

ひろさき圏域移住者交流会 「ヨソモノカフェ～ヨソモノあ るあるトークでつながろう～」

青森県外から
弘前圏域市町村
(弘前市、黒石
市、平川市、藤崎町、板柳町、
大鰐町、田舎館村、西目屋村)
へ移住した人同士が、自由に交
流できるイベントです。
▼とき 2月19日(土)
午後2時～4時

▼ところ HIROSAKI ORAN
DO(百石町)
▼対象 青森県外出身の弘前圏
域市町村への移住者＝20人程
度(先着順)
▼参加料 1,000円(ドリンク、
おやつ代)
▼申し込み方法
2月14日(月)
までに、QRコードから申し込みを。
問 HIROSAKI ORANDO(石
山さん、E nclhirosaki@goo
glegroups.com)

こどもの森の催し

◎月例登山『行けるとこまで行
ってみよ』
▼とき 2月20日(日)、午
前9時30分～午後2時30分
▼ところ こどもの森
▼対象 登山経験があり、当日

に冬山登山の装備をしている人
▼参加料 無料
※事前の申し込みが必要。
▼持ち物 飲み物、昼食、タオ
ル、替えの下着・靴下、雨具、
防寒着
【冬季開館日】
毎週土・日曜日、祝日、小・
中学校の春休み期間。
問 こどもの森ビジターセンター
(坂元字山元、久渡寺境内、☎
88-3923) / 市みどりの協会
(☎ 33-8733)

弘前リードマン健康寿命延 伸事業「笑(わら)うおーき んぐサッカー」

ウォーキングサ
ッカーを知ってい
ますか。サッカー
発祥の地イギリス
で生まれた、体へ
の負担が少ない「歩く」サッカ
ーです。初心者こそ始めやすく、
日頃運動する機会が少ない人も
必見！弘前リードマン・黒部能
史さんのレクチャーのもと、コ
ミュニケーションを取りながら
楽しく体を動かしてみませんか。
▼とき 2月20日(日)、午
前10時～11時30分(受け
付けは午前9時30分から)
▼ところ 弘前B&G海洋セン
ター体育館(八幡町1丁目)
▼講師 黒部能史さん(弘前リ

ードマン/弘前Jスポーツプロ
ジェクト理事長)
▼対象 18歳以上の市民＝
20人(先着順)
▼参加料 無料
▼服装・持ち物 動きやすい服
装、運動靴(内履き)、汗拭き
タオル、水分補給用の飲み物
※ボール等、サッカーの用具は
持参不要。
▼申し込み方法 2月10日
(木・必着)までに、市役所、
その他市の公共施設に設置され
ているチラシ裏面の「参加申込
書」に、氏名、連絡先などの必
要事項を記入の上、Eメール、
ファクス、郵送、持参などで申
し込みを。電話での申し込みも
可能です。
問 市民協働課協働推進係(〒
036-8551、上白銀町1の1、
市役所2階、☎ 40-7108、F
35-7956、E shiminkyoudou
@city.hirosaki.lg.jp)

第1回市民協働交流まつり

市民参画セ
ンターに登録
している市民
活動団体やボ
ランティア団体等の活動を市民
の皆さんに広く紹介し、交流を
図るイベントです。どなたでも
入場できますので、お気軽にお
越しください。
▼とき 2月23日(水・祝)、

午前10時30分～午後2時
30分
▼ところ ヒロロ(駅前町)3
階ヒロロスクエア…展示・体験・
販売/ヒロロ4階市民文化交流
館ホール…発表
▼内容 活動紹介の展示、ステ
ージ発表、バルーンアートなど
の体験、パン・焼き菓子などの
販売
▼入場料 無料
問 市民参画センター(☎ 31-
2500)

協働♪ まちづくりフォーラム♪

【まちづくりは健康づくりから
～元気に楽しく地域活動～】
毎日を楽しみ過ごし、元気に
まちづくりに参加するには、自
身が健康であることが一番大切
です。今回は、「運動」と「食」
それぞれの分野でまちづくり活
動を行っている人を講師に招
き、「普段の活動内容や思い」、
「健康のために必要なこと」な
どをお話いただきます。どなた
でも気軽に参加できる楽しいイ
ベントです！

▼とき 2月23日(水・祝)
午後1時～2時
▼ところ ヒロロ(駅前町)4
階市民文化交流館ホール
▼内容と講師
①自宅で簡単にでき
る運動方法の紹介
(短時間ですが、実
際に体を動かします
ので、動きやすい服
装で参加を)…講師＝八木橋喜
代治さん(ひろさき健幸増進リ
ーダー会会長)

②栄養バランス
や減塩の大切さ
など、食習慣と
健康の関連性に
ついて紹介…講師＝斎藤明子さ

ん(弘前市食生活改善推進委員
会会長)
▼定員 40人程度(先着順)
※事前の申し込みが必要。
▼参加料 無料
問 2月15日(火)までに、市
民協働課(☎ 40-7108、F
35-7956、E shiminkyoudou
@city.hirosaki.lg.jp)へ申
し込みを。

大学コンソーシアム 学都ひろさき 学生団体シンポジウム

【5大学と学生1万人が弘前を
つくる】
地域に関心を持ち、地域に出
て活動する学生が増えていま
す。学生の地域活動を発表し、
多くの市民に知ってもらうほ
か、大学の枠を超えた学生同士
の交流の場を作るとともに、団
体同士の繋がりが強化、さらなる
活発な活動を目指して開催する
シンポジウムを、ライブ配信し
ます。

▼とき 2月20日(日)
午後1時～4時
▼内容 学生地域活動の成果発
表、学生団体の活動紹介等
▼視聴方法 アップルストリー
ムによるライブ配信および事
後配信(http://applestream.
jp/)
※事前の申し込みは不要/パソ
コン・スマートフォン対応/視
聴無料(通信料を除く)。
▼視聴定員 制限なし
問 大学コンソーシアム学都ひろ
さき(☎ 39-3160、E conso
@hirosaki-u.ac.jp)

市民ライター活動報告会

弘前に住む人の日常や、移住
してきた人ならではの気づきや
発見など、「住んでみたい」、「住

み続けたい」と思
える弘前の魅力を
発信する「弘前ぐ
らし市民編集部ライター」の、
令和3年度の活動報告会です。
▼とき 2月26日(土)
午後1時～3時
▼ところ ヒロロ(駅前町)3
階健康ホール
▼定員 20人程度
▼参加料 無料
問 2月24日(木)までに、電
話またはEメール(住所・氏名・
電話番号を記入)で企画課人口
減少対策担当(☎ 40-7121、
E kikaku@city.hirosaki.
lg.jp)へ申し込みを。

2月 図書館休館日

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

※変更となる場合があります。

弘前図書館(下白銀町)
☎ 32-3794
岩木図書館(賀田1丁目)
☎ 82-1651
こども絵本の森(ヒロロ〈駅
前町〉3階) ☎ 35-0155
相馬ライブラリー(相馬や
すらぎ館〈五所字野沢〉内)
☎ 84-2316

