

令和4年(2022年)

8.15

No.417

広報

あおもり



【特集】

— 全国各地から駆け付ける —

緊急消防援助隊

主な内容

04	市からの重要NEWS ・青森市職員採用試験案内	10	・健康に関するイベント・講座
06	・高齢者支援課からのお知らせ	11	情報ひろば
08	健康ナビ ・集団健診・検診	13	・国際交流員異文化理解講座
		15	・星フェス開催!
		16	夏だ♪モヤヒルズへ行こう♪

写真：新設のキッズコーナー（7月16日/「道の駅」浅虫温泉ゆ〜さ浅虫）



▲今年度訓練 ロゴマーク

全国各地から駆け付ける 緊急消防援助隊

消防本部警防課 ☎017-775-0854

緊急消防援助隊って？

大規模な災害が発生した場合、被災地の消防機関だけでは対処出来ないことがあります。そんなとき、被災地からの要請を受け、各都道府県の消防本部や航空隊が、空・陸から応援に出動します。

この応援部隊が「緊急消防援助隊」です。

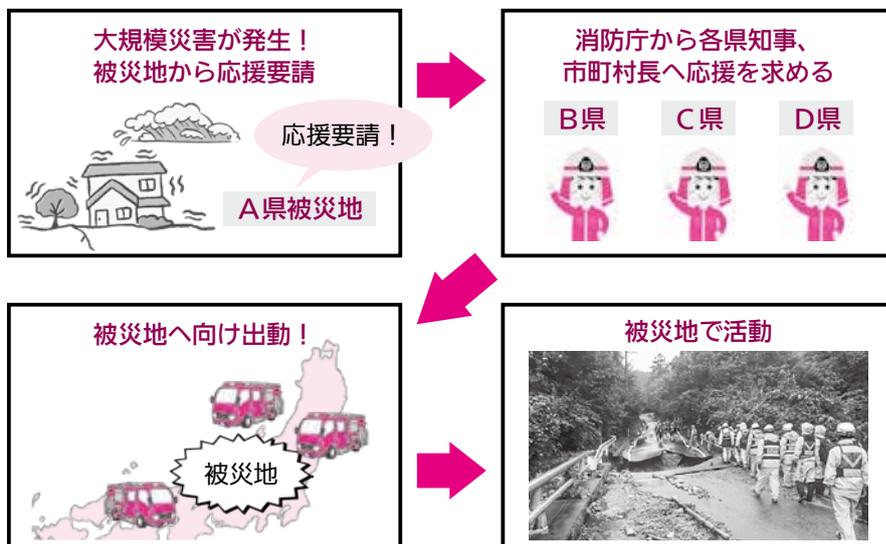
緊急消防援助隊の

出動実績

緊急消防援助隊は、平成7年の創設以来、平成16年新潟県中越地震、平成17年JR西日本福知山線列車事故、平成23年東日本大震災、近年では、令和元年東日本台風や令和2年7月豪雨、静岡県熱海市土石流災害等、令和4年1月末までの間に、合計43回出動しています。

緊急消防援助隊の応援の仕組み

緊急消防援助隊は、消防庁長官の出動指示等を受けて、被災地に迅速に出動します。東日本大震災を上回る被害が想定される首都直下地震や南海トラフ地震等の大災害では、特別な計画に基づいて、全国規模に応援出動します。



▲令和元年東日本台風





10月7日(金)・8日(土) 令和4年度緊急消防援助隊 北海道東北ブロック合同訓練の開催



地域ブロック合同訓練

緊急消防援助隊の地域ブロック合同訓練は、消防組組法第45条の規定に基づき、毎年度、全国6ブロックで実施。北海道東北ブロックの合同訓練は、8道県（北海道、東北6県及び新潟県）の輪番で実施しています。

本市24年ぶりの開催！

今年度の合同訓練は、10月7日(金)、8日(土)に青森市で開催。本市での開催は24年ぶりとなります。

訓練は、青森県内で大規模な地震が発生、市内では建物倒壊、火災、津波及び土砂災害などにより甚大な被害が発生したとの想定で実施します。また、8日(土)に新中央埠頭で実施する訓練では、一般観覧席を設置予定です。詳細は、青森消防本部ホームページ等でお知らせします。



▲青森消防本部
ホームページ



■ 主な訓練実施場所

10月7日(金) ▶ 久栗坂地区(志田内海株式会社採石場・久栗坂漁港)、宮田地区(新青森県総合運動公園)、原別地区(東消防署原別分署)、浜田地区(県営スケート場)

10月8日(土) ▶ 堤埠頭・浜町緑地・新中央埠頭



訓練当日は各訓練実施場所付近を多数の消防車両等が走行しますので、皆様のご理解ご協力をお願いします。

消防本部警防課 濱田

青森市職員採用試験案内

令和5年4月1日付け採用予定の青森市職員の採用試験を次のとおり実施します。受験資格等詳細は受験案内をご確認ください。

受験案内・受験申込書は、人事課、市役所各庁舎、各支所・市民センターなどで8月15日(月)から配布するほか、市ホームページにも掲載します。

☎ 人事課 (017-734-5093)

◆採用職種・受験資格 下記のほか、受験案内に定める要件を満たすかた

高等学校卒業程度

事務職(障がい者含む) / 電気職 / 土木職 / 消防職
平成13年4月2日～平成17年4月1日生まれのかた

企業等職務経験者

電気職 / 土木職 / 化学職
昭和58年4月2日～平成5年4月1日生まれのかた

医療職

獣医師 / 薬剤師 / 診療放射線技師 / 看護師(専任教員含む)
獣医師、薬剤師、診療放射線技師: 昭和57年4月2日以降生まれのかた
看護師: 昭和52年4月2日以降生まれのかた
看護師(専任教員): 昭和38年4月2日以降生まれのかた
それぞれの免許を有するかた(令和4年度に実施される国家試験の合格見込者を含む)

◆試験日等 試験日 9月25日(日)
試験会場 青森公立大学

◆受付期間 9月9日(金)まで

※6月19日実施の「青森市職員採用試験」と同じ試験職種の受験はできません。

※医療職は試験日等が異なりますので、受験案内等をご確認ください。



令和4年度 新採用職員 森山

採用職種が追加となる場合がありますので、受験案内等をご確認ください。

第1回障がい者雇用促進セミナー

現在、民間企業における障がい者の法定雇用率は2.3%で、対象となる事業主の範囲は、従業員435人以上です。市では企業の障がい者雇用を支援するため、障がい者雇用促進セミナーを開催します。企業が多様な人材確保に役立つ内容となっておりますので、ぜひご参加ください。

◆第1回「障がい者の種類と職業適性」

時 8月22日(月)

午後1時30分～3時30分

所 青森商工会議所7階研修室

(新町一丁目2-18)

内 ①特別支援学校関係者による障がいの種類や職業スキル等の紹介
②ハローワーク青森による各種支援制度の紹介
障がい者の雇用や実習の受入れに関心のある企業のかた

入 料 30人(申込順) / 無料

申 込 8月19日(金)までに経済

政策課 (017-734-240)

2 ☒ keizai-seisaku@city.

aomori.aomori.jp <

あおもり安心飲食店応援キャンペーン「つなぐる」実施中!

県では、「あおもり飲食店感染防止対策認証制度」の認証を受けた飲食店を対象に、飲食代1,000円1口から応募できる食事券が当たるキャンペーンを実施!

なんと!!総額1億円が計14,000人に当たるビッグチャンスです。ぜひご応募ください!

