「女性向け」りんご研修会

▼**とき**　11月7日（土）
午後1時～2時30分
▼**集合場所**　りんご公園（清水富田字寺沢）
▼**内容**　りんごの収穫等の研修（作業DVDの視聴、実技研修）
▼**講師**　青森県りんご協会職員、市内JA職員
▼**対象**　りんごの作業に関心のある主婦や子育て世代の女性＝30人
▼**参加料**　無料
▼**持ち物**　飲み物、汗拭きタオル、作業用手袋、雨がっぱ（雨天時）
▼**申し込み方法**　11月4日（水）までに農政課へ。氏名、電話番号、りんご作業経験の有無をお知らせください。
※託児サービスの利用を希望する人は、10月30日（金）までに申し込みを。荒天の場合は、11月14日(土)に順延します。
問農政課地域経営係（☎40-7102、F32-3432、E nousei@city.hirosaki.lg.jp）

市民ボランティアによるパソコン講座

【ワード2019入門講座】
▼**とき**　11月10日・17日・24日の午前10時～午後3時
※3日間で1セットの講座。
▼**ところ**　総合学習センター（末広4丁目）
▼**内容**　ワープロソフト（ワード2019）を使用した基本的な操作技術の習得
※ワード2019以外のバージョンを使っている人は操作方法が異なる場合があります。
▼**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＝16人（先着順）
▼**参加料**　無料
▼**持ち物**　筆記用具、USBなどのメモリ、昼食
※マスクを着用してください。
問10月18日（日）以降に、学習情報館（総合学習センター内、☎26-4800）へ申し込みを。

ほっと・ぼらんてぃあ

ボランティア活動に必要な知識や実践についての講演会です。
▼**とき**　11月7日（土）、午後2時～3時30分（開場は午後1時30分～）
▼**ところ**　弘前市民文化交流館ホール（駅前町、ヒロロ4階）
▼**講師**　中村浩樹さん（弘前青年会議所）
▼**定員**　50人（先着順）
▼**参加料**　無料
問10月31日（土）までに、ボランティア支援センター（市民参画センター内、☎38-5595）へ申し込みを。

地域未来創生塾@中央公民館

▼**日程**　11月11日（水）＝第3回「ストラテジーと管理会計」／11月25日(水)＝第4回「春を告げる、岩木川のウグイ漁」
※時間はいずれも午後6時30分から8時。
▼**ところ**　弘前文化センター（下白銀町）中会議室
※Zoomによるオンライン形式でも開催します。
▼**講師**　第3回＝小杉雅俊さん（弘前大学人文社会科学部准教授）／第4回＝曽我亨さん（弘前大学人文社会科学部教授）
▼**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。オンラインで参加を希望する人は、各自Zoomアプリ（無料）をダウンロードしてください。
※詳しくはホームページ（http://human.cc.hirosaki-u.ac.jp/irrc/）で確認を。
問弘前大学人文社会科学部地域未来創生センター（☎39-3198、平日の午前10時15分～午後5時）／中央公民館(☎33-6561、火曜日は休み)

かっこいい大人養成講座

【ペン習字～自分の住所と名前をより魅力的に！～】
▼**とき**　11月14日（土）、午前の部＝午前10時30分～正午、午後の部＝午後1時30分～3時
▼**ところ**　弘前文化センター（下白銀町）2階第3会議室
▼**講師**　高木中琴さん
▼**対象**　市内に在住または通学・勤務している18歳～50歳の人＝午前の部・午後の部ともに各10人（先着順）
▼**参加料**　無料
▼**持ち物**　普段使用している筆記用具（ボールペン、シャープペンシル、鉛筆、万年筆など）
問11月6日（金）までに、電話、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、参加希望の部を記入)で中央公民館(☎33-6561、F33-4490、E chuuoukou@city.hirosaki.lg.jp、火曜日は休み）へ。

