏域空き家・空き地バンク登録物件募集中！



空き家をお持ちの人は、気軽にご相談ください。農地付きの空き家も登録可能です。

■問い合わせ先 弘前圏域空き家・空き地バンク協議会事務局(建築指導課内、☎ 40-0522)

## 20歳になつたら国民年金



います。

## 【保険料の納付について】

国民年金保険料納付書により、金融機関またはコンビニエンスストアで納付できます。また電子納付、口座振替、クレジットカード納付も可能です。

## 【保険料の納付が難しいとき】

○学生納付特例制度…在学中で所得が一定以下の場合、保険料納付が猶予される制度です。

○納付猶予制度…50歳未満で学生以外の人の保険料納付が猶予される制度です。

※学生納付特例、納付猶予は年金を受け取るために必要な期間として計算されますが、老齢基礎年金額には反映されません。

■問い合わせ先 国保年金課国民年金係(市役所1階、☎ 40-7048)／弘前年金事務所(外崎5丁目、☎ 27-1339)

新成人の皆さんへ

国民年金は、老後の暮らしをはじめ、事故などで障がいを負ったときや、家族の働き手が亡くなったときに、みんなで暮らしを支え合うという社会保険の考え方から作られた仕組みです。

## 【国民年金加入について】

20歳を迎えると、国民年金の第1号被保険者(20歳以上60歳未満の農業者・自営業者・学生・無職の人など)として加入したことのお知らせ、国民年金保険料納付書、学生納付特例制度の申請書などの書類が届きます。(すでに第2号被保険者、第3号被保険者になっている人を除く)

※第2号被保険者…会社員・公務員など／第3号被保険者…第2号被保険者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者(年収130万円未満)

※令和元年10月前に20歳になった人には、国民年金に加入するための手続きの案内を送付して

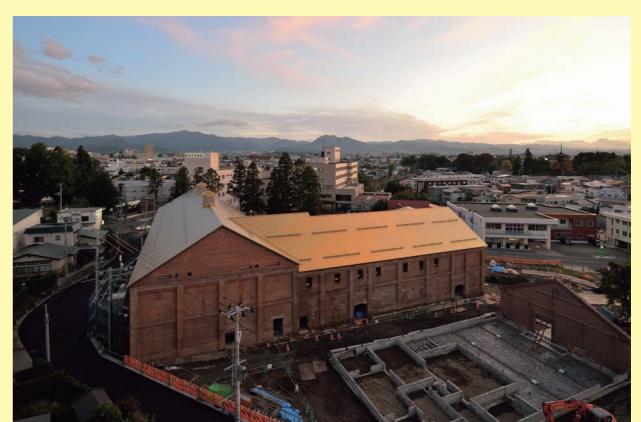
令和2年4月11日開館！！

弘前れんが  
倉庫美術館  
アート通信

第2回

美術館の楽しみ方

■問い合わせ先 吉野町緑地整備推進室(☎ 40-7123)



©NAOYA HATAKEYAMA

弘前れんが倉庫美術館のオープンまであと約100日となりました。建物の改修工事とともに、展覧会やイベントなどプログラムの準備も進んでいます。

オープニングを飾る最初の展覧会「Thank You Memory -醸造から創造へ-」では、国内外から8人の現代アーティストたちが弘前ならではの作品を発表します。奈良美智さんの作品《A to Z Memorial Dog》も館内のエントランスで展示され、来館する皆さんを迎えます。

また、美術館では、多くの人が利用できるよう3つのスタジオや市民ギャラリーも備えています。楽器練習、ダンスレッスンや映画上映、3Dプリンターやパソコンを使った制作など、さまざまな活動ができます。その他にもアートに関する本が読めるライブラリーがあり、Wi-Fiも利用できるので、調べものや勉強するスペースとしてもご活用ください。授乳室やベビーカーの貸し出しもあり、子どもと安心して過ごすことができま

す。街なかや緑地を散歩し、併設するカフェやショップでひと息つくのもいいかもしれません。4月11日の開館後はぜひいろいろな楽しみ方を見つけてみてください。

## ○弘前れんが倉庫美術館基本情報○

▼住所 吉野町2の1

▼開館時間 午前9時～午後5時

※金・土曜日に限りスタジオ、ライブラリーのみ午後9時まで開館。

▼休館日 火曜日(祝日の場合は翌日が休み)、年末年始

※弘前さくらまつりおよび弘前ねぶたまつりの期間中は全日開館。

●ホームページ(<http://www.hirosaki-moca.jp>)、インスタグラム、ツイッター、フェイスブックでも最新情報を確認できます。

# 令和2年度市民税県民税申告のご案内

「令和2年度市民税県民税申告のお知らせ」を、1月15日号広報ひろさきと同時配布する予定です。お知らせをご確認のうえ、申告が必要な人は忘れずに申告をしてください。

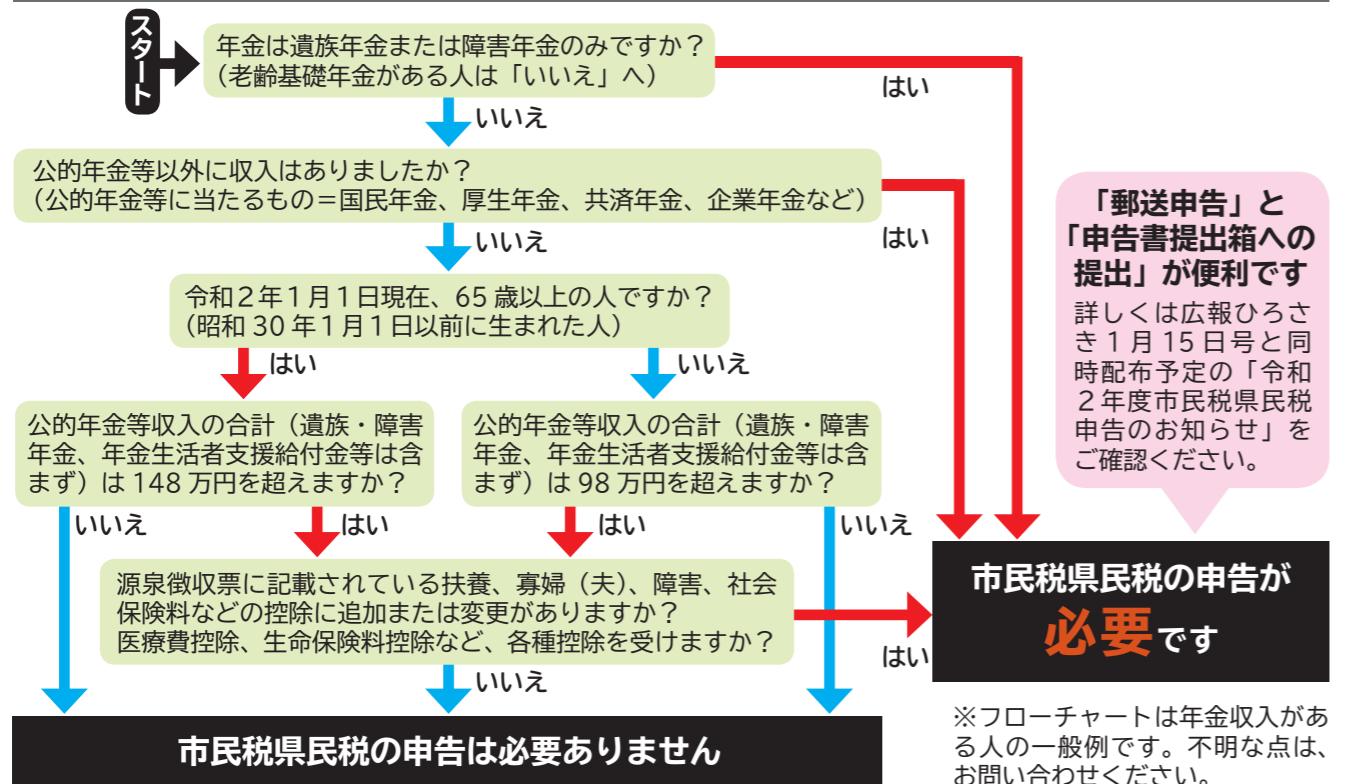
## 【年金収入がある人の申告について～所得税の確定申告や市民税県民税申告が必要か確認を～】