期間 ▶ 8月10日(水)～9月30日(金)

☎ あおもり安心飲食店応援キャンペーン事務局
(017-752-8310)

※詳細は下記二次元コードからご確認ください。



▲「つなぐるあおもり」ホームページ

第30回青森県民駅伝競走大会

青森市代表チームをみんなで応援しましょう

県内の市町村の代表チームが、「健脚でつなげ郷土の和と心」をスローガンに、青森の舞台で熱戦を繰り広げます。

テレビの前からみなさんの熱い声援をよろしくお願いします。



◆日時

9月4日(日) 12:00スタート
※青森放送(RAB)にて放送予定

◆場所・コース

カクヒログループアスレティックスタジアム及び新青森県総合運動公園内周回コース(全9区間 計26.1Km)

◆問合せ先

地域スポーツ課 (017-718-1431)

掲載の内容は、7月19日時点の情報をもとに作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

納期限のお知らせ

◆市税等の納期限

今月分として納めていただく市税等の納期限は次のとおりです。忘れずに納めましょう。

※口座振替の場合は納期限日
が引き落とし日になります。

【8月31日(水)納期限】

①市・県民税(普通徴収分)
第2期分

②国民健康保険税(普通徴収分) 第2期分

③後期高齢者医療保険料(普通徴収分) 第2期分

④介護保険料(普通徴収分) 第2期分

⑤児童保育負担金(保育料) 第5期(8月)分

⑥市営住宅使用料8月分

⑦市営住宅駐車場使用料8月分

⑧放課後児童会負担金8月分

⑨公園管理料 全期分

【9月12日(月)納期限】

⑩市・県民税(給与特別徴収分) 8月分

⑩①〜⑩④、⑩⑩納税支援課

(☎017-734-5209)

⑤子育て支援課

(☎017-734-5330)

⑥・⑦の住宅まちづくり課
(☎017-734-5572)

⑧子育て支援課
(☎017-734-5348)

⑨生活安心課
(☎017-734-5277)

町会に宝くじの助成金

(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源にコミュニティ助成事業を実施しています。次の町会では、この宝くじの助成金を活用してコミュニティ活動に必要な備品を整備しました。

○西門町町会 クリーンボツクス4基、掲示板4台(令和4年7月)

○西田沢町会 クリーンボツクス4基、掲示板4台(令和4年7月)

○市民協働推進課

(☎017-734-5231)

「子どもの人権110番」強化週間

期間中は相談時間を延長し、土・日曜日でも電話相談を行います。

相談ダイヤル▼0120-007-110(通話料無料)

8月26日(金)・29日(月)

8月27日(土)・28日(日)

8月27日(土)・28日(日)

午前10時〜午後5時

※通常の相談時間は、月〜金曜日(祝日を除く)の午前8時30分〜午後5時15分

☎青森地方務局人権擁護課
(☎017-776-9024)

青森市プレミアム付商品券の利用は8月31日(水)まで

青森市プレミアム付商品券の利用は、8月31日(水)までです。使い忘れないようにご注意ください。なお、利用期限を過ぎた商品券は無効となり払い戻しはできません。

☎青森市プレミアム付商品券事業実行委員会事務局

(☎017-752-1433)

市長コラム

小野寺あきひこのスコラム!



就農を検討している方を対象に、青森・平内・今別・外ヶ浜・蓬田の圏域の魅力をPR。全国22団体のイベントブースと競い合い、8組9名の方とスタッフが面談させていただきました。

7月20日、青森圏域スマート農業フェア及び若手農業者版タウンミーティングへ。自動操舵システム付トラクタやロボット田植機、無人草刈機等の実演や、(株)オプティムアグリ・みちのく様から果樹園地で実施した実証実験の結果報告の後、スマート農業チャレンジ事業利用者9名が導入状況を発表。タウンミーティングでは、若手農業者の皆さんと、熱いトークを繰り広げました。

これからも農林水産業の担い手確保や生産性の向上を図ってまいります。

行く夏を惜しみつつ、農業の街・青森市にも間もなく実りの秋が訪れます。

7月7日、高品質りんご生産に係る現地激励のため、浪岡地区の齋藤豊治さんの園地を訪問。奥様慶子様のご指導で三村申吾青森県知事とともに実すぐりを体験。適正着果の呼びかけと、市産品のトップセールスを誓いました。

7月9日、マイナビ農林水産FEST視察のため、JR新宿ミライナタワーへ。



7月7日、「高品質りんご生産に係る現地激励」。県観測園でのふじの果実肥大は、平年比117%(7月1日現在)と順調とのこと。

高齢者支援課

からのお知らせ

☎高齢者支援課

(☎017-734-5206)

浪岡振興部健康福祉課

(☎0172-62-1134)

青森市版エンディング
ノート「わたしノート」

最新まで自分らしく暮らすために、どこで、どのように過ごしたいのか。人生を振り返りながら、今のうちから考えてみませんか。

「終活」の一つとして青森市版エンディングノート「わたしノート」を配付していますので、希望されるかたは窓口までお越しください。

※1人1部配付
◆配付場所・時間

高齢者支援課、浪岡振興部健康福祉課／いずれも月々金曜日(祝日、年末年始を除く)午前8時30分～午後6時

※お住いの地区を担当する地域包括支援センターでも配付しています。配付時間等はお問合せください。

高齢者虐待かもと思っ
たらご相談ください

不自然なげが・あざがある、家族から叩かれる・怒鳴られる、年金等の収入があるのにお金がないと訴えるなど、「あれっ、おかしい…。」と思ったら、お住いの地域を担当する地域包括支援センター、または、お問合せ先へご相談ください。

お気軽にお問合せ
ください!



高齢者支援課 斉藤

満70歳以上の皆さんに「いき・粋乗車証」を交付

市営バス等を低料金で利用できる高齢者福祉乗車証「いき・粋(いき)乗車証」(有効期限なし)を交付します。申請は満70歳の誕生日の前日(前日が土・日、祝日のときはその前日)からできます。手続にはご本人がお越しください。いき・粋乗車証のサービスをAOPASSでご利用いただくには市営バス発売所等での手続が必要です。詳細はお問合せください。

<手続に持参するもの>

- ①本人確認ができるもの(健康保険証など)
- ②顔写真1枚(無帽、背景なし、縦3.0cm×横2.4cm、6か月以内)
- ③交付手数料1,000円(介護保険料段階1～3のかたは無料)

※AOPASSについては、
東部営業所(☎017-726-5443)
へお問合せください。

マイナンバーカード 出張申請受付

マイナポイント第2弾の対象となるマイナンバーカードの申込期限は、9月末です。この機会に申請を!

