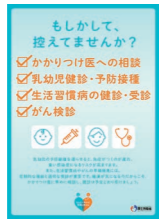


「上手な医療のかかり方リーフレット」で上手に医療にかかりましょう

11月は「みんな医療を考える月間」です。

安心して医療を受けられるよう、上手な医療のかかり方のポイントを紹介したリーフレットを県内全戸にお届けしています。普段から医療機関にかかっている人はもちろん、かかっていない人もいざという時に備えて確認し、保管しておきましょう。



青森県健康福祉部医療業務課 (☎ 017-734-9287)

弘前大学大学院地域共創科学研究科「進学ガイダンス」

▼とき 11月16日(月) 午後6時～

▼ところ 弘前大学(文京町) 総合教育棟4階404講義室
※事前の申し込みは不要。
※新型コロナウイルス感染症防止対策の上、実施します。
弘前大学人文・地域研究科 事務部 (☎ 39-3960、39-3116)

裁判員制度シンポジウム「裁判員経験者の『体験』を踏まえた裁判員制度」

制度の課題を踏まえてどのような制度にしていくべきかを考えます。裁判員経験者も参加しますので、ぜひご参加ください。

▼とき 11月21日(土) 午後2時～5時

▼実施方法 Zoomによるオンライン配信

※裁判員を経験した人で、その経験をお話いただける人を募集しています。詳しくは問い合わせを。

弘前大学人文社会科学部(平

野さん、☎兼 F 39-3199、E k-hirano@hirosaki-u.ac.jp)

弘前学院聖愛中学校入試日程

▼願書の受け付け 12月24日～28日、1月5日～13日(平日は午前9時～午後4時、土曜日は午前9時～午後1時)
※願書・要項は事務室で受け取れます。ホームページでもダウンロードできます。

▼試験日 1月16日(土)、午前8時30分～午後0時30分

▼合格発表 1月20日(水)の午前9時に、校内およびホームページで発表

▼入学手続きの期限 1月21日(木)、午後3時

▼入学者説明会 1月23日(土)の午前10時から開催(保護者同伴)

弘前学院聖愛中学校(☎ 87-1411、H https://seiai.ed.jp/)

新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

【新型コロナウイルス感染症に関する予防方法など、一般的な相談や問い合わせについて】

➡青森県新型コロナウイルス感染症コールセンター(☎ 0120-123-801、随時受け付け)
➡厚生労働省電話相談窓口(☎ 0120-565653、午前9時～午後9時/ファクス 03-3595-2756(聴覚に障がいのある人など電話での相談が難しい人向け))

【感染が疑われる場合】

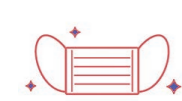
➡次のいずれかに該当する場合は、すぐに弘前保健所「帰国者・接触者相談センター」(☎ 33-8521)またはかかりつけ医に電話でご相談ください。

- 息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱などの強い症状のいずれかがある場合
- 重症化しやすい人(※)や妊娠中の人で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
- ※高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD等)などの基礎疾患がある人や透析を受けている人、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている人
- 上記以外の人で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合

(令和2年10月12日現在)

最新情報は、問い合わせ先や下記のホームページでご確認ください。

- 厚生労働省ホームページ(https://www.mhlw.go.jp)
- 市ホームページ(http://www.city.hirosaki.aomori.jp)



各種無料相談

名称	とき	ところ	内容	問い合わせ・申込先
労働相談会	① 11月10日(火)、午後1時30分～3時30分 / ② 11月15日(日)、午前10時30分～午後0時30分	青森県労働委員会(青森市新町2丁目)	個々の労働者と事業主との間に生じた労働条件などのトラブルの相談(事前の予約が優先) ※新型コロナウイルス感染症の状況により、電話相談にて実施することがあります。	青森県労働委員会事務局(☎ 017-734-9832)
行政書士弘前コスモス会による無料相談会	11月11日(水)、午後1時30分～3時30分	ヒロロ(駅前町)3階多世代交流室	相続、遺言、成年後見などの相談について(事前の予約は不要)	弘前コスモス会(ふたば行政書士事務所、二葉さん、☎ 88-8781)
空き家相談会	11月21日(土)、午前10時30分～午後2時	総合学習センター(未広4丁目)	空き家・空き地の売買・賃貸・管理・リフォーム・相続などに関する相談に専門家(宅建士、すまいアップアドバイザー(建築士)、司法書士)が回答(事前の予約が優先) ※新型コロナウイルス感染症対策のため、マスクの着用をお願いします。	青森県宅地建物取引業協会(☎ 017-722-4086、F 017-773-5180)
女性のための法律相談 in 弘前会場	12月8日(火)、午後2時～4時(1人40分)	市役所3階会議室	法律に関する問題について、女性弁護士がアドバイス(事前の予約が必要/定員=3人(先着順)) ※弁護士への相談がスムーズにできるように、予約の際に相談員が相談内容を伺います。	青森県男女共同参画センター相談室(☎ 017-732-1022、午前9時～午後4時(水曜日を除く))

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弘前B&G海洋センターなぎなた教室	11月14日～令和3年2月27日の毎週土曜日、午後2時～4時	弘前B&G海洋センター(八幡町1丁目)武道館	初心者には基礎技術、礼儀礼節の修得/経験者には稽古(※2)	小学生～中学生=20人(先着順)	3,000円(保険料込)	弘前B&G海洋センター(☎ 33-4545)
②健康体操教室	11月18日～12月16日までの毎週水曜日、午後2時～3時	運動公園多目的室3	ストレッチや道具を使った体操、脳トレを含めた体操など	市民=8人程度	無料	11月10日(火・必着)までに運動公園(〒036-8101、豊田2丁目3、☎ 27-6411)へ。(※1)(※2)
③ストレッチ体操教室	11月24日～12月22日の毎週火曜日、午後2時～3時			市民=8人程度		
④ソフトバレーボール体験教室	12月1日～1月19日の毎週火曜日(12月29日、1月12日を除く)、午前10時30分～正午	金属町体育センター体育室	ボール慣れからゲームまで	市民=15人	無料	11月15日(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。(※1)、(※2)
⑤ふれあい高齢者ラージボール卓球親善大会	12月5日(土)、午前9時～午後5時(受け付けは午前8時30分～)	弘前B&G海洋センター(八幡町1丁目)体育館	日本卓球協会の競技大会ルールによる親善大会	60歳以上の市民	1人600円(昼食代を含む。当日徴収)	11月19日(木)までに弘前ラージボール卓球協会事務局(桜庭さん、☎ 090-5183-1215)へ。(※3)

(※1)…往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・年齢(生年月日)・電話番号・保護者氏名(参加者が未成年の場合)・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。応募多数の場合は抽選で決定。/ (※2)…室内用シューズの持参を。/ (※3)…卓球のできる服装、運動靴、ゼッケン(持っている人のみ。所属自由)の持参を。新型コロナウイルス感染症の今後の状況により、中止になる場合があります。/ 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。各自傷害保険に加入を。詳しい持ち物などは各施設に確認を。