

柴田学園大学短期大学部 公開講座



▼とき ①12月4日(土)の午前9時~正午、②12月11日(土)の午前10時~11時

▼ところ 柴田学園大学短期大学部(上瓦ヶ町)

▼講座名 ①楽しく弾こう!子どもの歌のピアノレッスン2、②『津軽のおいしいおかげ』出版記念講演「食卓に津軽のおいしいおかげを!」

▼対象 ①高校生=6人、②

高校生以上=50人

▼受講料 無料

▼申し込み方法 ①は11月27日(土)までに、②は12月4日(土)までに、ホームページ、Eメールまたはファックス(希望講座名・氏名・住所・電話番号を明記)で申し込みを。

※応募多数の場合は抽選で決定
/受講者にははがきで受講票を送りますので、当日持参を/出前講座も行っています。詳しくはホームページで確認を。

問柴田学園大学短期大学部(☎ 32-6151、F 32-6153、E jc_chibunse@shibata.ac.jp、H <https://jc.shibata.ac.jp/>)

排水設備工事配管工 認定講習

▼とき 令和4年1月14日(金)
▼ところ 岩木庁舎(賀田1丁目)2階多目的ホール
▼受講料 7,000円(振込手数料を除く)

▼申し込み方法 11月9日(火)~30日(火)の期間(土・日・祝日を除く)に申し込みを。
※受講資格などの詳細は市ホームページ、青森県下水道協会ホームページで確認を/責任技術者および配管工の更新講習は弘前会場では実施せず、申し込みも郵送のみとなりますので、対

象となる人はご注意を。
問上下水道部営業課給排水係(岩木庁舎1階、☎ 55-6895)



その他

緊急通報システムの貸し出し

急病や緊急時に緊急通報を必要とする、在宅でひとり暮らしの高齢者などに対し、緊急通報システム(装置)を貸し出します。

▼対象 次の①~③のいずれかに該当し、家庭に電話回線がある世帯

①おおむね65歳以上の市民、
②世帯員の就労などにより緊急通報を必要とする高齢者、③重度の身体障がい者が属する世帯(単身世帯を含む)

※回線の種類によって設置できない場合があります。

▼1ヶ月当たりの利用料 生活保護世帯の場合=無料/世帯全員が住民税非課税の場合=1,100円/世帯に住民税課税者がいる場合=1,650円

高齢者健康トレーニング教室

トレーニングマシンを利用した軽い負荷による運動教室です。

毎日開催【ロマントピア教室】

▼開催時間(各回50分程度)

- ①午前8時50分~
- ②午前9時50分~
- ③午前10時50分~
- ④午後1時40分~
- ⑤午後2時40分~
- ⑥午後3時40分~



問ロマントピア教室(☎ 84-2236)

▼ところ 星と森のロマントピア(水木在家字桜井)
森林科学館内

▼定員 各回=6人

▼申し込み方法 利用希望日の3日前までに電話で予約を。

▼持ち物 初回のみ年齢が確認できるもの(運転免許証、健康保険証、マイナンバーカードなど)が必要

毎日開催【温水プール石川教室】

トレーニングマシンを利用した筋トレと、有酸素運動を交互に行うサーキットトレーニングを実施します。

▼ところ 温水プール石川(小金崎字村元)

▼定員 各回=6人

※電話で事前に予約した人を優先しますが、当日参加も可能です。

問温水プール石川(☎ 49-7081)

▼開催時間(各回30分程度)

- ①午前9時30分~
- ②午前10時30分~
- ③午前11時30分~
- ④午後1時30分~
- ⑤午後2時30分~
- ⑥午後3時30分~
- ⑦午後4時15分~



共通事項…室内シューズ、飲み物、タオルを持参で参加を。

※ヒロ口(駅前町)3階でも実施しています。詳細は広報ひろさき11月15日号に掲載します。



「温水プール石川」へは、大鰐線生活応援きっぷ『わにサポ』の利用で帰りの運賃が100円に!

①大鰐線に乗車し、降りる際に、『わにサポ』を受け取り、プール受け付けで「印」をもらう
②帰りの電車の降車駅で、運転士または駅係員へ『わにサポ』と一緒に100円を支払う

※毎年8月頃に課税調査を実施するため、利用料が変更になる場合があります/「世帯」とは、住まいを同じくしている家族のことを意味します。
問介護福祉課高齢福祉係(☎ 40-7114)

習支援を行います。
▼とき 毎週水曜日の午後4時45分~6時35分
※夏・冬休み期間中は時間を変更する場合があります。
▼ところ 文京地区(詳しくは申込時にお知らせします)

▼対象 市内の就学援助受給世帯、生活保護受給世帯、児童扶養手当受給世帯の中学生や高校生、高校を中退した人、または中学校を卒業して進路が決まつていない人

▼参加料 無料
▼申し込み方法 申込書を生活福祉課(市役所1階)に提出を。
※申込書は生活福祉課に備えているほか、市ホームページからダウンロードできます。
問生活福祉課(☎ 40-7041)

「反射材」を着用しましょう

【いきいきシルバー交通安全強調月間】

青森県では11月1日~30日を、いきいきシルバー交通安全強調月間としています。

この時期は日没が早くなり、夕暮れから夜間にかけて高齢者の交通事故が多発する傾向にあります。夜間などは運転者の目に付きやすい明るい服装や反射材を身につけましょう。また、運転に不安を感じた場合は、安全運転相談ダイヤル「#8080」に相談してください。

ドライバーの皆さん、ライトを早めに点灯し、スピードを控えめにするなど、ゆとりと思いやりの心を持った運転を心掛けましょう。

▼強調月間のポイント
①高齢歩行者の安全の確保
②高齢運転者の交通事故防止
③高齢者の交通安全に関する県民の意識啓発
問地域交通課(☎ 35-1102)

市のテレビ番組 『元気!弘前』

【弘前で農業始めよう!】

市の基幹産業である農業の現場では、高齢化や後継者不足が深刻化しており、市では担い手や労働力確保に向けて農業里親研修事業などを実施しています。今回はその研修の様子などを紹介します。

▼放送日 11月6日(土)、午前10時~10時15分

▼放送局 青森放送(RAB)

問広聴広報課(☎ 35-1194)



学習支援教室「あつぱる~む」 参加者募集

経済的な理由などで学習塾に通うことが困難な中学生などを対象に、大学生のボランティアが学