【時】①8月20日(土)・21日

(日)午前10時～午後5時
(株)マエダガラモール店

1階特設会場

②8月27日(土)・28日(日)
午前10時～午後6時/イ

トーヨーカドー青森店1階
特設会場

③9月3日(土)・4日(日)
午前10時～午後5時/イ

トーヨーカドー青森店1階
特設会場

【備持参】個人番号の通知カード・個人番号通知書+本人確認書類(A1点またはB2点)または申請書+D付きの個人番号カード交付申請書+本人確認書類(A2点またはA1点+B1点)

※詳細は市ホームページをご確認ください。

※当日の顔写真撮影無料

※当日受付整理券配布

☎①③【市主催】市民課

(☎017-718-0440)

②【県主催】青森県総務部
行政経営課

(☎017-734-9163)

【本人確認書類】

A▶運転免許証、パスポート等の顔写真付きの公的本人確認書類

B▶健康保険証、介護保険証、年金手帳、社員証、学生証、診察券(漢字氏名、生年月日が記載されているもの)等

国民年金保険料が 一部免除されたかたへ

保険料の一部免除制度は「一部納付が必要な保険料」を納付しないと、免除期間ではなく「未納期間」となります。手続をした期間を無駄にしないために「一部納付が必要な保険料」の納付をお願いします。

☎国民年金保険料が一部免除されたかた

☎青森年金事務所国民年金課

(☎017-734-7495・音声案内2番を押して、再度2番を押してください)

青森市廃棄物減量等推進審議会委員を募集

ごみの減量化やリサイクルの促進など、今後の青森市の清掃行政のあり方について、ご意見・ご提言をいただける委員を募集します。

◆応募資格 青森市民で18歳

(令和4年9月14日現在)

以上のかた／本市の他の附属機関の委員、国・地方公共団体の常勤職員、議員、公共団体などの職員、政党の役員・職員、その他政治団体の関係者でないかた／月々金曜日の昼間の会議に出席できるかた

◆募集委員数 1人

◆任期 委嘱の日から2年間

◆会議の開催 年2回程度

◆報酬 会議出席につき8千700円(交通費等の支給なし)

◆選考 書類選考(結果は10月中旬までに応募者全員に通知)

◆応募方法 9月14日(水)必

着で、応募用紙(市ホームページに掲載)とレポート「青森市におけるごみの減量化及びリサイクルの促進」(800字程度・任意様式)、

ごみの減量化等に関する活動履歴(任意様式)を、郵送または直接、〒030-0801 新町一丁目3-7 清掃管理課(☎017-718-1179)へ

青森市社会教育委員を募集

社会教育に関して教育委員会に助言等をいただける委員を募集します。

◆応募資格 学校教育の関係者(学校評議員等)、社会教育の関係者(青少年、子ども会、文化など社会教育関係団体のリーダーや活動者等)、家庭教育向上に資する活動を行うかた(子育てサークルのリーダーや家庭教育に関する相談や情報提供を行う団体の活動者等)のいずれかに該当するかた／青森市民で18歳(令和4年11月21日現在)以上

のかた／本市の他の附属機関の委員、国・地方公共団体の常勤職員、議員、政党の役員・職員、その他政治団体の関係者でないかた／月々金曜日の昼間の会議に

出席できるかた

◆募集委員数 2人以内

◆任期 11月21日から2年間

◆報酬 会議出席につき8千700円(交通費等の支給なし)

◆選考 書類審査(結果は10月中旬までに応募者全員に通知)

◆応募方法 9月14日(水)ま

で、様式(市ホームページに掲載、任意作成可)に氏名・ふりがな・生年月日・年齢・職業・現住所・連絡先・主な経歴・応募動機を記入の上、小論文「社会教育・生涯学習の推進に向けた私の提案」(800字程度)を添えて、郵送・Eメールまたは直接、〒030-0801 新町一丁目3-7 文化学習活動推進課(☎017-718-1376、✉bunkagakushu@city.aomori.aomori.jp)へ



文化学習活動推進課 雪森

各種相談

市税などの平日夜間 納付相談

納付相談

市税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付に関する相談を受付。電話相談もできます。

●平日夜間納付相談

・納税支援課(駅前庁舎)

☎017-734-5209

時8月18日(木)・22日(月)～25日(木)・29日(月)～31日(水)

午後8時まで

・浪岡振興部納税支援課

☎017-2162-1141

時8月26日(金)・29日(月)～31日(水)

午後8時まで

労働委員会委員による 労働相談会(無料)

時9月6日(火)・25日(日)、10月2日(日)・4日(火)／火曜日開催は午後1時30分～午後3時30分、日曜日開催は午前10時30分～午後12時30分

所申園青森県労働委員会(新町一丁目2-11 東奥日報新町ビル4階) ☎017-734-9832

ひとり親家庭等の 無料法律相談

無料法律相談

離婚・養育費などの相談に弁護士がお応えします。

時9月1日(木)午後1時～3時

所申園8月29日(月)までに、ひとり親家庭等就業・自立支援センター(☎017-734-5817)へ

4人(申込順)

備相談時間は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

「解決の糸口を見つけに行こう!」無料相談会

専門スタッフや弁護士がお金や暮らしに関する悩みなどについて、一緒に解決の糸口を見つけます。

時9月10日(土)

午前10時～午後4時

多重債務問題、遺産相続、不動産売買、公共料金の滞納、DV・離婚問題など

所申園事前に信用生協青森事務所(☎0120-1102-143)へ※要予約



集団健診・検診(9/16~10/15の日程)

申込み・健康づくり推進課 ☎030-0962 佃二丁目19-13 ☎017-743-1745 ☎017-743-6276
 問合せ先 浪岡振興部健康福祉課 ☎038-1392 浪岡字稲村101-1 ☎0172-62-1114 ☎0172-62-0023

感染症の発生状況により、集団健診・検診、各医療機関における個別健診・検診については、実施を見合わせる場合や人数を制限する場合がありますのでご了承ください。また、受診の際はマスクの着用をお願いします。せき等の風邪症状や体調不良があるかたは受診をお控えください。

実施場所・日程

実施場所	実施日・受付時間
青森県総合健診センター	9/17(土)・22(木)、 10/3(月)・11(火)・12(水)・15(土)女性のみ 午前の部 8:30~9:30 午後の部 12:30~13:30

健康診査(R4.4.1~R5.3.31に下記の年齢になるかた)

健診・検診名	対象	自己負担金	受付時間
特定健康診査	40歳以上の青森市国保加入者	無料	午前の部
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療制度加入者		
健康診査	40歳以上の生活保護受給者等		
若年健康診査	30~39歳の青森市国保加入者		

がん検診など(R4.4.2~R5.4.1に下記の年齢になるかた)※本市に住民票のあるかたが対象

健診・検診名	対象	自己負担金		受付時間	
		青森市国保加入者	左記以外		
肺がん検診・結核健診	40歳以上	無料※1	無料※1	午前の部 ※2	
大腸がん検診	40歳以上	無料	510円		
胃がん検診※3	50歳以上(胃部エックス線検査)	510円	1,020円	午前の部	
前立腺がん検診	50歳の男性	510円	1,020円		
子宮頸がん検診	20歳以上	510円	1,020円	午後の部	
乳がん検診	40~59歳	偶数年齢 の女性	1,020円		1,430円
	60歳以上		無料		
骨粗しょう症検診※4	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	510円	510円	午前・午後の部	
ABC胃がんリスク検診	40歳になられるかた	1,320円	1,320円	午前の部	

※1…必要と認められたかたは、喀痰検査が追加(青森市国保加入者以外のかたは自己負担金410円)
 ※2…青森県総合健診センターは、女性のみ午後も受付
 ※3…集団検診は「胃部エックス線検査」のみとなります。偶数年齢のかたは「胃部エックス線検査」「胃内視鏡検査」の選択制となり、「胃内視鏡検査」は指定医療機関へ直接ご予約ください(青森市国保加入者は1,620円、加入者以外のかたは3,250円)。また、令和3年度に市の胃内視鏡検査を受診したかたは、令和4年度の市の胃がん検診は受診できません。
 ※4…青森県総合健診センターのみで実施

申込方法

希望日の2週間前までに、次の方法でお申込みください。ただし、予約状況によって締め切る場合があります。

- 電話
- 窓口…健康づくり推進課(元気プラザ内)、浪岡振興部健康福祉課、国保医療年金課、各情報コーナー、各支所
- はがき・FAX…住所・氏名・生年月日・電話番号・健康保険被保険者証の種類・希望日・希望健診(検診)名・希望会場を記載の上、上記申込み先へ

