企業説明会・仕事体験会

市内企業のお仕事を企業ブースで実際に体験する企業説明会・仕事体験会を開催します。

▼**とき**　8月25日(金)、午後1時～4時（受け付けは午後0時30分～3時）
※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
▼**参加企業数**　10社程度（予定）
▼**対象**　市内の企業に就職を希望する人や応募をする前にいろいろな仕事を体験したい人
※求職申し込みを希望する場合は、ハローワークの登録が必要です。



▼**参加料**　無料
▼**持ち物**　ハローワーク受付票
▼**申し込み方法**　当日までに申し込みを。
※当日参加も可能。
▼**その他**　当日はヒロロ3階の託児室(事前の申し込みが必要)を利用できます／雇用保険受給者は求職活動実績の対象になるため、雇用保険受給資格者証の持参を。
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、H https://hirosaki-integral.ims-hirosaki.com）

弘前学院聖愛中学校 体験入学会

▼**とき**　8月19日(土)、午前9時30分～11時30分
▼**ところ**　弘前学院聖愛中学校（原ケ平字山元）
▼**対象**　聖愛中学校の受験を検討している小学生（学年問わず）とその保護者
▼**内容**　ハンドベル体験、体験授業（数学：規則性）、部活動体験（聖愛U-15バスケットボールクラブ、チアリーディング部、硬式テニス部、バドミントン部、陸上部の練習）
※部活動体験は午後0時30分から。
▼**申し込み方法**　8月17日(木)までに、電話または申し込みフォーム、公式LINEのいずれかで申し込みを。

▲申し込みフォーム　▲公式LINE

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

放送大学の入学生を募集

放送大学では、令和5年10月の入学生を募集しています。

放送大学はBS放送やインターネットで授業を行う通信制の大学です。「大学を卒業したい」、「働きながらスキルアップしたい」、「学びを楽しみたい」、「空いた時間を有効に使いたい」など、それぞれの目的でさまざまな年代や職業の人が学んでいます。出願を検討している人に、無料で資料を送付しますので、お問い合わせください。
▼**出願期限**　9月12日(火)まで
問放送大学青森学習センター（☎38-0500、H https://www.ouj.ac.jp）

戦没者遺児の皆さんへ

日本遺族会では、先の大戦で父などを亡くした遺児を対象に、父などが戦没した旧戦地（東南アジア・中国など）を訪れて慰霊追悼を行うとともに、現地の人との友好親善を深めることを目的に、「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」を実施しています。本年度より、付き添いをする戦没者の孫、ひ孫、おい、めいの旅費に対する国からの補助が一部認められました。

日程や訪問地、申し込み方法など詳細はウェブサイト（QRコード）で確認するか問い合わせを。
問日本遺族会事務局（☎03-3261-5521

今月の納税

問収納課（市役所2階、☎40-7032、☎40-7033）

国民健康保険料	第2期
介護保険料	第2期
後期高齢者医療保険料	第2期

納期限 **8/31(木)**

納税には便利な口座振替をぜひご利用ください。

夜間・休日納税相談

平日の日中に納税相談ができない人のために、夜間・休日納税相談日を設けています。

▼**夜間納税相談**　8月21日(月)～25日(金)の午後5時～7時30分
▼**休日納税相談**　8月27日(日)、午前9時～午後4時

納期限までに納付できない事情がある人は、未納のままにせず、ご連絡ください。夜間・休日納税相談では、電話での相談や市税などの納付もできます。
※特別な理由がなく納付や連絡がない場合は、滞納処分を執行することがあります。

津軽広域連合の催し　ハーバリウム体験教室



▼**とき**　10月18日(水)、午前10時～11時30分
▼**ところ**　スポカルイン黒石（黒石市ぐみの木3丁目）大会議室
▼**対象**　弘前市、黒石市、平川市、藤崎町、板柳町、大鰐町、田舎館村、西目屋村に住んでいる人＝28人
▼**講師**　須藤美佳さん（EDENZ GARDEN）
▼**参加料**　1,300円
▼**申し込み方法**　9月22日（金・当日消印有効）までに、はがきまたはEメール（①郵便番号・②住所・③氏名〈ふりがな〉・④年齢・⑤電話番号を記入）で申し込みを。
※1回の申し込みで2人まで申し込み可。参加者全員の①～⑤を記入してください／応募多数の場合は抽選で決定し、結果を9月29日(金)に通知します。詳細はウェブサイト（QRコード）で確認を。
問津軽広域連合ハーバリウム体験教室係（〒036-8003、駅前町9の20、ヒロロ3階、☎31-1201、E rengou@tsugarukoiki.jp）

