

## 広告入り封筒の寄付希望者募集

申問 総務課 ☎ 516719

市役所から市民に発送する郵便などに使用する封筒の裏面に、広告を入れた『広告入り封筒』の寄付者を募集します。

### ▶ 募集内容

募集規格	角形2号	長形3号
広告枠の位置	封筒裏面	
年間使用見込み	20,000枚	50,000枚
募集事業者数	1寄付者	

▶ 申し込み方法 所定の寄付申込書を持参か郵送で提出

▶ 申込期限 平成31年1月31日(木)

※ 申込書は総務課に備え付けてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

## 女性の活躍支援セミナー受講生募集

雇用主・管理職・人事担当者向けに、セミナーを開催します。男女ともに働きやすい職場づくりのための、具体的な取り組みが学べます。

とき 12月5日(水) 午後2時30分～4時30分

ところ 市民交流プラザ「トワレ」  
内容 男女ともに活躍できる職場づくりセミナー

講師 (株)インソース 小川道弘さん

定員 50人(先着順)

申込期限 12月4日(火)

※ 詳しくは市ホームページをご覧ください。

ページをご覧ください。

申問 商工労政課  
☎ 6773



## 県営上平団地入居者募集

募集戸数 ▼2DK 2戸

▼3LDK 1戸

入居可能予定日 平成31年2月1日(金) 家賃

▼2DK 16700円～36000円

▼3LDK 22000円～43300円

※ 駐車場使用料(1台1300円)を家賃とは別に徴収します。

選考方法 応募者多数時公開抽選

申込期間 12月3日(月)～14日(金)

※ 世帯の合計所得やその他制限がありますので、詳しくはお問い合わせください。

申問 上北地域県民局 建築指導課

☎ 8111 (内線338)



## 講座・教室

### ハイゼックス袋炊き出し訓練講習会

とき 12月7日(金) 午前10時～午後1時

ところ 保健センター

内容 災害時における炊き出し訓練。

ハイゼックス袋を使った調理を体験できる講習会です。講習会では

「クリームパスタ」など3品を調理(予定)します。

定員 10人(先着順)

持ち物 エプロン、三角巾

申込期限 12月6日(木)

申問 赤十字奉仕団事務局(市外郭団

体事務室内) ☎ 6783

## いきいき健康づくり軽スポーツ教室「ストレッチ体操と室内ペタンク教室(第2期)」

とき 12月5日・12日・19日(いずれも水曜日) 午前10時～正午

ところ 市総合体育センター

※ 室内用運動靴持参、傷害保険は各自で加入してください。

※ 申し込みは不要です。

問 スポーツ・生涯学習課 ☎ 2317

### 十和田湖公民館講座

#### ■ 豆しとぎ作り教室

とき 12月19日(水) 午前9時30分～午後0時30分

#### ■ 長いもすいとん作り教室

とき 12月21日(金) 午前9時30分～午後0時30分

#### ◆ いずれも

ところ 沢田悠学館

定員 各16人(応募者多数時抽選)

費用 600円(材料費)

持ち物 エプロン、三角巾、布巾

申込期限 12月10日(月)

申問 十和田湖公民館 ☎ 22102

### 中央病院「市民健やかセミナー」

とき 12月19日(水) 午後4時～5時

ところ 中央病院1階外来待合室

演題 「最新の放射線治療」がん治療

が変わる! 地域・患者のニーズを

大切にする技術が世界標準になる

理由」

講師 放射線科 副技師長  
小川 佐智男

※ 申し込みは不要です。

問 中央病院業務課 ☎ 235121

### リフレッシュスポーツ教室第3期

とき 平成31年1月16日～2月27日

までの毎週水曜日(全7回)

① 午前10時～正午

② 午後1時30分～3時30分

ところ 市総合体育センター

内容 各種軽スポーツ

対象 ① 18歳以上の人(学生は除く)

② シニア女性(おおむね60歳以上の人) ※ 両方には参加できません。

定員 各30人(先着順)

参加料 ▼ 新規の人 ▼ 65歳未満

2500円 ▼ 65歳以上 1800円

▼ 1期または2期に参加した人

▼ 65歳未満 650円 ▼ 65歳以上

600円

申し込み方法 参加料を持参の上、申

し込みください(電話での申し込み、

代理での申し込みはできません)。

申込期間 ▼ 新規の人 12月11日(火)～

平成31年1月8日(火) ▼ 1期または

2期に参加した人 12月18日(火)～

平成31年1月8日(火)

申込時間 午前9時～午後8時(日

曜日、祝日は午後4時まで)

申問 市総合体育センター ☎ 255555