収入が公的年金等のみの人で、年金支払者から市に対して公的年金等支払報告書（年金受給者に送付される源泉徴収票と同様のもの）が提出されている場合は、原則申告は不要です。ただし、申告が必要な場合もありますので、下記の「年金収入フローチャート」をご確認ください。

### ●所得税の確定申告について

公的年金等（国民年金、厚生年金、企業年金な

## 年金収入フローチャート



令和2年度申告受付期間および受付会場			
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（木）～2月14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17日（月）～3月16日（月）		
相馬総合支所地区	2月10日（月）～14日（金）	相馬総合支所1階多目的室	午前9時
岩木総合支所地区	2月19日（水）～3月11日（水）	岩木総合支所1階多目的室	～午後4時
裾野地区	1月28日（火）	裾野地区体育文化交流センター	午前9時30分 ～午後4時
高杉地区	1月28日（火）・29日（水）	北辰学区高杉ふれあいセンター	
新和地区	1月29日（水）・30日（木）	新和地区体育文化交流センター	
城東地区	1月30日（木）・31日（金）	総合学習センター	
船沢地区	1月31日（金）、2月3日（月）	船沢公民館	
石川地区	2月4日（火）・5日（水）	石川公民館	
東目屋地区	2月5日（水）	東目屋公民館	

※受付期間は、土・日曜日、祝日を除きます。

# 弘前市誕生130周年特別企画 懐かしの風景 —あの場所はいま—



▲昭和 30 年 (1955) 頃

写真の建物は昔の弘前駅です。朝の通学時の様子でしょうか。制服を着たたくさんの学生の姿が見られます。中には下駄を履き、風呂敷包みを持って登校する人もいました。



## ▲現在

駅舎は駅ビルとなり、駅前にはタクシーやバスの乗り場が整備されました。通勤する人や観光客など、毎日たくさんの人や車が行き交う弘前の玄関口です。

# 地域おこし協力隊の 活動報告 File.10

地域活性化のために日々活動している「地域おこし協力隊」の活動を毎月紹介します。

■問い合わせ先 企画課 (☎ 40-0632)

Next Commons Lab 弘前（ネクストコモンズラボヒロサキ 通称：NCL 弘前）は地域おこし協力隊制度を活用し、地域資源を活用した新たなビジネスモデルの創出を目指す取り組みで、昨年から始まりました。私たちはこの取り組みのコーディネートを担っており、主にラボメンバーと呼んでいる起業家への支援や、内外への情報発信、拠点運営を行っています。

石山にとって弘前は学生時代に過ごした思い出深いまち、一方の森田は東京暮らしが長く弘前は縁もゆかりもないまち、と背景は違います。ですが、弘前に愛着をもっていること、「自分がこうありたい」「こうあって欲しい」と新しい取り組みを実現していきたいという思いは一緒で、現在活動しています。

今春、拠点となる  
HIROSAKI ORANDO  
(弘前オランド) を百石



HIROSAKI ORANDO (百石町 47 の 2)  
■問い合わせ先 nclhirosaki@googlegroups.com

町にオープンしました。現在はコワーキングカフェやイベントスペースとして運営し、ミニシアター系の映画上映会「ORANDO Cinema」や日中からお酒を楽しむ「アペロ」イベント、地元の人にカウンターに入ってもらう「日替わりバーテンダー」を月に一度開催しています。各メンバーの個性を生かしたイベントも随時開催していますのでSNSをのぞいてみてください！そのほかの利用の相談もお待ちしています！

今後は飲食店 & ギャラリー機能を拡張し、2階にゲストハウスをオープン予定です。建物全体で、食べたり飲んだり、アート制作や展示、イベント開催や宿泊ときままざまなことができるようにしていきます。何かをしたい人や応援したい人が気軽に集まることができ、津軽弁由来の「オランド」の名前の通り、自分の居場所として使ってもらえる場にしていきたいです。





# 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★

## 岩木文化祭



11月23日・24日 岩木文化センター（賀田1丁目）ほか

**開**会式での鏡開きを皮切りに、歌や踊りなどの芸能発表では、子どもから大人まで日頃の活動の成果を存分に披露しました。また、手芸や絵などの作品展示や、あけびづる細工や津軽三味線の体験コーナー、ふろしき市なども設けられ、来場者はさまざまな催しを楽しみました。

## 弘前市場まつり



11月23日 弘前水産地方卸売市場（末広1丁目）

**市**民の台所としての市場を広く周知する目的で開催されました。力二の大鍋のふるまいや、大間産本マグロ解体販売など、新鮮な魚介類や青果物などを求めて多くの人でぎわいました。

## フリースタイルマーケット in クリスマス



12月1日ほか 市立観光館（下白銀町）

**今**年最後の追手門広場フリースタイルマーケットとなりました。訪れた人々は出店者との交流を楽しみながら、目当ての物や掘り出し物を買い求めていました。

## グッドトイ 2019 in ひろさき



11月30日・12月1日 ヒロ口（駅前町）

**木**製玩具を中心に、実際におもちゃで遊ぶことができるイベントです。子どもたちはおもちゃを通して、きれいな色や形、素材の持つ肌触りなどを感じ取っていました。

## 弘前エレクトリカルファンタジー



12月1日～2月29日 市役所前庭ほか

**弘**前市の冬の風物詩であるイルミネーションが今冬も始まりました。期間中は弘前公園や文化財施設など市内各所で点灯しますので、ぜひお楽しみください。

## 学生企画 コーナー

ひろレポとは…若者目線で弘前のこと伝えようと発足した、本コーナーを担当する大学生グループです。

# もっともっと♥弘前！

{  
reported by  
ひろレポ  
Hirosaki Reporters  
}

## 冬の弘前公園を楽しもう !!!

～スマートグラスガイドツアー体験～

あけましておめでとうございます。今年もひろレポをよろしくお願ひいたします！  
さて、雪がだんだんと深くなってきましたね！

今回は、冬でも弘前公園の四季を楽しめるスマートグラスを体験してきました。

### スマートグラスってなに？？



▲スマートグラスとイヤホン

スマートグラスとは、メガネをかけるように頭部に装着して使用するウェアラブル端末のことです。ガイドツアーでは、このスマートグラスとイヤホンを装着することで、日本一と称される弘前公園の桜をはじめとした360度パノラマ画像や、弘前城の歴史紹介を楽しむことができます。ガイド音声は6カ国語（日本語、英語、韓国語、中国語、タイ語、フランス語）に対応しており、外国人観光客も気軽に利用できます。