●市ホームページ…

各種健診・検診
申込みフォーム



◎特定健康診査は、加入している医療保険によって受診方法が異なりますので、ご加入の保険窓口へお問合せください。

◎高齢受給者証・後期高齢者医療被保険者証をお持ちのかた、生活保護受給者・市民税非課税世帯のかたは、検診が無料になります。

個別健診・検診は指定医療機関で受診できます。直接、医療機関に予約してください(医療機関によって受診可能な内容は異なりますので、お問合せください)。

肺がん検診・結核健診の巡回バス日程

☎事前予約不要、健康保険被保険者証持参で会場へ

検診日	受付時間	場 所
9/16 (金)	8:30~9:00	浪館福祉館前
	9:30~10:30	ユニバース大野店駐車場
	11:00~11:30	マックスパリュ幸畑店
	13:00~13:30	小柳団地第三団地集会所前

検診日	受付時間	場 所
9/26 (月)	9:00~9:30	メガドラッグ石江店駐車場
	10:00~11:00	久須志福祉館前
	11:30~12:00	旭町市民館前(旭町通り)
	13:30~14:30	ユニバース沖館店駐車場

掲載の内容は、7月19日時点の情報をもとに作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

～あおもりウォークトライアル2022～

みんなであそぼう！地球一周4万kmチャレンジ

【期間】9月1日(木)～10月31日(月)

参加者の2か月間の歩数を合計し、地球を何周できるかチャレンジします！詳しくは参加用紙をチェック♪



健康づくり推進課 佐藤、大宮

- 1 **参加用紙をゲット!**
元気プラザ、市役所各庁舎、各市民センター等で配布
- 2 **毎日の歩数と健康づくりの取組を記録!**
毎日、目標にチャレンジして参加用紙に記録しよう!
- 3 **ポイントに換算!**
筋力トレーニングも10分＝1000歩として換算！さらに健診・検診の受診等でポイント獲得!
- 4 **応募して当てよう!**
参加用紙を提出したかたの中から、ポイントに応じて商品が当たるチャンス！※11月8日(火)応募締切

応募方法

- ① **応募ボックスに投函:** 元気プラザ、市役所各庁舎、各市民センターに設置 ※ボックス設置期間10/24(月)～11/8(火)
 - ② **郵送:** 〒030-0962 佃二丁目19-13 健康づくり推進課へ
 - ③ **Eメール:** 市ホームページから参加用紙をダウンロードし、健康づくり推進課 (✉kenkou-walk@city.aomori.aomori.jp) へ
- 〒青森市健康寿命延伸会議事務局
(健康づくり推進課内、☎017-718-2912)



健やか協力隊員養成研修

健やか力推進センターが実施する健康測定等と一緒に実施する“健やか協力隊員”になっていただけるかたを募集!
 時 9月9日(金) 9:00～12:00
 所 県総合社会教育センター 2階
 内 健康講義・健康測定機器測定演習(血圧・体組成・骨密度・立ち上がりテスト) 講師: 中路重之さん(弘前大学大学院医学研究科 社会医学講座特任教授) / 無料
 申 8月26日(金)までに、青森県医師会健やか力推進センター (☎017-763-5590、☎017-763-5591、✉suk-kyoryokutaiin@lily.ocn.ne.jp) へ



9月の助産師による心と体のケア相談

時 9月1日(木)・22日(木) いずれも①10:00～②11:00～
 所 あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)
 内 妊婦さん・産婦さんの心や体の不調、授乳などに関する心配ごとに、助産師が相談に応じます(要予約)
 対 本市に住み票のある妊婦さんや産婦さんとその赤ちゃん
 日 各日①・②ともに1組(申込順)
 備 母子健康手帳、乳房の相談のかたはバスタオル及びフェイスタオル持参
 申 希望日の前日までに、あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984) へ



青森県高次脳機能障害者リハビリテーション講習会

高次脳機能障害者に対する支援や生活を支えるリハビリテーション等に関する講演
 時 9月10日(土) 14:00～16:00
 所 男女共同参画プラザ「カダール」AV多機能ホール
 内 高次脳機能障害者及びその家族、医療・保健・福祉・教育従事者、学生等興味のあるかた / 無料
 申 9月2日(金)までに、弘前脳卒中・リハビリテーションセンター (☎0172-28-8220) へ



健診結果説明会・特定保健指導のご案内

健診結果の見方や健康について、保健師や管理栄養士が個別の相談に応じます。生活習慣病の予防と改善のため、特定保健指導対象のかたも、ぜひご利用ください。
 時 9月1日(木)・29日(木)、10月24日(月)、11月18日(金) いずれも9:00～11:30(1人20分程度)
 所 元気プラザ / 40歳～74歳の青森市国民健康保険加入者で、今年度の特定健康診査を受けたかた / 無料
 備 特定健康診査結果通知書持参
 申 前日までに、健康づくり推進課 (☎017-718-2941) へ



危険ドラッグにかかわらないで!



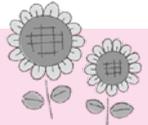
危険ドラッグは、使用すると死に至ることがある非常に危険な薬物でありながら、ハーブ、アロマオイル、バスソルトなどと称して売られています。たった1度の使用であなたの人生を狂わせるかもしれません。「危険ドラッグは買わない! 使わない! かかわらない!」を守りましょう。
 困ったことがあれば、1人で悩まずご相談ください。また、販売店の情報などもお寄せください。

- *青森市保健所 保健予防課
薬物についての相談窓口 ☎017-765-5281
- *下記でも相談を受け付けています。
県立精神保健福祉センター(こころの電話)
☎017-787-3957・3958
県健康福祉部医療薬務課 ☎017-734-9289
県警察安全相談電話 ☎017-735-9110
青森警察署 ☎017-723-0110
青森南警察署 ☎0172-62-4021

ご利用ください!

健康に関するイベント・講座

いずれも
マスクの着用を
お願いします



※健康C&C(チェック&チャレンジ) in 駅前スクエア

時 8月25日(木) 10:00~15:00

所 駅前庁舎1階 駅前スクエア

内 血管年齢や握力測定等の健康・体力チェック、【明治安田生命との連携協定】野菜の摂取状況がわかるベジチェックコーナー、健康相談(予約優先)/50人(申込順)

健康相談内容
健康相談…保健師による個別相談
栄養相談…管理栄養士による個別相談
糖尿病予防相談…糖尿病が気になるかたの日常生活や食生活について保健師・管理栄養士による個別相談

申 前日までに、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ

※あおもい健康づくりリーダーと健康チャレンジ!

リーダーと運動しよう! 体力づくり講座

時 ①9月6日②9月13日③9月20日④9月27日の火曜日
いずれも10:00~11:15

所 元気プラザ

内 椅子に座って筋力トレーニング及び健康体操

入 備各25人(申込順)/公共交通機関でお越しください

申 9月5日(月)までに、①~④から1つ選択し、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

中央地区リーダー企画ロコトレ講座

時 9月8日(木) 10:00~11:30

所 県民福祉プラザ2階多目的室2A

内 健康講話、骨・関節・筋肉などを鍛えてロコモを予防する運動/20人(申込順)

備 タオル、飲み物、内履き持参。動きやすい服装でお越しください。

申 9月2日(金)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ



※体力づくり講座・健康C&C(チェック&チャレンジ) in 西部市民センター

時 9月14日(水) 10:00~11:30

所 西部市民センター 3階

内 ①椅子に座ってできる筋力トレーニング及び健康体操②血管年齢や握力測定等の健康・体力チェック、健康相談(予約優先)/各25人(申込順)

備 公共交通機関でお越しください

申 9月9日(金)までに、①②両方またはどちらかを選択し、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

※地域健康教室

開催日時	場所	内容
9/5(月) 13:30~	県民福祉プラザ	健康体操・公式輪投げ
9/12(月) 14:00~	ほろがけ福祉館	健康体操

料 無料

備 人数を制限する場合がありますので、ご了承ください

申 事前に、青森保健生活協同組合(☎017-762-5888)へ

※まちなかいきいきサロン

高齢者が身近な場所で生きがいづくりと介護予防に取り組めるよう、生活の中で気軽に立ち寄れるスーパー等で、体操やレクリエーションを行います。予約なしでどなたでも参加できますのでぜひお越しください!

