



## 市民の広場

市民の皆さんが行う催しの紹介、サークルなどの会員募集のコーナーです。**費用の記載がないものは無料**です。掲載希望の団体、サークルの人は市ホームページをご覧ください。

### 第7回ふるさとの巨木と史跡巡り

南八甲田の幻の県道（旧県道、御鼻部山～猿倉温泉）の一部を歩いて幻の杉の天然林と呼ばれる「ソデカ杉」、日本一のブナの巨木「森の神」を訪問します。

とき 9月15日(日) ※小雨決行  
午前8時～午後4時30分

ところ 南八甲田、旧県道の袖ヶ谷地周辺  
集合場所 奥入瀬溪流館

※受け付け後、市営大幌内牧場へ移動します。

定員 25人（先着順）

費用 2,000円（資料、保険代）

持ち物 長靴、雨具、昼食、飲み物、虫よけスプレー

申込期限 9月12日(木)

※山道を往復4時間程度歩きます。

☎ 090-7325-9222 FAX ☎ 2646

☎ 090-7325-9222 FAX ☎ 2646

### 元気で生き生き～輝く未来へ～ 第5回「地域共生社会の実現にむけて」

十和田市で活躍している方々が、さまざまな分野で主張します。

ぜひ会場へお越しください。

とき 9月29日(日)

午前10時～午後2時

ところ 市民文化センター

定員 300人（先着順）

内容

▶ 弁論大会「これが私の生きる道」

▶ 作品展「わたしのとっておき」

▶ ファッションショー「人生彩色」

▶ 出店「みんなのマルシェ」

※イベントのボランティアも募集しています。詳しくはお問い合わせください。

☎ コミュニティワーク礎・吉田

☎ 080-2838-7505

### 傾聴ボランティア養成講座

傾聴（こころに寄り添う聴き方）の基本を学び、自身の成長につなげ、学んだスキルをボランティア活動に生かしてみませんか。

とき・ところ

① 9月28日(土)

市民図書館 多目的研修室

② 10月9日(水)

市民図書館 多目的研修室

③ 10月25日(金)

市民図書館 多目的研修室

④ 11月9日(土)

市民交流プラザ「タワーレ」

⑤ 11月21日(木)

保健センター

講師

①、④ 鈴木 しげさん

(日本傾聴ボランティア研究センター)

②、③ 金田 諦應さん

(曹洞宗・通大寺住職)

※⑤は、保健師が講師を務めます。

◆ いずれも

時間 午前10時～午後3時

※正午から午後1時までは休憩。お弁当を希望する人は申し込みの際に注文を承ります。

対象 全5回の講座を受講できる人

定員 30人（先着順）

持ち物 筆記用具

申込期限 9月20日(金)

※①～⑤の講座を全て受講した人には修了証書を差し上げます。

☎ 090-2796-0999

☎ 090-2796-0999

### スケートボード無料体験

スケートボードで楽しみながら交流を深めましょう。

東京五輪（オリンピック）で正式種目に採用されたスケートボードを無料で体験できます。どなたでも参加できますので、直接会場にお越しください。

とき 9月7日(土)

午前10時～11時30分

ところ 中央駐車場

※プロテクターやヘルメットをお持ちの人は持参ください。貸し出しもあります。

☎ 十和田スケートボードサービス・鳥谷部 ☎ 243324

### 介助講習会

身体が不自由な人の介助をスムーズに行うための講習です。動きやすい服装でお越しください。

とき 10月23日(水)

午後7時～8時30分

ところ 東コミュニティセンター

定員 20人（先着順）

費用 990円

講師 サービス介助士 吉田 みちるさん

申込期間 9月17日(火)～10月11日(金)

☎ 学習びと交流を提供するチーム4C・澤村 ☎ 090-2793-9780

### 紅葉の鳶山で初心者の方の山歩き体験会

とき 10月5日(土) 午前11時30分～

集合場所 鳶温泉駐車場

定員 30人（先着順）

費用 1,500円（資料、保険代含む）

申込期限 9月25日(木)

※仙人橋～赤沼を山田桂一郎さんと歩きます。

☎ 十和田山岳振興協議会・大井

☎ 22 6621

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係 ☎ 6702