実際にスマートグラスを装着し、ガイドツアーに参加しました！操作も簡単で、初心者でも楽しむことができます。ガイドさんとのお話もとても楽しく、時間を忘れて体験させていただきました（^^）



▲杉の大橋付近

この場所でスマートグラスを通して景色を見ると、映し出されたパノラマ映像で、目の前の雪景色が春の満開の桜の景色と秋の紅葉の景色に変わり、まるで実際にその季節にいるような気分を味わうことができました！



▲南内門

門の扉や柱にはくぎが一切使用されておらず、木と木を組み合わせて作られています。また、門扉の外側をよく見ると小さなハートマークが！これは「猪目」と呼ばれ、敵を内側に入れないための魔除けとしてつくられたと言われています。



### 市民へのメッセージ



▲ガイドの工藤さん

弘前は春や秋の観光が一番と思われがちですが、いつもても思い出に残る体験を、今後もお客様に提供したいと思っています。市民の皆さんもぜひ体験して、弘前をPRしてもらえば嬉しいです！

### 弘前公園スマートグラスガイドツアー

- ▼と き ①午前10時30分～、  
②午後2時～（共に70分程度）
- ▼コース 藤田記念庭園～追手門～南内門～下乗橋～本丸展望所～武徳殿
- ▼体験料 1,000円 ※事前の申し込みが必要。
- ▼対 象 中学生以上（保護者の同意があれば小学生以下の体験も可。）
- 問い合わせ先 藤田記念庭園（☎ 37-5525）

### 編集後記

取材日は雪が降っていて弘前公園は一面雪景色でしたが、スマートグラスを通して見えた弘前公園の春や秋の景色に、私たちは寒さを忘れて見入ってしまいました。ツアーは1年を通して行われており、年末年始も体験ができます。この冬は家族や友人、恋人とスマートグラスを体験し、弘前の春を待ちませんか？

# 暮らしの Information

## イベント

### 藤田記念庭園1月の催し

#### 【新春ヴァイオリンコンサート】

▼とき 1月4日(土)  
午後2時～3時30分

▼ところ 洋館1階ホール

▼観覧料 無料

#### 【冬季開園】

▼とき 4月上旬までの午前9時～午後5時

▼入園料 無料

※一部のエリアは閉園中。

■藤田記念庭園(上白銀町、☎ 37-5525)

### 第14回自然環境学習会

ひろさき環境パートナーシップ21(HEP21)による学習会を開催します。

▼とき 1月11日(土)

午後1時～4時30分

▼ところ 市立観光館(下白銀町)多目的ホール

▼内容 「新種クロビロードスカシバについて」、「海洋プラスチックゴミを解決する3R」などの発表。

有料広告

岡字獅子沢)

▼その他 入館には、年齢を確認できるもの(二十歳の祭典で配布される手提げ袋も可)の提示が必要

■生涯学習課(☎ 82-1641)／市立博物館(☎ 35-0700)／高岡の森弘前藩歴史館(☎ 83-3110)

### 鳴海要記念陶房館の催し

#### ◎映画にぎお切り絵展

#### 【ちょきちょきシネマ～初笑い】

▼とき 1月5日～13日の午前9時～午後4時(最終日は午後3時まで)

▼内容 青柳省吾さん(切り絵作家)による切り絵作品展示

▼観覧料 無料

■鳴海要記念陶房館(賀田字大浦、☎ 82-2902、火曜日は休み)

### 二十歳の祭典

▼とき 1月12日(日)  
午前11時～

▼ところ 市民会館(下白銀町)

▼内容 成人式、成人祭

▼対象 平成11年4月2日～平成12年4月1日に生まれた人

▼その他 当日は市民会館に駐車はできません。また、交通渋滞緩和のため、午前10時～午後1時は市役所・茂森方面から市民会館への右折進入を禁止します。

■新成人は博物館と高岡の森弘前藩歴史館観覧料が無料】

▼とき 1月11日～13日の午前9時30分～午後4時30分

▼冬季開館日 土・日曜日と祝日、小・中学校の冬休みおよび春休み期間。ただし1月1日～

有料広告

### こどもの森1月の催し

#### 【自然教室『弓矢体験』】

▼とき 1月12日(日)  
午前10時～正午

▼持ち物 飲み物、手袋、替えの下着・靴下、防寒着

▼とき 1月11日～13日の午前9時30分～午後4時30分  
▼冬季開館日 土・日曜日と祝日、小・中学校の冬休みおよび春休み期間。ただし1月1日～

3日は休み。

■こどもの森ビジターセンター(坂元字山元、久渡寺境内、☎ 88-3923)／市みどりの協会(☎ 33-8733)

### 新春恒例 消防団出初式

「災害のない安全なまち」を目指し、出初式を行います。伝統を継承するまとい振りなど、消防団の心意気を披露します。

▼とき 1月13日(月・祝)、午前9時30分～10時30分

▼ところ 土手町通り

#### 【通行規制のお願い】

会場となる土手町十文字から一番町交差点までは、午前8時50分～10時30分ごろまで、一般車両の通行が規制されます。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。また、会場内での無人航空機(ドローン等)の使用は全面禁止します。

■防災課(☎ 40-7117)

### 郷土文学館の企画展

#### 【岩木山と文学 - 弘前市立郷土文学館開館30周年記念】

森鷗外、田山花袋、谷崎潤一郎ら津軽を訪れたことのある文人が描いた岩木山を、貴重な資料と美しい写真とともに紹介します。

### 江戸の旅と観光展

江戸時代の観光ガイドブックや道中日記から、名所・名物を求める旅や寺社参詣の様子を紹介します。

▼とき 1月10日～3月22日の午前9時30分～午後4時30分

▼観覧料 一般300円、高校・大学生150円、小・中学生100円  
※市立博物館との共通券もあります。詳しくは問い合わせを。

▼とき 1月12日～12月28日

【スポット企画展「新収蔵資料展】

▼とき 1月12日～3月31日(最終日は午前で終了)

#### ～共通事項～

▼開館時間 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

▼ところ 郷土文学館(下白銀町)

▼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、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。年齢や住所を確認できるものの提示を。

■郷土文学館(☎ 37-5505)

※あおもり県民カレッジの認定講座。

(☎ 33-6561、F 33-4490、E chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み)へ。

未来をつくるナラティブcafé～映画で話そう、私たちの暮らし～

【地域ぐるみの子育て 子どもたちのために私たちができることは?】

▼とき 1月18日(土)、午後1時30分～4時30分(1時から受け付け)

▼ところ 弘前医療福祉大学(小比内3丁目)4階セミナーホール

▼内容 映画『いただきます みそをつくるこどもたち』の上映／ワークショップ…映画やテーマについて参加者同士の話し合い

▼定員 70人(先着順)

▼参加料 無料

▼申し込み方法 電話かEメール(hirosakinarrative@gmail.com)または右記のQRコードで申し込みを。



■ひろさきナラティブネット(木村さん、☎ 080-3742-1908、午後5時以降)  
※平成31年度市民参加型まちづくり1%システム採択事業。

### 緑の相談所

1月の催し

#### 【講習会】

##### ●山野草の栽培

18日(土)、午後1時30分～3時30分

#### 【展示会】

##### ●樹木の冬芽展

18日(土)～26日(日)