【受付時間】いずれも開始時間30分前から受付

実施場所	日時	内容
アウガ (駅前庁舎 1階 駅前スクエア)	①9/1(木) ②9/8(木) 11:00~12:00	①楽しく健康体操 ②初めての運動教室
ラ・セラ東バイパス ショッピングセンター (1階 フードコート)	①9/12(月) ②9/26(月) 10:30~11:30	①初めての運動教室 ②フレイル予防で いきいき元気!
イトーヨーカドー 青森店 (1階 フードコート)	9/14(水) 10:30~11:30	ロコトレ&脳トレ

料 備 無料/検温、受付名簿の記入にご協力をお願いします
申 高齢者支援課(☎017-734-5326)



医師による 健康教室・ 健康相談



時 9月10日(土) 健康教室13:00~14:00、健康相談14:00~15:00

所 元気プラザ

内 西川晋右先生(医療法人同仁会 浪打病院病院長)による講話「『大腸がんと闘う』ということとは~検査、最新治療と、意外と知らない術後の体の変化~」

入 健康教室は30人(申込順)、健康相談は4組(申込順)

料 備 無料/マスクの着用をお願いします

申 9月2日(金)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ

甲記載のものは申込順(一部除く) ほかは当日直接会場へ
料記載のないものは無料
※掲載の内容は7月19日時点の情報をもとに作成しています。



Information Plaza

情報ひろば

! イベント等は中止・延期・変更となる場合があります。最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

海と日本PROJECT **着床式洋上風力発電設置ゲーム**に参加しよう!!

と き: **9月24日(土)**

13:00~16:30

と ころ: **あおもり駅前ビーチ**

ためになる風力発電とエネルギーの話や、チーム対抗発電量対決の実践も!

対人 備 中学生15人(申込順) / 水着・着替え持参

申込みは
こちらから!
9/16(金)締切



夏の思い出づくりに!

海と日本PROJECT **わくわく浮かぶ風車の工作体験**

浮体式の洋上風車を作って、未来の電気の作り方を学ぼう!

と き: **9月25日(日)**

13:00~16:00

と ころ: **あおもり駅前ビーチ**

自分で建てた風力発電機で発電!

対人 小学生とその保護者15組30人(申込順)

備 飲み物持参。汚れても良い服装で

お越しください。

申込みは
こちらから!
9/16(金)締切



風車を浮かべてみよう!

【問合せ・事務局】
NPO法人青森風力エネルギー
促進協議会 (☎017-734-1311
月~金曜日 9:00~17:00)

※洋上風力発電には、風車を海底に固定する「着床式」と、海に浮かべた構造物に風車を固定する「浮体式」があります。
※天候等により会場が変更になる場合があります。(事務局から連絡)

国際芸術センター青森(ACAC)からのお知らせ

☎国際芸術センター青森(☎017-764-5200、✉acac-1@acac-aomori.jp)

☆景観観察研究会「八甲田大学校」

①筏井研究室ワークショップ「北里『八甲田大学校』分校：寄生虫学実習」…各日5組
生き物の「中」の生き物との出会い、寄生虫にふれる実習を経験してみませんか?

時 8月25日(木)、9月8日(木)・21日(水) 14:30~16:30

所 展示棟ギャラリーA

②板津悟 ワークショップ「八甲田山、積層する地図」…小学校5年生以上各日8人

32分割で大きく刷られた「八甲田山地図」の上に、参加者の絵を重ね、板津さんと参加者とのコラボ作品を作成

時 8月20日(土)・21日(日) 10:30~17:30※1日完結

所 創作棟ワークショップスタジオ、銅板画室

備 昼食持参。エプロンもしくは汚れてもよい服装

③山本修路ワークショップ「樹木学 - 鉢植えをつくろう」…小学校5年生以上各日15人

展示に使われている木材の端材で実生(小さい植物)を育てられる鉢を作ります

時 9月3日(土)・17日(土)

