

中南地域産直スタンプラリー

▼開催期間 10月1日(土)～31日(月)  
▼参加方法 中南地域産の農産物・加工品を500円(税込み)以上購入すると、スタンプを1個押印。3店舗分のスタンプを集めて参加店舗に掲示すると、その場でオリジナル保冷バッグがもらえます。  
※先着1,000人/景品が無くなり次第終了。  
▼参加店舗 中南管内の直売施設18店舗  
詳しくは店舗等に掲示しているポスターで確認するか、お問い合わせください。  
☎中南地域産地直売施設協議会事務局(中南地域県民局農業普及振興室内、☎33-2902)

シニア向け合同企業説明会

シニアの雇用に積極的な企業の担当者が、会社概要、求人内容、仕事内容を説明します。  
▼とき 10月11日(火)、午後1時～4時(受け付けは午後0時30分～3時30分/入退場自由)  
▼ところ ヒロロ(駅前町)4階市民文化交流館ホール  
▼対象 45歳以上の就職活動中の人  
▼参加料 無料  
▼参加企業 15社程度  
▼その他 ハローワーク・シルバー人材センター・産業雇用安定センター・カウンセリングのブースもあり、さまざまな相談ができます。「採用につながる応募書類のポイント」のミニセミナーも開催します。  
※事前の申し込みは不要/雇用

保険受給者の人は求職活動実績に該当しますので、雇用保険受給資格者証をお持ちください。  
☎ネクストキャリアセンターあおもり(☎017-723-6350、E chuukounen@ims-hirosaki.com)

第二種電気工事士技能試験事前講習(下期)

在職中の人を対象とした試験対策講習を実施します。  
▼とき 11月16日(水)～18日(金)の午前9時～午後4時(休憩1時間含む)  
▼ところ 弘前高等技術専門学校  
▼定員 10人  
▼受講料 1,600円  
▼募集期間 9月27日(火)～10月26日(水・必着)  
▼申し込み方法 ファクス・郵送または電話で申し込みを。  
※受講申込書はホームページからダウンロード可。詳しくはホームページをご覧ください。  
☎弘前高等技術専門学校(〒036-8253、緑ヶ丘1丁目9の1、☎32-6805、F 35-5104、H https://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/hi-gisen\_zaishokusha.html)

令和4年度(5年度生)弘前高等技術専門学校入校生募集

▼定員 自動車整備科・総合建築科=各20人(推薦試験合格者を含む)  
▼訓練期間 2年間  
▼応募資格 公共職業安定所に求職申し込みをし、受講指示、受講推薦、または支援指示を受けられる見込みの人で、かつ学校教育法による高卒者(令和5年3月卒業見込みの人を含む)またはこれと同等以上の学力を

有する人  
▼受付期間 10月11日(火)～11月16日(水)  
▼試験日 11月25日(金)  
※詳しくは問い合わせを。  
☎弘前高等技術専門学校(緑ヶ丘1丁目、☎32-6805)

弘前大学教育学部附属小学校・中学校 学校説明会

受検を希望する人はご参加ください。  
▼とき 10月14日(金) 午後2時30分～  
▼ところ 弘前大学教育学部附属小・中学校(学園町)体育館  
説明会の詳細と募集要項は、9月20日(火)以降に各学校のホームページに掲載しますので、ご確認ください。  
☎弘前大学教育学部附属小学校(☎32-7202)、附属中学校(☎32-7201)

弘前学院聖愛中学校 学校説明会

▼とき 9月30日(金)、午後6時30分～7時30分  
▼ところ ヒロロ(駅前町)4階市民文化交流館ホール  
▼内容 学校説明、入学試験についての質問  
▼対象 聖愛中学校の受験を考える小学生(学年は問いません)とその保護者  
▼申し込み方法 電話、ホームページまたは公式LINEアカウントで申し込みを。



▲ホームページ ▲公式LINE

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

各種スポーツ・体操教室など



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ゆったり体力UPストレッチ教室	10月5日～12月14日の毎週水曜日(11月23日を除く)、午後1時30分～2時30分	市民体育館(五十石町)フィットネスルーム	ストレッチ体操と簡単な筋トレ、脳トレの紹介	市民=12人	無料	①9月26日(月・必着)、②9月30日(金・必着)、③9月26日(月・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)
②～認知症を予防しよう!～☆楽しく健康教室☆	10月13日～12月15日の毎週木曜日(11月3日を除く)、午後1時30分～2時30分	金属町体育センター 集会室	軽いリズム体操や脳トレ等で身体を動かします	市民=12人	無料	
③リフレッシュ☆ストレッチ教室	10月15日～12月17日の毎週土曜日、午前10時30分～11時30分		自宅でもできる簡単なストレッチの紹介	市民=12人	無料	
④かけっこ教室	10月6日～31日の毎週月・木曜日(10月10日を除く)、午後4時30分～6時	河西体育センター	走る・跳ぶ等の全身運動、音楽に合わせてのジャンプトレーニング等	市内の小学生=30人程度	無料	9月28日(水・必着)までに、河西体育センター(〒036-8316、石渡1丁目19の1、☎38-3200)へ。 (※1)、(※2) ※④はなわとび、⑤は長めのタオル持参。
⑤チェア体操教室	10月18日～11月29日の毎週火曜日、午後1時30分～2時30分	市民体育館(五十石町)フィットネスルーム	いすに座って出来るストレッチ、音楽に合わせてのリズム体操等	市民=10人	無料	
⑥筋膜リリース教室	10月6日・13日・27日・11月10日・17日(いずれも木曜日)の午前10時～正午	河西体育センターアリーナ	体のゆがみ、こりや痛みを筋膜リリースで改善します	15人	5,000円(全5回分/傷害保険料込み)	河西体育センター(石渡1丁目、☎38-3200)(※2)
⑦はるか夢球場バッティングセンター	9月23日(金・祝)午前9時～午後4時(受付は午前8時30分～)	はるか夢球場(豊田2丁目)	正規グラウンドを利用したバッティングセンター。軟式M号・球速85km前後。ホームラン時オーロラビジョンでの演出あり。	どなたでも	1回(24球)500円	運動公園(☎27-6411) ※事前の申し込みは不要/スパイクの使用・グラウンド内の飲食は不可。
⑧フライデーヨガストレッチ	10月7日～12月23日の毎週金曜日(全12回)、午前10時30分～11時30分	弘前B&G海洋センター(八幡町1丁目)武道場	ヨガのポーズや呼吸法を取り入れたストレッチ	30人	3,000円(12回分/傷害保険料込み)	弘前B&G海洋センター(☎33-4545、火曜日は休み)
⑨子供空手体験会	10月1日(土) ①未就学児クラス…午後3時30分～4時30分 ②小学生クラス…午後5時～6時		未経験の子どもたち対象の空手体験教室	①4～5歳 ②小学生	無料	鳴海道場(鳴海さん、☎080-6007-4798)

(※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)・教室名を記入の上、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。

共通事項…飲み物、タオルなどを持参し、運動のできる服装で参加を。各自傷害保険に加入してください。詳しくは各施設に確認を。