#### ～共通事項～

##### ▼参加料 無料

■緑の相談所(☎ 33-8737、毎週月曜日、1月1日～3日、14日は休み)



※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。年齢や住所を確認できるものの提示を。

■高岡の森弘前藩歴史館(☎ 83-3110、1月20日、2月17日、3月16日は休み)

## 弘前大学教育学部附属特別支援学校「造形作品展」

- ▼とき 1月 11日～13日  
午前10時～午後5時
- ▼ところ スペースデネガ（上瓦ヶ町）
- ▼内容 「みんなのすき～Rのミライへ～」をテーマとした立体作品などの展示
- ▼入場料 無料  
圓弘前大学教育学部附属特別支援学校（☎ 36-5011）

## 婚活イベントを開催します♡

- ◎恋するウインターパーティー in弘前
- ▼とき 1月 18日（土）  
午後5時～7時30分
- ▼ところ アートホテル弘前シティ（大町1丁目）
- ▼対象 弘前市他圏域7市町村に在住または結婚後に住む意思のある20歳～49歳の独身男女=各10人
- ▼参加料 3,000円
- ▼申込期限 1月 10日（金）  
※詳細は市ホームページで確認を。  
圓ひろさき広域出愛サポートセンター事務局（☎ 35-1123）

## ヒロコスタ 2nd

- ヒロ口全館（一部除く）にコスプレイヤーが集合するイベン

有料広告

有料広告

トです。3階イベントスペースでは、キッズ変身コーナーも楽しめます。

- ▼とき 1月 19日（日）、午前10時30分～午後4時
- ▼参加料 事前予約…1,500円／当日受付…2,000円  
※キッズ変身コーナーは100円
- 圓ヒロ口スクエア賑わい創出委員会事務局（市民文化交流館内、☎ 35-0154（午前8時30分～午後9時））
- ※詳細はヒロ口スクエアホームページ（<http://www.hirorosquare.jp/>）で確認を。

## 大森勝山遺跡と構成資産遺跡のパネル展

- ▼とき 1月 21日・22日  
午前10時～午後4時
- ▼ところ NHK弘前支局（下白銀町）  
ギャラリー
- ▼内容 史跡大森勝山遺跡と北海道・北東北の縄文遺跡群について紹介
- ▼入場料 無料  
圓弘前縄文の会（今井さん、☎ 兼☎ 32-9272）

## 基礎から学ぶ LGBT

性的マイノリティの人たちはすぐそばにいます。どのような人たちで、何に困りがちなのか

を学び、誰もが安心して暮らせるまちづくりについて考えます。

- ▼とき 1月 30日（木）  
午後6時30分～8時
- ▼ところ 市民文化交流館ホール（駿前町、ヒロ口4階）
- ▼演題 私の「ふつう」はだれの「ふつう」？ - 性の多様性と人権
- ▼講師 山下梓さん（弘前大学男女共同参画推進室助教）
- ▼参加料 無料
- ▼申し込み方法 1月 27日（月）までに、電話かEメールで申し込みを。

- ▼その他 託児を希望する人は、1月 23日までに連絡を。  
圓企画課（☎ 26-6349、✉ kika.ku@city.hirosaki.lg.jp）

## 弘前大学 COI ヘルシーエイジング・イノベーションサミット

- 短命県脱却と健康寿命の延伸に向けた研究成果を発表します。
- ▼とき 1月 31日（金）  
午後1時～5時15分
- ▼ところ アートホテル弘前シティ（大町1丁目）プレミアホール
- ▼講師 中路重之さん（弘前大学特任教授）、橋爪克仁さん（ヒューマン・メタボローム・テクノロジーズ代表取締役社長）、前田かおりさん（日本コープ共済生活協同組合連合会総合マネジメント本部長）
- ▼定員 300人（先着順）

## ▼参加料 無料

圓ファクスまたはEメール（氏名・会社名または団体名・電話番号を記入）で、弘前大学COI研究推進機構（☎ 39-5205、✉ coi\_info@hirosaki-u.ac.jp）へ。

## りんご産業イノベーションセミナーと展示会

AIやICTを駆使した農業の現状と展望について紹介します。

- ▼とき 2月 3日（月）、午後1時～（約2時間30分）

- ▼ところ 市民文化交流館（駿前町、ヒロ口3階・4階）

- ▼内容 「りんご産業とスマート農業の未来を考える」をテーマとした、セミナーとラジコン式草刈機などの展示会

※詳細は市ホームページで確認を。

- ▼参加料 無料  
圓セミナーへの参加希望者は、1月 31日（金）までに、電話かファクスまたはEメール（住所・氏名・勤務先・電話番号を記入）で、りんご課（☎ 40-7105、✉ 38-5870、✉ ringo@city.hirosaki.lg.jp）へ。

## 第54回津軽雪上ラグビー大会

- ▼とき 2月 2日、午前9時～

- ▼ところ 東奥義塾高校（石川字長者森）グラウンド

- ▼対象 高校の部=県協会登録の選手で構成されたチーム／スパイクの部=選手全員がスパイクまたはシューズを着用するチーム／ながけりの部=選手全員がゴム長靴（金具の付かないもの）を着用するチーム／女子の部=部活動または、クラブチームに所属する選手で構成されたチーム

- ▼参加料 弘前ラグビーフットボール協会登録チーム=2,000円～／その他のチーム=5,000円～  
※傷害保険料を含みます。

圓1月 15日までに、Eメールで弘前ラグビーフットボール協会（木村さん、東奥義塾高校内、☎ 92-4111、✉ kimura1961tohgi@yahoo.co.jp）へ。

## スキー大会

## 【市民スキー大会】

- ▼対象 市民（一般のみ。学生不可。）

- ▼参加料 無料（各自傷害保険などに加入を）

- 圓弘前市体育協会事務局（☎ 37-7926）

## 【第49回弘前市少年スキー大会】

- ▼対象 市内の小学校に在し、保護者の承諾のもと監督や保護者が引率できる児童。（リレー競技は3年生以上）

- ▼参加料 1人=500円、リレー競技1チーム=1,000円  
圓弘前スキー倶楽部事務局、加藤さん（090-4556-8279）へ。

## ～共通事項～

- ▼日程など 2月 16日…岩木山百沢スキー場・23日…運動公園（豊田2丁目）距離内コース、午前8時30分～午後2時30分

- ▼種目 大回転競技、距離競技、リレー競技

- ▼申し込み方法 申込用紙に必要事項を記入し、1月 16日（木・必着）までに郵送（〒036-8356、下白銀町2の1、弘前市体育協会、笹森記念体育館宛て）で申し込みを。申込用紙は笹森記念体育館、岩木山百沢スキー場、そうまロマントピアスキー場、運動公園野球場事務室で配布しています。



## 教室・講座

## ウェイストアート教室

- ▼とき 1月 8日（水）、午後

1時～4時（所要時間30分）

▼ところ ヒロ口（駿前町）3階多世代交流室1



▼内容 ペットボトルのキャップ、空き缶、野菜の皮などをを使ったアート作品づくり

▼対象 小学生以上=各25人（先着順）

▼参加料 無料  
圓もったいないつがるの会（三國さん、☎ 080-1831-8432）  
※平成31年度市民参加型まちづくり1%システム採択事業。

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

## 【一般投影／45分間】

- ▼テーマ 冬のダイヤモンド

- ▼観覧料 一般=250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。年齢や住所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 冬の星座と星雲・星団