14:30~17:00

所 展示棟ギャラリーB

甲①は各回実施週の月曜日まで、②は8月15日(月)まで、③は
8月29日(月)までに、右記二次元コードより申込み。



イラスト：山本修路

イベント

イベント名	日時・場所・内容	対象・人員	料金・備考	申込み・問合せ
アコール階段ギャラリー スマイルライフサークル展 「夏はエコクラフトで レーシー編み」	8/28(日)まで9:00~21:00※8/14(日)は休館日/働く女性の家「アコール」/エコクラフト作品展	—	—	働く女性の家「アコール」 (☎017-723-1700)
うららマルシェ	8/16(火)~19(金) 各日10:00~14:00 /駅前庁舎1階駅前スクエア/障がい者 就労支援事業所の皆さんが、丁寧に作っ たお菓子や小物などを販売♪	—	—	障がい者支援課 (☎017-734-2317)
市民センターのおはなし会 主催：青森市読書団体連絡会 ※8月後半開催分	8/20(土) 10:30~11:30/油川市民セ ンター 3階創作活動室	3歳~小 学3年生 と保護者	—	市民図書館 (☎017-776-2455)
	8/28(日) 9:20~10:20/中央市民セ ンター 2階茶華道室			
	8/28(日) 11:00~11:30/大野市民セ ンター 1階和室(小)			
	8/28(日) 11:00~11:30/戸山市民セ ンター 1階和室(小)			
「火の玉探検」 — 神秘体験 — 	8/27(土)22:00~28(日)2:00※県立自然 ふれあいセンター集合(受付20:30~) /県民の森 梵珠山(浪岡大釈迦)/梵珠 山に登り、見えた人にはご利益があると 伝えられている伝説の「火の玉」の出現を 待ちます。※雨天時(前日の雨も考慮)中 止の場合あり	小学生以上(小学生 は保護者 同伴)	1人2,000円(保険 料・記念品代等) ※小学生は1,000円 /懐中電灯・雨具・ 1人用シート持参。 登山に適した服装で お越しください。	8/22(月)までに、電話または FAXで、青森市浪岡観光協会事務 局(青森市浪岡商工会内、☎ 0172-62-2511、☎0172-62- 2512)へ
ニコニコねぶた夏祭り &音楽祭	8/27(土)16:00~18:00/青森駅前公 園、ニコニコ通り/オリジナルねぶたが 商店街を練り歩きます♪ジャズ演奏など も楽しめます!	—	—	ニコニコ通り商店会(工藤、☎ 090-3128-6622)
AOMORI楽市楽座	9/3(土)11:00~20:30/善知鳥神社 /善知鳥神社伝統の雅楽や演舞、懐かし い昭和の文化と現代が融合した異空間プ ロジェクト!出店やワークショップ、ス テージ披露もあり♪	—	—	青森市新町商店街振興組合 (☎017-775-4134)
ふれあい農園で笹餅づくり	9/3(土)10:00~12:00/ふれあい農 園/もち粉を使い笹の葉で包んだ和製ス イーツをつくります♪	12人	800円	8/24(水)必着で、住所・氏名・ 電話番号を、往復はがき(1人 1枚)に、〒030-1261 四戸橋 字磯部243-342 青森市ふれあい 農園「笹餅づくり」(☎017- 761-3082)へ
第6回 市民一掃きデー	9/3(土)9:00~1時間程度※雨天中 止/野木和公園 こどもの国横駐車場集 合/公園や道路に捨てられている空き缶 などを拾う「市民一掃きデー」を実施!ぜ びご家族揃ってご参加ください♪	—	清掃用具は当日貸し 出します。参加者全 員にりんごジュース をプレゼント♪	清掃管理課 (☎017-718-1179)
カダールフェスタ参加説明会	9/8(木)13:30~15:30/男女共同参 画プラザ「カダール」研修室/今年度で21 回目を迎えるカダールフェスタ(R5.1/ 21~29開催予定。男女共同参画の視点で 市民団体等が日頃の活動成果を発表する 場)の説明会。プチ講座「かだる(話す)・か だる(仲間になる)・カダール」あり。	カダール 登録団体 や市内で 活動する 団体・グ ループに 所属して いるかた	—	事前に、氏名・電話番号・団体 名を、電話・FAX・Eメールまた は直接、男女共同参画プラザ「カ ダール」(☎017-776-8800、☎ 017-776-8828、✉kadar- kouza@kadar-acor.jp)へ
舞台演劇 「弘前市波丘寺御所」	9/9(金)18:30開演、9/10(土)14:00、 18:30開演/中世の館/老人ホーム「浪岡 仲間荘」に3人の新入居者が来た。弘前派 と浪岡派のバトルが…。	—	大人1,000円、 小・中・高校生500円 (当日200円増)	中世の館 (☎0172-62-1020)
薬草ハーブ観察会	9/9(金)①9:30~11:00②13:30~ 15:00/農業振興センター/薬草ハーブ 園の観察会	①② 各20人 (抽選)	本庁舎発着送迎バス は①②各12人まで	8/26(金)消印有効で、住所・氏 名・電話番号・①②選択・送迎バス 利用の有無を、往復はがき(1枚 1人)に、〒030-1261 四戸橋 字磯部243-319 農業振興セン ター (☎017-754-3596)へ
水辺の植物観察会	9/10(土)9:50リバーランドおきだて 駐車場集合12:00終了予定/講師：石戸 谷芳子さん(津軽植物の会)	—	飲み物・雨具・ルー ペ・長靴・筆記用具 持参	9/5(月)までに、この観察会 名・住所・氏名・年齢・電話番号を、 はがき・FAX・Eメールで、〒038- 0012 柳川二丁目4-37 森林 博物館(☎017-766-7800、☎017- 766-7803、✉info@aomori- shi.shinrinhakubutsukan.jp)へ

掲載のものは申込順（一部除く） ほかは当日直接会場へ 掲載のないものは無料 ※掲載の内容は、7月19日時点の情報をもとに、作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

国際交流員異文化理解講座

国際交流推進課 (☎017-734-5235)

青森や日本の印象？外国人パネリストに聞いてみよう！

時 9月3日(土) 10:00~11:30 受付 9:30~
所 青函連絡船メモリアルシップ八甲田丸 大ホール
人 備 20人(抽選) / 筆記用具持参

申 8月26日(金)までに、氏名・年齢・住所・電話番号を、電話・Eメールで、
交流推進課 (✉kouryuu-suishin@city.aomori.aomori.jp) へ

青森市に住んでいる外国人のかたは、日本での生活や日本文化等について本当はどう思っているのでしょうか。



青森市国際交流員 ベンジャミン・バルガス

なるほど台湾～台湾のお祭り & 伝統的な行事～

時 9月10日(土) 10:00~11:30 受付 9:30~
所 青函連絡船メモリアルシップ八甲田丸 大ホール
人 備 20人(抽選) / 筆記用具持参

申 9月2日(金)までに、氏名・年齢・住所・電話番号を、電話・Eメールまたは
上記二次元コードで、交流推進課 (✉kouryuu-suishin@city.aomori.aomori.jp) へ



申込みフォームはこちら

台湾の三大祭りやランタンフェスティバルなどを紹介。台湾のお祭りや伝統的な年間行事で盛り上がりましょう！



青森市国際交流員 ウ・ヨンシン

お知らせ・募集案内

<p>「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫リニューアルしました！</p>	<p>7/16に「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫がリニューアルオープンしました！ 装い新たにリフレッシュした1階物販コーナー、新商品ジェラートも人気♪ お子さんが気軽に遊べる3階キッズコーナーも充実した遊具でリニューアル！ご家族・ご友人でぜひお越しください♪ ☎「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫 (☎017-737-5151)</p>
<p>放送大学2022年度10月入学生募集</p>	<p>放送大学は、BS放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学で、どなたでも入学できます。様々な世代・職業のかたが、心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など幅広い分野を学んでいます。出願期間は9/13(火)まで。資料請求などお気軽にお問合せください。 ☎☎放送大学青森学習センター (☎0172-38-0500、🌐https://www.ouj.ac.jp) へ</p>
<p>青森高等技術専門学校「職業訓練指導員試験 事前講習(指導方法)」受講生募集</p>	<p>時 9/27(火)～30(金) 18:00～21:00 / 在職者で職業訓練指導員試験を受験されるかた 人 料 10人 / 1,000円 (別途テキスト代) 申 9/5(月)までに、青森高等技術専門学校 (☎017-738-5727) へ 在職者訓練ホームページ▶</p>
<p>生産性向上支援訓練 受講生募集</p>	<p>時 所 9/28(水) 9:30～16:30 / ポリテクセンター青森 視聴覚室 / 企業価値を上げるための財務管理 ② 10/19(水) 9:30～16:30 / 問屋町会館 / ビジネスとSDGs(持続可能な開発目標)の融合 対 人 料 会社から受講指示を受けた在職者(中堅層)のかた / 各15人 / 各3,300円 申 ①は9/14(水)まで、②は10/5(水)までに、申込書(ホームページからダウンロード)をFAXで、ポリテクセンター青森 (☎017-777-1186、🌐017-777-1187、🌐https://www3.jeed.go.jp/aomori/poly/) へ</p>
<p>青森高等技術専門学校 令和4年度職業訓練生募集</p>	<p>時 所 ① コールセンター・バックオフィス業務科 2…10/7(金)～R5.2/6(月)、 ② パソコン基礎科3(託児付)…10/20(木)～R5.1/19(木)、 ③ パソコン基礎科4(育児等短時間・託児付)…11/8(火)～R5.3/7(火) 対 公 共 職 業 安 定 所 に 求 職 申 込 み を 行 い、 受 講 指 示、 受 講 推 薦 また は 支 援 指 示 を 受 け た か た 人 ①・③…15人、②…20人 申 ①は9/15(木)まで、②は8/15(月)～9/29(木)まで、 ③は8/23(火)～10/7(金)に、 ハローワーク青森 (☎017-776-1561 音声案内42#) へ</p>



薬膳講座

所 人 料 青森大学本館 調理実習室 / 各回25人 / 1回3,000円(当日支払い)
申 事前電話またはFAXで、希望日・氏名・連絡先を、青森大学経営戦略局(薬膳係、☎017-738-2001、🌐017-738-0143) へ