わとなの生き活きサークル介護予防サポーター教室

▼**とき**　11月14日（土）、午前9時30分～11時30分
▼**ところ**　津軽保健生協会館（野田2丁目）
▼**内容**　健康増進・介護予防についての講義、体力測定・体操についての実技、認定証の授与
▼**対象**　地域の介護予防サポーターとして活動したい市民＝20人（先着順）
▼**参加料**　無料
▼**申し込み方法**　11月6日（金）までに電話で申し込みを。
▼**その他**　動きやすい服装でお越しください。
問わとなの生き活きサークル実行委員会（津軽保健生活協同組合組織部内、☎35-8933）
※令和2年度市民参加型まちづくり1％システム採択事業。

チョー初心者のためのくずし字講座

▼**とき**　11月15日、12月6日・13日・20日（いずれも日曜日）
※時間は午前10時～正午。
▼**ところ**　弘前図書館（下白銀町）2階視聴覚室、市民会館（下白銀町）2階第1小会議室
▼**講師**　渡辺麻里子さん（大正大学文学部教授）
▼**対象**　小学生以上の市民＝20人程度（先着順）
▼**参加料**　300円（資料代）
▼**申し込み方法**　電話かファクスまたはEメール（住所・氏名〈ふりがな〉・年齢・電話番号を記入）で、申し込みを。
問図書館・郷土文学館運営推進室（☎32-3794、F36-8360、E tosho@city.hirosaki.lg.jp）

第4回弘前図書館市民講座

▼**とき**　11月23日（月・祝）
午後1時30分～3時
▼**ところ**　弘前図書館（下白銀町）2階視聴覚室
▼**内容**　市におけるりんご栽培の始まりから生産量日本一になるまでなどについての講座
▼**対象**　小学生以上＝30人（先着順）
▼**参加料**　無料
▼**申し込み方法**　10月16日（金）から、弘前図書館カウンターまたは電話で。
問弘前図書館（☎32-3794）

その他

マイナンバーカード申請後の受け取りはお早めに

マイナンバーカードを申請した人には交付通知書を郵送し、受け取りの案内をしています。受取期限を過ぎても交付が可能な場合がありますので、早めの受け取りをお願いします。交付通知書を紛失してしまった人は、問い合わせを。
問マイナンバーカード普及促進対策室（☎40-0506）

「稲わら」を活用しませんか

りんご園の敷きわらや、家庭菜園などに使う稲わらを無料で提供する「稲わらふりーでん」を実施します。受け取り希望者は必要な稲わらの量と併せて申し込みを。なお、本年度は供給量が少ないため、希望数量を受け取れない場合がありますが、あらかじめご了承ください。
▼**申込期限**　10月23日（金）
問農政課農産係（☎40-0504）

雑誌のバックナンバーを無料で提供

▼**とき**　10月31日（土）、午前9時30分から提供開始。無くなり次第終了。
※午前9時から図書館正面玄関前で整理券を配付します。
▼**ところ**　弘前図書館（下白銀町）2階視聴覚室
▼**冊数**　1人6冊（同じタイトルは3冊、雑誌付録は2点まで）
※持ち帰り用袋の持参を。
問弘前図書館（☎32-3794）

休日在宅当番

▼**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		
11/1	伊東クリニック（元大工町）	☎32-0630
8	さがらクリニック（桔梗野1）	☎37-2070
15	沢田内科医院（茂森新町1）	☎37-7755
22	弘前温泉養生医院（真土）	☎82-3377
29	五日市内科医院（植田町）	☎35-4666

耳鼻咽喉科・眼科		
11/1	あきた耳鼻咽喉科クリニック（南城西2）	☎32-2332
15	代官町クリニック吉田眼科（代官町）	☎38-4141
29	宮園耳鼻科クリニック（宮園5）	☎39-1133

歯科		
11/1	佐藤歯科医院（大浦町）	☎36-0412
3	中川歯科医院（松森町）	☎32-2188
8	第一歯科クリニック（城東中央3）	☎27-7706
15	ふじた歯科医院（石渡4）	☎37-3118
22	中畑歯科医院（山道町）	☎32-6650
23	小泉歯科医院（高屋）	☎82-3232
29	秋元歯科クリニック（大開2）	☎88-1513

◎予定が変更となる場合がありますので、受診する際は事前に弘前市医師会・弘前歯科医師会ホームページや電話でご確認ください。
◎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。