- ▼観覧料 無料  
圓中央公民館（☎ 33-6561、火曜日は休み）

## 町会担い手育成塾

子どもたちのための行事を通じて、子育て世代と町会活動の関わりについて考えます。

▼とき 1月 25 日 (土)

午後 1 時～4 時 30 分

▼ところ 市役所 4 階食堂 (レストラン Pomme)

▼対象 町会長、町会役員、青少年育成委員、子育て世代の人など = 50 人 (先着順)

▼参加料 無料

▼その他 ラジオ体操、ねぷた、もちつき、夏祭りの中から、町会で実施したい行事ごとにグループを組むため、申し込み時に希望を 2 つお知らせください。 圖 1 月 21 日 (火) までに、電話、ファクスまたは E メール (町会・氏名・連絡先を記入) で、市民協働課 (☎ 40-0384、✉ 35-7956、✉ shiminkyoudou@city.hirosaki.lg.jp) へ。

## お肉を使った料理教室

▼とき 1 月 25 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

▼定員 24 人

▼参加料 無料

▼持ち物 エプロン、三角きん、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、1 月 11 日 (土・必着) までに青森県食肉事業協同組合 (〒 030-0113、青森市第二問屋町 3 丁目 5 の 25) へ。

※はがき 1 枚で 2 人まで (必要事項は 2 人分記入を)。応募多数の場合は抽選で決定します。

圖 青森県食肉事業協同組合事務局 (☎ 017-729-8078)

ふれあい高齢者  
ニュースポーツ研修会

▼とき 2 月 3 日～16 日

※種目によって開催日と時間が異なります。詳細は問い合わせを。

▼ところ すばーく弘前 (石渡 1 丁目)

▼種目 ①ゲートボール、②グラウンドゴルフ、③ペタンク、④マレットゴルフ、⑤ターゲットバードゴルフ

▼対象 60 歳以上の市民

▼定員 ①= 40 人 / ②= 100 人 / ③= 48 人 / ④= 40 人 / ⑤= 40 人 (いずれも先着順)

▼参加料 無料

圖 1 月 19 日 (日) までに、すばーく弘前 (☎ 38-3250) へ。

## 令和元年度第 2 回歴史館講座

▼とき 2 月 2 日 (日)

午後 2 時～3 時

▼ところ 高岡の森弘前藩歴史館 (高岡字獅子沢)

▼テーマ 「弘前藩主の学問と教養 - 高照神社所蔵『源氏物語之詞』をめぐって -」

▼講師 渡辺麻里子さん (弘前大学人文社会科学部教授)

▼定員 30 人 (先着順)

▼参加料 無料 (別途観覧料が必要)

※事前の申し込みが必要。

▼その他 送迎バスを運行。(行き = 午後 1 時 10 分、市立観光館バスプール発、帰り = 午後 3 時 45 分、歴史館発)

圖 高岡の森弘前藩歴史館 (☎ 83-3110、午前 8 時 30 分～午後 5 時、1 月 20 日は休み)

## 食生活改善推進員養成講座

栄養や食生活について学び、「食」を通じた健康づくり活動を行うボランティアを養成する講座です。

▼とき 2 月 4 日・14 日・18 日・28 日の午前 9 時 30 分～午後 3 時 30 分

※初日は午後 1 時から。

▼ところ 弘前市保健センター (野田 2 丁目) 2 階大会議室

▼内容 食育の推進、健康づくりと生活習慣予防、食品衛生、栄養計算などの講義、調理実習など

▼対象 全日程受講し、受講後に食生活改善推進員として活動できる市民 = 25 人 (先着順)  
※託児室を用意します。(先着 5 人)

▼受講料 1,760 円 (テキスト代として)

圖 1 月 24 日までに、弘前市保健センター (☎ 37-3750) へ。

## その他

総合学習センター  
令和 2 年度会場使用受付

令和 2 年度の会場使用の申し込みを受け付けます。なお、小・中会議室、集会室は使用する日の 30 日前から受け付けます。

▼とき 1 月 10 日、午前 9 時～ (窓口のみでの受け付け)

※ 11 日の午前 8 時 30 分からは電話でも受け付けます。

圖 学習情報館 (末広 4 丁目、総合学習センター内、☎ 26-4800)

夜間・休日納税相談の  
ご利用を

収納課では、平日の日中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 1 月 20 日～24 日の午後 5 時～7 時 30 分

▼休日納税相談 1 月 26 日の午前 9 時～午後 4 時

今月の休日納税相談日は第 4 日曜日です。この日は電話での相談や、市税などの納付もできます。

※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。

圖 収納課 (市役所 2 階、☎ 40-7032、40-7033)

明書 (個人番号も確認します) の提示を。  
圖 資産税課 (☎ 40-7027)

星と森のロマントピア天文台  
開館時間と休館日の変更

冬期間、次のとおり開館時間などを変更します。

▼冬期開館期間 1 月 14 日～3 月 19 日の午後 1 時～9 時

▼休館日 毎週月・水・金曜日 (2 月 24 日のみ翌日が休み)

圖 星と森のロマントピア天文台 (水木在家字桜井、☎ 84-2233)

相馬地区・和徳地区  
空き家対策講座・個別相談会

各地区に住んでいる人であれば誰でも無料で参加できますので、気軽にいでください。

●相馬地区…1 月 15 日 (水)、中央公民館相馬館 (五所字野沢)

●和徳地区…1 月 25 日 (土)、和徳公民館 (大久保字沼田)

▼対象 各地区的居住者  
※講座は事前の申し込みは不要。相談会希望者は相馬地区は 7 日まで、和徳地区は 17 日までに事前の申し込みが必要。詳細は各地区的回覧板か市ホームページで確認を。

圖 建築指導課空き家対策係 (☎ 40-0522、✉ 38-5866、✉ ke nchikushidou@city.hirosaki.lg.jp)

有料広告

有料広告

有料広告

有料広告

## 弘前運転免許試験場からのお知らせ

弘前運転免許試験場 (大久保字西田) の年明けの業務は、1 月 5 日 (日) から開始します。5 日、6 日、7 日は混雑が予想されますので、運転免許証の有効期限にゆとりのある人は、混雑日を避けて来場するようお願いします。

圖 弘前自動車運転免許試験場 (☎ 32-5311)

## 2020年農林業センサスにご協力ください

全国すべての農林業関係者を対象にした「2020年農林業センサス」は、今後の農林業の政策に役立るために5年ごとに実施される極めて大切な調査です。

1月中旬から、農林業を営んでいる世帯へ調査員が訪問し、調査票への記入をお願いしますので、ご協力をお願いします。なお、調査票に記入した事項は、統計以外の目的には使用しません。

■広聴広報課統計係 (☎ 40-7016)

## ひろさき障がい者雇用促進セミナー

障がい者雇用に関する講演や企業事例の発表を行います。

▼とき 2月4日(火)、午後1時30分～4時20分

▼ところ 市民文化交流館ホール(駅前町、ヒロ口4階)

▼講師 青森障害者職業センター職員、ハローワーク職員ほか

▼対象 企業経営者、人事労務担当者

▼参加料 無料

▼申し込み方法 ファクスまたはEメール(住所・役職・氏名・電話番号・企業名を記入)で申し込みを。

■商工労政課雇用支援係 (☎ 35-1135、F 35-1105、E shoukou@city.hirosaki.lg.jp)