回	開催日	時間	内容
1	9/10(土)	13:00～15:00	夏バテに勝とう！ ①ピワの葉茶②白菜のスープ③かんたん参鶏湯(サムゲタン)
2	10/22(土)		指圧の心母ごころ、押せば命の泉湧く！ ①お灸をお据えちゃいましょう②指圧の健康教室③薬草講話(もぐさのプレゼントあり)
3	11/19(土)		今年もやってくる厳冬に負けるな！ ①手作り七味唐辛子～うどんにふりかけて身体もホッカホカ～ ②青大特製ブレンド入浴剤にチャレンジ～お風呂に浮かべて身体もホッカホカ～



講座

講座名	日時・場所・内容	対象・人員	料金・備考	申込み・問合せ
アジサイせん定講習会	9/2(金) 10:00~11:30※雨天決行/ 県病前遊歩道緑地あずま屋/講師:緑花 相談員	25人	手袋、せん定ばさみ 持参	8/29(月)必着で、住所・氏名 (ふりがな)・年齢・電話番号を はがきで、〒030-8555 青森市 役所公園河川課(☎017-752- 8334)へ
ファミリー講座	いずれも中央市民センターで開催 ①うとう塾(うとう家庭教育学級)…④9/ 2(金) 10:00~12:00/「相談支援事業 所ってなあに?~困ったらまず相談~」講 師:平田聡子さん(社会福祉法人義栄会特 定相談支援事業所じょいん 相談支援専 門員)⑥9/16(金) 10:00~12:00/「悩 んでいるのはひとりじゃないよ!~わた しの子育て体験談~」講師:小林志保さん (青森LD親の会こんべいとう代表)ほか② きらきら塾(子育て講座)…9/8(木) 10:00~12:00/「聞いてみよう、スマホ 時代の子どもたち~ネット安全利用のた めに~」講師:風晴翔太さん(あおもりIT 活用サポートセンター)	①発達に心 配のあるお 子さんの保 護者や関心 のあるかた ②小中学生 の保護者や 家族、子育 てに関心 のあるかた	電話は火曜日10:00 ~13:00または留守 電受付	1週間前までに、電話・FAXまた はEメールで、青森子育てサ ポートセンター(☎・☎017- 774-6537、✉aomorishi- saposen@arion.ocn.ne.jp)へ
中世の館 歴史教室	いずれも中世の館で開催 ①9/3(土) 13:30~15:45/青森市が 保有する日本刀二振り展示されるのを 機に津軽の刀工の歴史を弘前市が保有す る刀と共に学習。高岡の森弘前藩歴史館 を見学②9/23(金) 9:30~15:00/北 東北と北海道の縄文遺跡群が世界文化遺 産に登録されたのを記念に、改めて青森 市内の縄文遺跡について学習。三内丸山 遺跡、小牧野遺跡を見学	①15人 ②25人	マスク着用など感染 予防対策にご協力を お願いします。②昼 食は持参または三内 丸山内レストラン利 用可能	①は8/25(木)まで②は9/16 (金)までに、電話または直接、 中世の館(☎0172-62-1020)へ
アコールフェスタ共催講座 「親子簡単クッキング教室」	9/18(日) 10:00~11:00/働く女性の 家「アコール」料理室/講師:青森市食生 活改善推進委員会講師	3歳~小 学6年生 とその保 護者6組	材料費500円/エプ ロン・三角巾(バン ダナ可)・タオル持 参 ※作った料理は 持ち帰ります	8/15(月)9:00から、お子さん と保護者の氏名・電話番号を、 電話で、働く女性の家「アコ ール」(☎017-723-1700)へ
就職への第一歩!職業訓練 を受けませんか 「医療クラーク科(短期間)」	9/20(火)~11/18(金) 9:25~16:10/ (株)ニチイ学館青森支店青森本町教室/就 職を考えているかたのために、2か月の 厚生労働大臣認定の求職者支援訓練を開 講。訓練期間中から修了後にわたって、 ハローワークと訓練施設が積極的に就職 支援を行います。	15人	無料(テキスト代等 は自己負担)	8/22(月)までに、ハローワーク 青森(☎017-776-1561)へ 詳細は「高齢・障害・ 求職者雇用支援機構 青森支部」の ホームページを チェック▶
講師デビュー応援講座 「お茶会が楽しくなる トゥグントゥグン韓国語講座」 ※トゥグントゥグンは日本語では 「ドキドキ」という意味です	9/23(金) 10:00~12:00/働く女性の 家「アコール」会議室/講師:横山真理子 さん(元大韓航空スタッフ)	10人(申込 多数の場 合抽選)	500円(資料代)/筆 記用具持参 ※E メールの場合名に 「韓国語講座申込」と 記入	8/25(木)までに、氏名・電話番 号を、電話・Eメールで、働く 女性の家「アコール」(☎017- 723-1700、✉acor-kouza@ kadar-acor.jp)へ

問屋町ビジネススクール

講座名	開催日時	人員/料金
営業 『営業初心者戦力化セミナー』 受注率がアップした!営業力を強化する提案資料の作り方	9/21(水) 18:00~20:00	15人 4,300円
総務 【新規講座】総務の力で離職を防げ!社員を育てる人事制度 ~これからの人事に求められるのは「人」を育て「人」で企業を成長させること~	9/8(木) 13:30~15:30	15人 2,700円
営業 【新規講座】電話対応が劇的に変わる!ビジネスマナー実践研修~電話対応は「企業の 顔」!見えない相手だからこそ迅速かつ的確な対応をマスターしよう~	9/15(木) 18:30~20:30	15人 2,700円
特別 「売り方」でお悩みの方に!ちいさな会社の販売戦略を設計する専門家による経営相談会 (第9期)~競争の激しい業界なのに…相談会に参加した地元「青森」のあの企業の売上が 240%アップ!!~	9/22、11/10の木曜日 13:00~16:00	4人 24,000円

所内問屋町会館1階会議室/企業の組織力の強化や、中核人材の育成・確保に役立つテーマ別講座

①各開催日1週間前までに、ホームページ(☎http://business-school.tonyamachi.com)の申込みフォームから申込み。またはFAXで、申込書(青森総合卸センター、各市民センター等に備付け。ホームページにも掲載)を、協同組合青森総合卸センター(☎017-738-4711、☎017-738-7323)へ

掲載のものは申込順（一部除く） ほかは当日直接会場へ 掲載のないものは無料
 ※掲載の内容は、7月19日時点の情報をもとに、作成しています。イベント等は中止・延期・
 変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

中央市民センター 星フェス開催！ 9月2日(金)

プラネタリウムを観た後は望遠鏡で夜空をのぞいてみよう！1日限定「星づくし」のイベントを開催♪ 中央市民センター ☎017-734-0164

★プラネタリウム特別番組「今宵の星空」

…18:00～ 50分程度

所 中央市民センター5階プラネタリウム

料 160円(中学生以下無料)

※障がい者手帳提示80円/60人

マスク着用・手指消毒や距離の確保など、感染予防対策にご協力ください。

★夜空の観望会

…19:30～※雨天中止

所 中央市民センター駐車場内

備 中学生以下保護者同伴

駐車場が会場となるため、駐車可能台数が大幅に減少します。お越しの際は、公共交通機関をご利用ください。



中央市民センター 関

スポーツ教室 申込みは各会場への来館のみ ★詳細はスポーツネット青森ホームページ(<http://miz-ss.com/sportsnet-aomori/top/>)

教室名	開催日時	対象/人員	料金	申込み(申込順)
●カクヒログループスタジアム ☎017-743-3361				
走り方教室	①9/24(土)②9/25(日) 10:00~12:00 ※①②同内容。いずれかを選択。	小学生各20人	各1,000円	
ヘキサスロン(MIZUNOオリジナルの遊びプログラム)	10/2(日) 10:00~12:00	小学生20人	1,000円	9/1(木)~
バドミントン教室【初心者対象プログラム】	10/3(月)・11(火)・18(火)・24(月) 19:00~21:00	小学生以上16人	1,600円	

