求人説明会・ミニ面接会

求職中なら誰でも無料で参加でき面接も可能です。

▼**とき**　10月7日（木）・25日（月）の午後1時30分～4時30分（受け付けは午後1時～）
▼**ところ**　ヒロロ（駅前町）4階市民文化交流館ホール
▼**定員**　20人程度
▼**参加企業数**　3社以上（予定）
▼**その他**　参加希望者は当日までに申し込みを。ハローワークに未登録の人も参加可。雇用保険受給者は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ターン求職者は、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（開催日の7日前までに申し込みが必要）。
問I・M・S（弘前就労支援センター内、ヒロロ〈駅前町〉3階、☎55-5608）

ジョブ・カードを活用したキャリア・アンカーセミナー

これからのキャリアプランを考える女性限定のオンラインセミナーです。希望者にはキャリアコンサルティングも実施します。
▼**講師**　中野綾子さん（キャリアコンサルタント・元NHK青森放送局キャスター）
▼**とき**　セミナー＝10月16日（土）、午前10時～11時30分／キャリアコンサルティング＝10月16日（土）・20日（水）
▼**対象**　在職中または求職中の女性
▼**定員**　各回30人（先着順）
▼**受講料**　無料（通信料は自己負担）
※セミナーは10月11日（月）までに申し込みが必要／申し込み方法やキャリアコンサルティングの詳細は、ホームページ（QRコード）で必ず確認を。
問青森キャリア形成サポートセンター（☎017-723-5315）

生産性向上支援訓練受講生募集

【プレゼンソフトの業務活用】
▼**とき**　11月4日（木）
▼**ところ**　JMTC弘前教室（御幸町）
▼**定員**　12人
▼**受講料**　2,200円
▼**申込期限**　10月19日（火）
【企業価値を上げるための財務管理】
▼**とき**　11月16日（火）
▼**ところ**　総合学習センター（末広4丁目）
▼**定員**　15人
▼**受講料**　3,300円
▼**申込期限**　11月2日（火）
～共通事項～
▼**時間**　午前9時30分～午後4時30分
▼**対象**　企業から推薦を受けた人（事業主本人も含む）
▼**申し込み方法**　ファクスで申込書を提出（申込書はホームページからもダウンロード可）
問ポリテクセンター青森（☎017-777-1186、F017-777-1187、H https://www3.jeed.go.jp/aomori/poly/）

行政相談週間　無料行政相談

10月18日～24日は行政相談週間です。毎週水曜日に開設している行政相談委員による行政相談所を、10月19日（火）～24日（日）は毎日開設します。相談無料で、秘密は厳守します。
▼**開設時間**　午前10時～午後3時
▼**ところ**　市民生活センター（ヒロロ〈駅前町〉3階）
▼**相談内容**　行政サービス（道路・河川、年金、医療保険、老人福祉、登記、労働基準、雇用保険、自動車検査・登録、窓口サービスなど）への苦情や意見・要望、相談など
問市民生活センター（☎33-5830）／青森行政監視行政相談センター（☎0570-090110）

秋の火災予防運動

『おうち時間　家族で点検　火の始末』

10月18日(月)～24日(日)の1週間、県下一斉に「秋の火災予防運動」が実施されます。この季節は日増しに寒くなり、火を取り扱う機会が多くなります。暖房器具の点検はお済みですか？ちょっとした油断や火の取り扱いの不注意が火災の原因になることがあります。

自宅の住宅用火災警報器は正常に作動していますか？尊い命や貴重な財産を守るため、いざという時に機能するか確認しましょう。まだ取り付けていない人は早めの設置をお願いします。

『住宅防火　いのちを守る10のポイント』
○4つの習慣…①寝たばこは絶対にしない、させない／②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない／③こんろを使うときは火のそばを離れない／④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。
○6つの対策　①ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する／②住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する／③部屋を整理整頓し、寝具・衣類・カーテンは防炎品を使用する／④消火器等を設置し、使い方を確認しておく／⑤高齢者や身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく／⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う
問弘前消防本部予防課（☎32-5104）、最寄りの消防署・分署へ。

甲種防火管理再講習　該当する施設は受講を

▼**とき**　11月9日（火）午前9時30分～正午
▼**ところ**　岩木文化センター（賀田1丁目）
▼**定員**　70人（先着順）
▼**受講料**　無料（事前に書店などでテキストの購入が必要）
※詳細はホームページ（http://www.hirosakifd.jp/）で確認できます。
問10月11日（月）～10月15日（金）に、弘前消防本部予防課（☎32-5104）か最寄りの消防署・分署へ。

時…とき　所…ところ　内…内容　定…定員・対象　¥…参加料　持…持ち物　問…問い合わせ・申込先

各種無料相談など

労働相談会

時①10月5日（火）の午後1時30分～3時30分／②10日(日)・17日（日）・24日（日）の午前10時30分～午後0時30分
所5日・24日…県労働委員会（青森市新町2丁目）／10日…総合学習センター（末広4丁目）2階／17日…ユートリー（八戸市一番町）4階
内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。
¥無料
問県労働委員会事務局（☎017-734-9832）／労働相談ダイヤル（☎0120-610-782）

1日合同行政相談所

時10月15日（金）、午前10時30分～午後3時
所ヒロロ（駅前町）3階ヒロロスクエア
内各種行政機関や弁護士などによる、税金、労働、道路、年金、交通安全、多重債務、相続、隣人とのトラブルなど、暮らしのさまざまな疑問や困りごとの相談
定各機関9人（先着順）
¥無料
※事前の予約が必要。
問10月1日（金）の午前9時以降に、青森行政監視行政相談センター（☎0570-090110）へ。

各種スポーツ・体操教室

ソフトバレーボール体験教室

時10月15日～12月24日の毎週金曜日（12月17日を除く）、午前10時～正午
所岩木B&G海洋センター（兼平字猿沢）
内ソフトバレーボールの基本や試合
定市民＝15人　¥無料
問10月9日（土・必着）までに、往復はがき（※）で金属町体育センター（〒036-8245、金属町1の9、☎87-248）へ。

水泳教室（バタフライ）

時11月2日～19日の毎週火・金曜日、午前10時～11時
所温水プール石川（小金崎字村元）
内バタフライの基本練習
定クロールが25m以上泳げる市民＝15人　¥無料
持水着、水泳帽、ゴーグル
問10月16日（土・必着）までに、往復はがき（※）で温水プール石川（〒036-8123、小金崎字村元125、☎49-7081）へ。

第10回B&G会長杯ラージボール卓球大会

時11月7日（日）、午前9時～（受け付けは午前8時30分～）
所弘前B&G海洋センター（八幡町1丁目）
内男女混合団体戦（男2、女2）
定市民および弘前ラージボール卓球協会員（大学生は除く）
¥1,300円（弁当代込み）
問10月21日（木）までに弘前ラージボール卓球協会（桜庭さん、☎090-5183-1215）へ。

弓道教室

時11月1日～2月10日の毎週月・木曜日、午前10時～正午
所青森県武道館（豊田2丁目）近的弓道場
内弓道の基本（所作）～射法
定10人（先着順／高校生以下不可）　¥無料
問10月4日（月）～15日（金）に青森県武道館（☎26-2200）事務室窓口またはファクス（F26-2206）申し込みを。

（※）…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）・教室名の記入を。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。
共通事項…飲み物、汗拭きタオル、（室内の場合）室内シューズを持参し、運動のできる服装で参加を。各自傷害保険に加入を。詳しくは各施設に確認を。