## 求人説明会・ミニ面接会

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 1月15日・28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)。

■I・M・S(弘前就労支援センター内、駅前町、ヒロ口3階、☎ 55-5608)

## 県立弘前高等技術専門校入校生募集

▼対象者 離職者、求職者

▼募集科と定員 造園科=15人/配管科=20人

▼訓練期間 1年間

▼ところ キャリアスクールI・M・S弘前教室(土手町)

▼応募方法 1月6日～2月7日

に、最寄りの公共職業安定所へ願書の提出を。

▼試験日 2月14日(金)

▼試験科目 作文、面接

■県立弘前高等技術専門校(☎ 32-6805)

## ミニセミナー・無料ようす相談会

### ◎ミニセミナー

▼とき 2月2日、第1部=午前10時～/第2部=午前11時～

▼内容 第1部=土地の境界問題について…講師・前川智さん(土地家屋調査士)/第2部=弁護士の仕事とは…講師・大西章さん(弁護士)

▼定員 各30人(先着順)

※事前の申し込みは不要。

▼無料ようす相談会

複数の専門家が、合同で相談に応じます。

▼とき 2月2日、午後1時～4時(受け付けは3時30分まで)

▼相談員 弁護士、公証人、公認会計士、税理士、司法書士、土地家屋調査士、宅地建物取引士、社会福祉士、乳児院職員

～共通事項～

▼ところ 市民会館(下白銀町)

中会議室

■専門家集団「らの会」(三上さん、☎ 38-1829)

## 求職者支援訓練の受講者募集

### 【パソコン基礎科】

▼とき 2月21日～5月20日

▼ところ JMTC弘前教室(外崎4丁目)

▼申込期限 1月27日

【ゼロから学べるパソコン・簿記事務科】

▼とき 2月28日～5月27日

▼訓練期間 1年間

▼ところ キャリアスクールI・M・S弘前教室(土手町)

▼応募方法 1月6日～2月7日

に、最寄りの公共職業安定所へ願書の提出を。

▼試験日 2月14日(金)

▼試験科目 作文、面接

■県立弘前高等技術専門校(☎ 32-6805)

## ミニセミナー・無料ようす相談会

### ◎ミニセミナー

▼とき 2月2日、第1部=午前10時～/第2部=午前11時～

▼内容 第1部=土地の境界問題について…講師・前川智さん(土地家屋調査士)/第2部=弁護士の仕事とは…講師・大西章さん(弁護士)

▼定員 各30人(先着順)

※事前の申し込みは不要。

▼無料ようす相談会

複数の専門家が、合同で相談に応じます。

## 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ゆったり体力UPストレッチ体操教室	1月25日～3月28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	ストレッチ体操と筋トレで身体のバランス力アップを目指す	市民=12人	無料	1月15日(水・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)
②Enjoyスノーウォーキング教室	1月30日～2月27日の毎週木曜日、午前10時～11時30分	金属町体育センター他市内	スノーシューを履き、市内をウォーキング	市民=10人	無料	1月15日(水・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)
③ストレッチ体操教室	2月5日～3月25日の毎週水曜日、午前10時30分～11時30分	市民体育館フィットネスルーム	ストレッチ体操と筋トレ等	市民=10人	無料	1月20日(月・必着)までに市民体育館(〒036-8362、五十石町7、☎ 36-2515)へ。(※1)、(※2)
④水泳教室(クロール)	1月22日～2月26日の毎週水曜日、午前10時～11時	温水プール石川	クロールの基本泳法	市民=15人	無料	1月14日(火・必着)までに温水プール石川(〒036-8123、小金崎字村元125、☎ 49-7081)へ。(※1)
⑤水泳教室(バタフライ)	1月23日～2月27日の毎週木曜日、午後1時～2時	温水プール石川	バタフライの基本泳法	市民=15人	無料	1月10日(金・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)
⑥水泳教室(背泳)	1月24日～2月28日の毎週金曜日、午前10時～11時	河西体育センター	背泳ぎの基本泳法	市民=15人	無料	1月10日(金・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)
⑦小学生水泳教室	1月21日～2月4日、3月3日～17日の火曜日、午後4時30分～5時30分	河西体育センター(石渡1丁目)	板キック、伏し浮き、クロール等	小学生=20人	無料	1月15日(水・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)
⑧一般初級・中級バドミントン教室	1月22日、2月5日、19日、3月4日、18日の水曜日、午前10時～11時30分	弘前B&G海洋センター(八幡町1丁目)	初級:ラケットの持ち方からゲームまで/中級:基本、競技規則	市民の初級・中級者=各15人	無料	1月15日(水・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プールで筋トレ・脳トレ水中ウォーキング教室	1月24日～2月14日の毎週月・金曜日、午後1時30分～2時30分	河西体育センター	基本、ストレッチ、ゲームをしながら出来る筋トレ、脳トレ等	市民=15人	無料	1月14日(火・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)
⑩剣道寒中稽古会	1月25日・26日の午前6時30分～7時30分	弘前B&G海洋センター(八幡町1丁目)	剣道の朝稽古	幼児～一般	無料	弘前剣道連盟(堀内さん、☎ 090-3362-7465)
⑪冬のトモロード	①1月26日、2月2日の午後1時30分～3時/②2月9日、午前10時～午後2時/③2月23日、午前10時～正午	①岩木山百沢スキー場②、③岩木山総合公園	①スキー教室②イグルー作り③親子でスノーシュー	各5～20人	1,000円(③は200円)	1月14日(火)の午前9時から各種開催日の7日前までに岩木山総合公園(☎ 83-2311、☎ 83-2635、E info@iwakisan-sportspark.com)へ。
⑫ふれあい高齢者ペターンク親善大会	2月15日、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	60歳以上の市民	1,000円(昼食代込)	1月24日(金)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第2回弘前市民・少年少女スキー教室	1月18日、19日の午前10時～午後3時	そうまロマントピアスキー場(水木在家字桜井)	スキー	市民=小学生～一般(初心者からエキスパートまで)	3,000円(保険料込)	1月7日～14日に、弘前市体育協会(下白銀町、笹森記念体育館内、☎ 37-7926)、タケダスポーツ弘前バイパス店(城東北4丁目、☎ 28-1533)、スーパースポーツゼビオ弘前高田店(高田5丁目、☎ 29-3100)のいずれかへ。
⑭ロマントピア健康サポート教室	1月14日～3月19日の午前10時30分～	星と森のロマントピア	①月:水中エクササイズ、②火:ゆったりヨガ、③水:水中ウォーキング、④木:フラダンス	65歳以上の市民=①17人、②12人、③15人、④15人	無料	各回とも開催2週間前から受け付けを開始。無料シャトルバスを運行。詳細は星と森のロマントピア(水木在家字桜井、☎ 84-2288)へ。
⑮ヒロ口健康サークル	2月4日～25日の毎週火曜日(ただし11日を除く)、午前10時30分～11時50分(受け付けは10時～)	ヒロ口3階(駅前町)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等	継続して参加できる40歳以上の市民=30人程度	無料	1月15日(水・必着)までに、健康増進課(〒036-8711、野田2丁目7の1、☎ 37-3750)へ。(※1)、(※2)

