

ヒロロ高齢者 健康トレーニング教室

膝が痛くて歩くのがおっくうになった、疲れやすくなったなど、体力の低下を感じていませんか。専門のスタッフがプログラムの実施をサポートしますので、健康増進、介護予防にご活用ください。

▼とき 毎週月曜日～土曜日の
①午前8時40分～、②午前9時40分～、③午前10時40分～、④午後1時50分～、⑤午後2時50分～、⑥午後3時50分～（いずれも50分程度）

▼ところ ヒロロ（駅前町）3階高齢者健康トレーニング教室
▼利用期間 7月～12月（週1回、利用開始から最長6カ月）
▼対象 65歳以上の市民＝100人

▼申し込み方法 6月5日（土・必着）までに、往復はがき（住所・氏名・生年月日・電話番号・利用希望曜日と時間〈第1希望～第3希望〉を記入）で申し込みを。

※家族や友人同士での応募は、はがき1枚に連名で記載可。応募多数の場合は抽選で決定（新規利用者を優先）し、6月中旬以降結果を郵送します。

☎高齢者健康トレーニング教室（〒036-8003、駅前町9の20、☎35-0161）

※教室は、ヒロロのほか、ロマンピア（水木在家字桜井、☎84-2236）や温水プール石川（小金崎字村元、☎49-7081）でも実施しています。詳細は各教室に問い合わせを。



弘前市防災マイスター育成講座について

市では毎年、防災に関する高い意識と知識を持ち、地域防災の推進者となる「弘前市防災マイスター」の育成を目的とした講座を開催しており、今年度の受講生を募集します。

▼とき 令和3年6月下旬～7月下旬（予定）
▼ところ 市役所3階会議室（予定）

▼受講料 無料
※講義内容・日程・申し込みについては、開催時期が確定し次第、弘前市防災マイスター育成講座ホームページ（http://www.city.hirosaki.aomori.jp/kurashi/kinkyu/2014-1201-1506-19.html）でお知らせします。

☎防災課（☎40-7100）



その他

「グリーン住宅ポイント制度」が開始されました

高い省エネ性能を有する注文住宅の新築や分譲住宅の購入、既存住宅の対象となるリフォーム工事等に対して、商品や追加工事が付与される「グリーン住宅ポイント制度」の受け付けが5月6日（木）から始まりまし

た。この制度では、他にも「弘前圏域空き家・空き地バンク」に登録されている空き家購入に対してもポイントが付与されます。市内の空き家購入に伴うポイント申請に必要な「空き家バンク等証明書」は建築指導課（市役所3階）で交付して

います。
☎グリーン住宅ポイント事務局（☎0570-550-744、午前9時～午後5時（土日・祝日含む）※空き家バンク登録等証明書に関しては建築指導課空き家対策係（☎40-0522）まで。

危険物安全週間

「事故ゼロへ トライ重ねる ワンチーム（令和3年度危険物安全週間推進標語）」

6月6日（日）～12日（土）は危険物安全週間です。石油類をはじめとする危険物は、事業所等において幅広く利用されとともに、国民生活に深く浸透し、その安全確保の重要性は益々増大しています。しかし、近年、全国的に危険物を取り扱う際の事故が増加傾向にあります。事故の原因は、誤った取り扱いやうっかりミスなどの人的要因がほとんどです。危険物を取り扱うときは、安全を再確認するように心掛けましょう。※消防本部では、危険物安全週間期間中、危険物関係事業所の消防訓練や立入検査などを実施します。

☎弘前消防本部予防課（☎32-5104）

令和3年 経済センサス - 活動調査

「令和3年経済センサス - 活動調査」を実施します。全国すべての事業所が対象になりますので、調査への理解と回答をお願いします。

▼調査目的 6月1日時点のすべての産業分野における事業所・企業の経済活動の状況を全国的・地域別に明らかにすることを目的として実施します。

▼調査対象 商店や工場、事務所、営業所、学校、旅館、学習塾、病院、神社・寺院など、すべての事業所が対象となります。

▼調査方法 調査員が5月下旬から事業所を訪問し調査票を配布します。回答方法はインターネット回答または郵送提出となります。

▼調査票の管理と事業所情報の管理 調査票に記入した内容について秘密の保護には万全を期しており、統計作成の目的以外（例えば徴税資料など）に使用することはありませんので、安心して回答してください。