各種スポーツ・体操教室など

時…とき　所…ところ　内…内容　定…定員・対象
¥…参加料　持…持ち物　申…申し込み方法

弘前市民総合体育大会 硬式テニス大会(男女別ダブルス)

時8月26日(土)、午前9時～午後5時（受け付けは午前8時15分～40分）　所運動公園（豊田2丁目）テニスコート　内フリーの部、ビギナーの部、シニアの部（60歳以上）の試合（1セットマッチ）　定市民または市内に勤務する人とその家族（中学・高校生は試合経験者のみ）＝各部8ペア　¥無料
問8月13日(日)までにEメールで弘前市テニス協会（松宮さん、☎090-4048-2867、E hirosakisitenniskyoukai@gmail.com）へ。

トータルフィットネス

時8月27日(日)、9月10日(日)・24日(日)の午前10時30分～11時30分　所岩木B&G海洋センター（兼平字猿沢）トレーニングルーム　内呼吸・柔軟（ヨガ）・筋力トレーニング・簡単な有酸素運動で、バランスのいい体づくりを行う　定一般または親子（5歳以上の子）＝各日20人　¥一般＝1回500円、親子＝1回800円（いずれも傷害保険料を含む）※ヨガマットのレンタルは1回100円。　持ヨガマット　申事前に申し込みフォーム（QRコード）か電話で申し込みを。
問岩木B&G海洋センター（☎82-5700）

かけっこ教室

時9月1日～22日の毎週水・金曜日（全7回）、午後4時30分～6時　所弘前B&G海洋センター（八幡町1丁目）　内走る・跳ぶ・投げる等の全身運動、音楽に合わせて行うジャンプトレーニング等　定市内の小学生＝30人　¥無料
問8月15日（火・必着）までに、往復はがき（※）で河西体育センター（〒036-8316、石渡1丁目19の1、☎38-3200）へ。

水泳教室

【①平泳ぎ編】
時9月1日～10月13日の毎週金曜日（9月8日は除く、全6回）、午後1時～2時　内平泳ぎ基本泳法
【②クロール編】
時9月5日～10月10日の毎週火曜日（全6回）、午後1時～2時　内クロール基本泳法
～①・②共通事項～
所温水プール石川　定市民＝各10人　¥無料　持水着・水泳帽
問①は8月18日（金・必着）までに、②は8月21日（月・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。

リフレッシュ☆ストレッチ教室

時9月2日～10月21日の毎週土曜日（全8回）、午前10時30分～11時30分　所金属町体育センター集会室　内自宅でも手軽にリラックスしながら身体をほぐせるストレッチ　定市民＝15人　¥無料
問8月16日（水・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、☎87-2482）へ。

プールで体力づくり教室

時9月6日～10月18日の毎週水曜日（9月27日は除く、全6回）、午後1時～2時　所温水プール石川（小金崎字村元）　内水中運動、水中ウオーキング、簡単な筋トレ、ゲーム　定市民＝30人　¥無料　持水着・水泳帽
問8月15日（火・必着）までに、往復はがき（※）で河西体育センター（〒036-8316、石渡1丁目19の1、☎38-3200）へ。

県武道館ダンスワークショップ「SPECIAL DANCE」



時9月17日(日)、午前10時～午後1時40分　所県武道館（豊田2丁目）補助競技場　内プロダンサーの指導でダンスの基礎と技術の向上を目指す　定小学生以上＝60人（先着順）　¥無料
問8月31日(木)までに、県武道館ホームページからダウンロードした申込用紙を、ファクスか持参で県武道館（☎26-2200、F 26-2206）へ。

（※）…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（コースがある場合は希望コース）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。