(※1)…往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・性別・年齢(生年月日)・電話番号・教室名(希望コース)を記入の上、各申込先まで郵送を。家族や友人同士での参加ははがき1枚で応募可。多数の場合は抽選で決定。(※2)…室内シュー  
ズが必要。/共通事項…飲み物、汗拭きタオルを持参し、運動できる服装で参加を。各自傷害保険に加入を。詳しい持ち物等は各施設に確認を。



## 健康の掲示板

弘前市保健センター（健康増進課、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。対象者には個別に通知します（★は健康診査票が必要です）。

名 称	と き	対象・定員	
		内 容	
乳幼児の健康診査	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★	集団健診：1月22日（水）・23日（木）／受付=午後0時30分～1時15分 ※集団健診を受診する前に指定医療機関での個別健診を受診してください。	
	3歳児	1月8日（水）・9日（木）／受付=午後0時30分～1時15分	平成28年6月生まれ
	1歳児歯科	1月15日（水）・16日（木）／受付=午後0時30分～1時	平成31年1月生まれ
	2歳児歯科★	対象=平成29年7月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診	
離乳食教室	1月28日（火）、午後1時～2時30分／受付=午後0時40分～1時	令和元年8月生まれ	
	離乳食講話、試食（保護者のみ）、育児相談		
	※1月6日～24日に申し込みを。母子健康手帳・バスタオル・おむつ・ミルクの持参を。		

### 健康コラム

～健康情報ステーション～

ビーエムアイ  
B M I で何を知ることができる？



BMI(Body Mass Index)は肥満度の指標で、身長と体重から計算できます。BMIが「22」に近いほど、生活習慣病になるリスクが低いといわれています。健康管理のため、自分や家族のBMIをチェックしてみませんか？

◎計算方法 体重 (kg) ÷ ( 身長 (m) × 身長 (m) ) = BMI



◎判定

BMI	18.5未満	18.5～25未満	25～30未満	30以上
判定	痩せ	標準	肥満	高度な肥満

筋肉量が多い人は、肥満でなくてもBMI25以上となる可能性があります。体脂肪量や腹囲などもあわせて確認するのがおすすめです。



### 各種相談

名 称	内 容	と き	と こ ろ
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	1月7日（火）、午前9時～11時（事前の予約が必要）	弘前市保健センター（野田2丁目）
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歳以上の幼児とその家族。母子健康手帳の持参を。	1月21日（火）、午前9時30分～午後3時（受け付けは午後2時まで。1月6日～20日に、事前の予約が必要）	
ヒロロ すこやか相談	①妊娠、出産、妊娠中の栄養相談（対象は妊婦とその家族）／②育児、母乳、食事や栄養、歯みがきなどの相談（対象は0～5歳児の家族。母子健康手帳、歯の相談希望者は普段使っている歯ブラシの持参を）	1月20日（月）、受け付けは午前10時～10時30分	駅前こどもの広場（駅前町、ヒロロ3階）

- 市で実施している健（検）診の詳しい内容は、毎戸配布している「健康と福祉ごよみ」をご覧ください。
- 市に住民票のあ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市の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問い合わせください。

健康と福祉ごよみはこちらから

健康と福祉ごよみ

検索



インターネット予約はこちらから

弘前市 集団検診

検索



### 定期予防接種など

#### 【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、1回分無料の助成券を送付しています。

▼実施期間 1月31日まで

▼対象 生後6か月以上7歳未満までの未就学児

※接種の際は、助成券と母子健康手帳の持参を。

#### 【子どもの定期接種】

BCGワクチンは、結核による重い病気を予防するワクチンで、対象は1歳未満までです。結核は、日本国内で今でも毎年新たに1万5,000人以上の患者が発生していますので、接種していない人は早めに済ませましょう。また、来年度小学校に入学する予定の児童は、受けていない予防接種がないか確認しましょう。

子宮頸がん予防ワクチンは、小学校6年生から高校1年生相当の女子は定期接種として受けすることができます。子宮頸がんは、20歳～39歳の若い年齢層で患者が増えています。希望する人はワクチンの効果と接種後に起こりえる症状について理解のうえ接種しましょう。詳しくは健康増進課にお問い合わせください。

#### 【風しんの追加的対策（風しん第5期定期接種）】

令和3年度までの3年間、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までに生まれた男性を対象に、順次、風しん抗体検査・予防接種の無料クーポン券を送付しています。クーポン券には有効期限がありますのでご注意ください。

▼今年度対象 昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

▼実施期間 3月31日まで

▼実施場所 広報ひろさき10月15日号および市ホームページ

ジに掲載

▼費用 無料

▼持参するもの クーポン券、本人確認書類（免許証・マイナンバーカード等）

※受診する際は、事前に医療機関にお問い合わせください。

#### 【おたふくかぜワクチンの接種費用を助成】

おたふくかぜは難聴等の合併症を起こす危険性がありますが、ワクチンを接種することで予防できます。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。

### おしらせ

#### 【Dr. 中路の健康ひろば 新春ライブ】

▼日程と場所 ①1月11日、斜陽館（五所川原市金木町）／②1月12日、専求院（新町）／③1月13日、ヒロロ（駅前町）3階イベントスペース  
※①②は午後1時～3時、③は午後1時～3時30分。受け付けはいずれも12時30分～。

▼内容 中路重之さんによる「健康講座」、おおたか静流さんによる「歌って踊ろう」など  
※③は、弘前フランス料理研究会によるヘルシー・フレンチ講座あり。

▼参加料 500円（②③は無料）

※事前の申し込みは不要。

■問い合わせ先 健康×地域活性化コンソーシアム事務局（ウェバランス内、☎ 39-7333、平日の午前10時～午後6時）

#### 【忘れていませんか？がん検診無料クーポン券】

一定の年齢に達した市民に、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、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。無料ク

一ポン券が利用できる医療機関や集団検診会場については、クーポン券と一緒に送付したお知らせをご覧ください。

#### 【対象者】

●子宮頸がん…平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれの女性

●乳がん…昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生まれの女性

※平成31年4月20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。  
※いずれも無料クーポンの有効期限は令和2年2月28日。

●大腸がん…昭和49年4月1日～昭和50年3月31日生まれの人で、平成26年～30年度に、市が実施する大腸がん検診を一度も受診したことのない人。  
※無料クーポンの有効期限は令和2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。希望する人は電話で申し込みを。定員になり次第締め切ります。

▼とき 1月19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）

■問い合わせ先 健康増進課（弘前市保健センター内、☎ 37-3750）

### お詫びと訂正

広報ひろさき12月1日号の26ページに掲載の「家庭血圧の正しい測り方」において、「測定のタイミング③朝食後」は「朝食前」の誤りでした。お詫びして訂正します。



# 図書館にいこう！



## 1月のおたのしみおはなし会

『冬・ぽかぽか』をテーマに、絵本の読み聞かせや紙しばい、昔ばなしやなぞなぞなどをしながら楽しい時間を過ごします。

▼とき 4日・18日の午前11時～11時30分

11日・25日の午後3時～3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

▼対象 おおむね4歳～小学校低学年までの児童

▼参加料 無料

※事前の申し込みは不要。

■問い合わせ先

弘前図書館（☎ 32-3794）



## 1月の休館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1 弘 岩 こ 相	2 弘 岩 相	3 弘 岩 相	4
5 岩	6 相	7 8 相	9 10 相	11		
12 岩	13 相	14 15 相	16 弘 こ	17 18		
19 岩	20 相	21 22 相	23 24	25		
26 岩	27 相	28 29 相	30 31			