☎調査全般について（☎0120-430-103、午前9時～午後8時）／インターネット回答について（☎0120-619-730、午前9時～午後8時）／その他…広聴広報課（☎40-7016）

ひろさき生活・仕事応援センターの就労準備セミナー

自分らしく働くために、不安や迷いを減らしてみませんか。求職活動中の人



はどなたでも参加できます。

▼とき 5月26日（水）、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 「働くってなに？」

▼講師 藤田雄己さん（JMTC・キャリアコンサルタント）

▼参加料 無料

▼申し込み方法 5月19日（水）までに、ひろさき生活・仕事応援センター（ヒロロ3階）に直接来所または電話で申し込みを。
☎ひろさき生活・仕事応援センター（生活福祉課就労自立支援室、☎36-3776）

ひろさき広域出愛サポートセンター休日登録会



結婚を希望する独身男女が会員に登録し、お見合いをする支援をしています。

▼とき 5月23日（日）正午～午後4時
※事前の申し込みは不要。

▼ところ ヒロロ（駅前町）3階多世代交流室A

☎ひろさき広域出愛サポートセンター（☎35-1123〈日・月曜日、祝日を除く、午前10時～午後7時〉）

「世界文化遺産登録をめざす縄文遺跡めぐり」参加者募集

▼とき 6月27日（日）、午前8時30分～午後5時（雨天決行）

▼集合・解散場所 JR弘前駅城東口（表町）駐車場前

▼内容 大森勝山遺跡、森田歴史民俗資料館、木造亀ヶ岡遺跡、田舎館遺跡巡り

▼対象 中学生以上の市民＝40人

※応募多数の場合は抽選で決定。

▼参加料 3,000円

▼持ち物 昼食、おやつ、飲み物、汗ふきタオル、雨具、筆記用具など

▼申し込み方法 6月10日（木）までに、郵送またはファクス（郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、遺跡めぐり参加希望を記入）で申し込みを。

☎弘前縄文の会（今井さん、〒036-8333、若党町75の2、☎兼F☎32-9272）

※令和3年度市民参加型まちづくり1%システム採択事業。

休日在宅当番

▼診療時間 内科…午前9時～正午／耳鼻いんこう科・眼科、歯科…午前10時～午後4時

内 科		
6/6	伊東クリニック（元大工町）	☎32-0630
13	さがらクリニック（桔梗野1）	☎37-2070
20	千葉胃腸科内科医院（石渡3）	☎36-7788
27	弘前温泉養生医院（真土）	☎82-3377

耳鼻いんこう科・眼科		
6/13	あきた耳鼻咽喉科クリニック（南城西2）	☎32-2332
27	松本眼科（三岳町）	☎31-3211

歯 科		
6/6	弘南歯科医院（川先4）	☎26-0888
13	たかち歯科小児歯科医院（向外瀬4）	☎37-5533
20	やがわ歯科医院（城西4）	☎39-6400
27	百石町デンタルクリニック（百石町）	☎55-6480

◎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休日在宅当番医に電話でご確認ください。

上記のほか市急患診療所（野田2丁目）において、内科・外科・小児科の診療を行っています。
①休日…午前10時～午後4時
②夜間…午後7時～10時30分
※夜間は内科と小児科のみ診療。

休日当番が割り当たっていない日や、急患診療所の受付時間外は医療機関紹介電話（☎32-3999）へお電話ください。

人の動き Population	
前月比	
・人口	167,117人（-1,086）
男	76,377人（-612）
女	90,740人（-474）
・世帯数	72,012世帯（-166）
令和3年4月1日現在（推計）	