チャレンジ! パソコン講座

所 中央市民センター ☎017-734-0164 〒030-0813 松原一丁目6-15

番号	講座名	内容	開催日時
Word&Excel操作が初めての方向けの講座			
A15	Wordの基礎を覚えよう	文字の装飾やレイアウト等の基本を学びながら簡単なお案内文書を作成	9/15(木)・16(金) 10:00~12:00
A16	Excelの基本的な文書作成	Excelの編集操作(文字の装飾・レイアウトなど)を学習し、簡単な日誌やカレンダー等を作成	9/22(木) 10:00~15:00(昼休みあり)
文字入力のできる方向けの講座(応用)			
A17	PowerPointステップアップ講座	発表ソフトPowerPointを使ったスライド編集、デザイン改良、効果音や動画取込み、アニメーション・画面切替効果など機能の活用を学ぶ	9/17(土) 10:00~15:00(昼休みあり)
A18	住所録活用を楽しもう	WordやExcelの住所録を活用して宛名ラベル・はがき宛名等を作成する方法を学習	9/24(土) 10:00~15:00(昼休みあり)
A19	パソコンすっきり整理術	パソコンのメンテナンスやファイル・フォルダの管理、外部記憶装置などへの保存方法を学習	9/29(木)・30(金) 10:00~12:00

対人料18歳以上/各10人(いずれも抽選※申込者少数時中止あり)/各1,500円

往復はがき(1講座に1枚)の往信用の裏面に、住所・氏名・年齢・電話番号・講座番号・講座名を、返信用の表面に住所・氏名を記入し、中央市民センターへ(8/22(月)必着)※抽選結果は8/29(月)以降に通知。

備OSはWindows10、ソフトはoffice 2019を使用。共催:NP0法人IT支援ネットあおもり

はまなす会館の社交ダンス教室 所 中央市民センター ☎017-734-0164 8月16日(火)から電話ではまなす会館 ☎017-738-4821へ(申込順)

教室名	開催日時	人員	料金
初級ラテン	9/6~11/22の火曜日 10:30~12:00(全11回)	20人	8,800円
初級スタンダード	9/1~11/24の木曜日 10:30~12:00(全12回)	20人	9,600円
初級B	9/6~11/22の火曜日 18:30~20:00(全12回)	20人	9,600円
中級	9/1~11/24の木曜日 18:30~20:00(全12回)	20人	9,600円
初級A	9/3~11/26の土曜日 10:30~12:00(全12回)	20人	9,600円

青森競輪日程(8月後半) 所 青森競輪場 ☎017-787-2020

※は安方前売SCでのみ発売

富山記念(GⅢ) 場外	20日(土)~23日(火)	函館ナイター(FⅠ) 場外※	25日(木)~27日(土)
松戸ナイター(FⅠ) 場外※	20日(土)~22日(月)	ミッドナイト(FⅡ)	28日(日)~30日(火)
青森モーニング7(FⅡ)	22日(月)~24日(水)	取手S級(FⅠ) 場外	29日(月)~31日(水)
立川S級(FⅠ) 場外	22日(月)~24日(水)	競輪は適度に楽しみましょう。車券の購入は20歳になってから。車券発売状況についてはお問合せください。ミッドナイトは一般入場は行っておりません。	
小田原記念(GⅢ) 場外	25日(木)~28日(日)	青森競輪場 イメージキャラクター 葵 萌輪	
京都向日町S級(FⅠ) 場外※	25日(木)~27日(土)		

モーニングは10時開場!



青森競輪場 イメージキャラクター 葵 萌輪

夏だ！モヤヒルズへ行こう♪

所 青森モヤヒルズ (☎017-764-1110、
HP http://www.moyahills.jp/)

雲谷高原夏祭り 8月13日(土)~16日(火) 10:00~15:00

- ★スイカチャレンジ! (13~15日11:00~)…スイカ重量当て・スプーンで早食い・スイカの種の数当てクイズの3種目の合計を競う 入料10人(小学生以下)/300円
 - ★バッタのジャンプ大会(13・14日13:00~)…バッタのジャンプ飛距離を競う 入料15人(小学生以下)/200円
 - ★カブトムシ木登り大会(15日13:00~)…制限時間内にカブトムシが木に登った高さを競う 入料10人/200円
 - ★ゴン chans スイカ重量当て(13~16日)…重量を当てたかた(ピタリ賞)には、ケビンハウス無料宿泊券をプレゼント(当選者はモヤヒルズホームページに記載。後日発送)
 - ★ビンゴ大会(16日11:30~)…モヤヒルズ産スイカやカブトムシなどが当たる♪ 料100円
 - ★木登り体験(14・15日)…ロープを使った木登り技術「ツリーイング」を体験 料500円
 - ★チェーンソーアート実演会(14日※雨天時翌日10:00~12:00、13:00~15:00)
…出来上がり作品は16日12:00~オークション形式で販売!
- ※バッタとカブトムシは主催者側で用意。参加者持参も可。
※イベントは全て当日受付、当日先着順。



2022ドッグパーティーinモヤヒルズ



8月4日(日) 10:00~16:00 ※雨天時は9/11(日)に順延
ワンちゃんゲーム大会、しつけ教室、アジリティー大会、仮装大会、プレゼント抽選会、ペット用品の特売コーナー、ドッグカフェ、ドッグラン広場など♪ぜひ、お越しください!

《広告》

★KUMON『読解力』オンラインセミナー開催のご案内★ KUMON
~読解力向上していくために必要な要素とは!?~
日時: 9月4日(日) 10:00~11:00
実施形態: Zoomを使用したオンライン配信 お申込み期間・締切: 8/15~8/31 正午
お申込み方法: 右記2次元バーコードを読み取り、直接ご入力ください。

講師@野村 一平
公文教育研究会 青森事務局局長 大学時代は、障がい児教育専攻。
KUMON入社後は『子育てセミナー』など数多くの講師を経験。海外の駐在経験も

青森市 中央2丁目教室指導者募集中です!
お気軽にお問合せください。⇒MAIL: aomori.jm@kumon.co.jp

アオモライブ
Aomo
LIVE

青森ケーブルテレビ市民チャンネルにて

毎週月~金 曜日生放送!

12:20~12:35

☎広報広聴課 (☎017-734-5106)

《広告》

アツギ社長が登壇! 経験シェアトークイベント

後継ぎは
後継ぎからしか学べない

全イベント
参加無料

オンラインでの配信も実施決定!

いま新規事業に力を注ぐ理由

DAY1 | 9.5月
19:00~21:00 in 八戸

「継続or転換」
技術を価値化する経営とは

DAY2 | 9.6火
19:00~21:00 in 弘前

自社の魅力を
120%伝えるPR戦略

DAY3 | 9.7水
19:00~21:00 in 青森市

《広告》

農家さんのお手伝いするならシェアジョブ!!



すぐ
登録

すぐ
仕事

すぐ
報酬

ご登録はこちら



簡単3分登録!

好きな時に働ける!

即日受取可能!

営業時間 10:00~20:00 住所 青森県弘前市城東北3丁目10-1
Mail sharejob-hirosaki@entry-inc.jp 運営会社 株式会社エントリー
☎0172-88-9150

シェアジョブ



シェアジョブ農家さん相談支店
さくら野百貨店 弘前店3階

お気軽にご来店・ご相談ください!