弘前図書館（下白銀町）☎ 32-3794  
岩木図書館（賀田1丁目）☎ 82-1651  
こども絵本の森（ヒロ口3階）☎ 35-0155  
相馬ライブラリー（相馬やすらぎ館内）☎ 84-2316

弘前市食生活改善推進員会

## 食改さんおすすめレシピ

File.97

### 甘酒作りに挑戦

#### りんごジュース甘酒

##### 材料

6人分

市販のこうじ ..... 100g  
りんごジュース ..... 300ml  
※こうじとりんごジュースが1:3の割合

##### 準備するもの

保温スープジャー（保温できる水筒なども可）  
温度計

##### 1人分の栄養量

エネルギー／70kcal、たんぱく質／1.1g、脂質／0.3g、食塩相当量／0.0g

①こうじを手でほぐしておく。  
②鍋に①のこうじとりんごジュースを入れ、温度計で確認しながら60度を超えないように加熱する。

※60度以上になるとこうじ菌が死滅するので注意。

③保温スープジャーにお湯を入れ、温めてからお湯を捨てる。②のこうじとりんごジュースをスープジャーに入れ、ふたをする。

④このまま、8時間保温して、こうじが軟らかくなったら出来上がり。

※ヨーグルトメーカーを使う方法やお湯を張った発泡スチロールの箱に容器を入れ、ふたをして50～60度で保温する方法もあります。

##### おすすめポイント

●お正月料理で疲れた胃におすすめのこうじの甘酒です。ノンアルコールなので、子どもも飲むことができます。甘さがやや強いので、プレーンヨーグルトを添えると、酸味がありためらかな食感のデザートになります。冷蔵庫で1週間保存できます。

●温度を50～60度に保つことがポイントです。



File.21

木工ボランティア  
おさきゆきお  
尾崎 行雄さん

## 人とのつながりができる楽しさ

元々営林署勤務でしたが津軽ダム工事事務所に異動しました。そこで生活文化調査の手伝いをしました。西目屋村の皆さんのお意見を聴いたり、生活用具を集めたりする仕事です。その後、西目屋村の砂子瀬小学校の跡地に開設された砂川学習館で生活文化調査で集めた資料や生活用具などの展示をする事務と体験指導などをしていました。

砂川学習館では、ソバ作りや豆腐作り、木工などの体験教室を開催しており、そこで主に木工の担当をしていました。砂川学習館の後、展示のみだったプラザ棟で木工制作もやってもらえないかと依頼されて引き受けたのが始まりで今年10年目になります。

木作りは誰かに教えられたわけではなく、元々物を作るのは好きだったので、本を読んで面白そうな作品を作るという感じで続けていました。

木工ランドには小さな子どもから高齢の人までさまざまな人

が来ます。小学生くらいの子の中には元気な子もいれば、そうでない子もいます。でも、どんな子でも木工作品を作つて出来上がったときはすごく喜んで帰ります。また、木工作品は、子どもだけ作れるものもたくさんありますが、糸のこぎりを使い子どもだと難しい部分は一緒にやって危なくないようにしています。このような達成感や危ないこの体験も子どもには大事だと思うので子どもたちの参加がもっと増えて欲しいと思います。

木工ランドは小さな子どもたちの遊び場であったり、物作りの学習の場であったり、大人の居場所であったりと多方面に活用されています。

その他にも木工ランドには、最初は誰かと一緒に体験しに来て、いろんな作品の作り方を覚えて、その後ほとんど毎日のように来るようになった人も数人います。教室が開催されて子どもたちが来ると、その人たちが



プロフィール

弘前市出身  
弘前地区環境整備センタープラザ棟の木工ランドでさまざまな教室などの講師を務めている。

手伝いをしてくれます。全部1人ではできないので、仲間がいてくれてとても助かっています。

まもなく80歳になりますが人との関わりができるというの生きがいにもなるし、ありがたいと思っています。そういうふうに、木工ランドを通じて人のつながりができるというのも楽しみの一つです。和気あいあいとやっていますので、これからも続けて、仲間と一緒に物作りの楽しさを広めていきたいと思います。



▲尾崎さんと一緒に教室を開催する皆さん

## ごみ減量速報

令和元年10月の  
ごみ排出量 5,213t 245t減！  
(昨年同月比)

ライターやカセットボンベなど中身が残ったまま捨てるのはとても危険！ごみ収集車などで爆発を起こす原因となるので、必ず中身を空にして捨ててね。

■問い合わせ先 環境課資源循環係（☎ 35-1130）

今号の表紙+1枚

干支ねぷた制作中！

今年の干支、ねずみにちなんだ干支ねぷたが津軽藩ねぷた村で制作されています。水色の絵柄は、「青天の霹靂」をイメージし、桜色の絵柄は100回目を迎える弘前さくらまつりを祝いデザインされています。



今月の  
納税

固定資産税 第4期 国民健康保険料 第7期  
介護保険料 第7期 後期高齢者医療保険料 第7期

納期限  
1/31 (金)

納税には便利な口座振替をぜひご利用ください。

# 市民参加型まちづくり1%システム

市では、まちづくりの基本的なルールを定めた「協働によるまちづくり基本条例」の考え方をもとに、市民の皆さんと一緒に、皆さんが主役となって活動するまちづくりを進めています。

その取り組みの一つとして、町会・NPO・ボランティア団体・学生などが、自分たちの地域を良くするために自主的に行うまちづくり活動を支援する「市民参加型まちづくり1%システム」という補助金制度があります。

本年度は、地域交流事業やまちのにぎわいを創出する事業、健康増進事業など、71事業に活用されました。それぞれの事業の詳細は市ホームページをご覧ください。

現在、来年度に実施する事業を募集中ですので、皆さんのアイデアや経験を生かした事業の提案をお待ちしています。制度内容や申請の出張相談も受け付けていますので、気軽にお問い合わせください。

※応募された事業は、審査会での公開プレゼンテーションを経て、事業採択の可否を決定します。申請金額が20万円以下の事業は、プレゼンテーションで事業説明をするかどうかを申請団体が選ぶことができ、事業説明を希望しない場合は、市の担当者が事業概要を説明し、審査委員と申請団体の質疑応答により公開審査を行います。

▽募集期限（1次募集） 1月24日（金）

▽事業実施期間 4月1日～令和3年3月31日  
※この制度に関する予算は、令和2年第1回市議

## さまざまな活動に使われています！



まちのにぎわい創出



居場所づくり



救急救命講座

伝統文化による  
地域活性化



学生による企画



安藤奈津子さん（岩木山YOGA FESTIVAL代表）、宮川靖彦さん（DOG FES IWAKI 実行委員会代表）／交流会

▽定員 40人程度（先着順）

▽参加料 無料

▽申込期限 1月17日（金）

□問い合わせ・申込先 市民協働課（☎40-7108、ファックス35-7956、Eメールshiminkyoudou@city.hirosaki.lg.jp）

## まちながサミットを開催します！

講話や交流を通じて自分にできる身近なまちづくりについて考えてみませんか。誰でも気軽に参加できるまちづくりフォーラムです！

▽とき 1月26日（日）、午後2時～4時

▽ところ ヒロロ（駅前町）3階健康ホール

▽内容 講話「まちづくりを始めたきっかけや活動を通しての課題、解決策、達成感など」…講師・

