

講師 お菓子工房スイト・ママ 東恵子氏
 〈定員・教材費〉16名・2000円
 〈準備するもの〉
 筆記用具、エプロン、さらしな
 どのふきん数枚

中央公民館 ☎24-1224

いずれも木曜日、午後4時から
 5時30分。講師の都合による日程
 変更の可能性もあります。
 〈どこ〉図書館
 〈必要なもの〉
 インターネットを閲覧できる機
 器（スマートフォン、タブレットな
 ど）、電卓、筆記用具

むつサテライトキャンパス
 経営者向け講座
 経営に必要な収益性から見る理
 論と実践的手法を学ぶ講座。大学
 の高いレベルのゼミ形式の講義です。
 〈講師〉
 青森中央学院大学教授 井口義久氏
 〈いつ・どんな〉
 ・6月1日
 「収益性指標の用語と意味を知る」
 ・6月8日
 「財務諸表から収益性指標の体系
 を作成する」
 ・6月29日、7月6日、20日
 「目標利益と資産利益の体系①②③」
 ・8月31日、9月7日、10月5日
 「経営計画と経営分析①②③」
 ・10月12日、19日
 「中小企業の財務①②」
 ・11月9日
 「中小企業の経営計画と収益性指標」
 ・11月16日、30日
 「中小企業の経営分析①②」
 ・12月7日
 「中小企業の国際化とその財務的基盤」
 ・12月14日
 「復習、まとめ」

市民連携課
 ☎22-1111内線2151



目指せごみ減量 資源回収にご協力を！

むつ市月間 ごみ総排出量	平成29年2月分 市環境政策課調べ		前年同月比 (前年同月比)
	2月の値	前年同月	
総排出量	1,546 t	1,781 t	(-23%)
資源回収量	145 t	154 t	(-9%)
資源回収割合	9.4%	8.6%	(+0.8ポイント)
市民1人1日 の排出量	923 g	1,012 g	(-89g)

【参考】H26 1人1日あたりの排出量
 全国平均 947g/日 青森県平均 1,046g/日

北の防人大湊

北の防人大湊各施設では、GW
 期間を中心にさまざまな企画展を
 開催！スタンプリリーと合わせて
 ぜひご来館ください。

・安渡館
 「防人と春桜の郷」写真パネル展
 〈いつ〉
 4月21日(金)～5月7日(日)
 〈どんな〉
 明治から昭和初期にかけて、大
 湊町誕生や海軍の創設などに関す
 るパネルを展示
 ・式番館
 明治大正浪漫にふれる
 「北の防人大湊」展
 〈いつ〉
 4月22日(土)～5月7日(日)
 〈どんな〉
 重要文化財をはじめとする海軍
 のまち大湊の歴史について紹介す
 るパネルを展示
 ・みどりのさきもり館
 水彩画サークル「海作品展」
 〈いつ〉
 4月26日(水)～5月10日(水)

「みどりのさきもり館」
 花とみどりの講習会参加者募集
 第1回「ナチュラルガーデン」
 気軽に楽しむ庭づくり」(初心
 者向け)ナチュラルガーデンの作り
 方や手入れについて、実践しなが
 ら学びます。
 〈いつ〉5月20日(土)午前10時～正午
 〈講師〉
 ガーナーコーディネーター 澤田貢士氏
 〈定員・参加費〉先着20名・無料
 〈持ち物〉ゴム手袋、筆記用具
 〈申込み〉
 5月1日(月)午前9時受付開始
 〇〇市都市政策課みどり景観担当
 ☎22-1111内線2744

安渡館 ☎29-3101



サークル 団体情報

日頃の運動不足解消に
 3B体操体験してみませんか？
 「ボール」「ベル」「ベルト」と
 いう3種類の用具を使いながら、
 無理なく体を動かす健康体操で
 す。年齢、体力を問わずどなたに
 でもできます。

中央公民館

〈いつ〉5月1日(月)、8日(月)

午前10時～11時30分

〈指導者〉小田敬子

〈参加料〉無料

◆海老川コミュニティセンター

〈いつ〉5月27日(土)

午前10時～11時30分

〈代表者〉宇都宮恵美

〈参加料〉300円

〇〇市3B体操協会小田

☎090-2994-7166

むつ市右手県人会会員募集
 むつ市にお住まいの岩手県出身
 者、その二世、三世の方、および
 岩手県にゆかりのある方はどなた
 でも入会できます。

郷里岩手旅行、岩手県の里芋で「い
 もの子汁会」等を実施しています。

〇〇市右手県人会事務局馬場

☎22-4371

アドラー心理学

「勇気づけの子育てを学ぼう」

〈いつ・どんな〉

・5月10日(水)

「勇気づけを始めよう」

・5月22日(月)

勇気づけの第一歩「子どもの話を
 を聴く」

・6月5日(月)

「思春期の子どもを勇気づける」

・6月19日(月)

「勇気づけ育児を実践しよう」

いずれも午前9時30分～11時
 30分、赤ちゃんの同伴可能です。

〇〇市大曲コミュニティセンター

〈参加費〉300円(資料代等)

〇〇市勇気づけ子育ての会加藤

☎090-4552-1351

りんどうの会

介護予防運動実施中

寝たきりや介護状態にならない
 ためには、日頃の体力づくりがと
 ても大事。

高齢者の歩行機能や認知機能の
 低下を阻止し改善する介護予防
 運動を毎月定期的に実施していま
 す。誰にでも無理なくできる運動
 ですので、ご友人・ご近所等、お

誘いあわせのうえご参加ください。

中央公民館

毎週土曜日午前10時～正午

・むつ来ささい館

毎週火曜日午前10時～正午

〈参加料〉無料

〇〇市生活介護サポーター連
 絡協議会(りんどうの会)

☎31-0244(FAX兼用)

菊池 ☎090-1494-5544



ボランティアむつ市

「一緒に活動しませんか？」

「楽しむ・学ぶ・奉仕する」を
 理念に活動する設立42年のボラン
 ティア団体です。皆で仲良く景勝
 地を訪ねたり、テーマを設けて一
 緒に学んだり、そして時には皆で
 奉仕活動をしています。

ボランティアむつ市

☎24-1624(FAX兼用)

伊藤 ☎090-7070-2174

むつ市老人クラブ連合会 「生きがいサークル」 5月の日程

はじめて参加される方はあらか
 じめご連絡ください。なお、お花
 と手芸は材料費が必要です。

老人憩の家「緑寿荘」(新町)

☎23-5800

- お花教室 18日(木)
- 手芸教室 2日(火)・16日(火)
- 踊り教室 10日(水)・24日(水)
- お茶教室 11日(木)・25日(木)
- 習字教室 12日(金)
- コーラス教室 8日(月)・22日(月)
- ダンス教室 10日(水)・24日(水)
- カラオケ教室 8日(月)・22日(月)
- 囲碁・将棋教室 2日(火)・16日(火)
- 着付教室 17日(水)

老人憩の家「福寿荘」(川守町)

☎29-1800

- 詩吟教室 2日(火)・16日(火)
- 日舞教室 1日(月)・15日(月)
- 着付教室 9日(火)・23日(火)
- 唱歌教室 19日(金)
- カラオケ教室 11日(木)・25日(木)
- カラオケ教室は午後1時～4時、その
 他の教室は午前10時～正午

※各教室とも新しく会員を募集し
 ています。ご希望の方は「緑寿
 荘」「福寿荘」または各単位老人
 クラブ会長へご相談ください。

〇〇市社会福祉協議会
 ☎33-3023

