

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

**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」

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  
 〈受講料〉無料  
 〈申込締切〉5月25日（木）  
 〈定員〉20名（定員になり次第締切）  
**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

**information circle**  
**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？  
 「ポール」「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  
 どちらも、タオル、上履き、飲  
 み物をお持ちください。

◆日本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。  
**むつ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  
 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。  
 〈どこ〉大曲コミュニティセンター  
 〈参加費〉300円(資料代等)  
**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

**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！スタンプラリーと合わせて  
 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〉  
 4月21日(金)～5月7日(日)  
 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)

水彩画ならではの透明感あふれ  
 る作品を展示  
 ※下北ジオパークの「大湊・芦崎  
 ジオサイト」についての紹介  
 コーナーもあります。  
**安渡館** ☎29-3101  
 「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  
**市都市政策課みどり・景観担当**  
 ☎22-1111内線2744

誘いあわせのうえにご参加ください。  
 〈いつ〉  
 ・中央公民館  
 毎週土曜日午前10時～正午  
 ・むつ来さまい館  
 毎週火曜日午前10時～正午  
 〈参加料〉無料  
**むつ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

ボランティアむつ会の会  
 「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。  
 〈会費〉月額100円  
**ボランティアむつ会の会**  
 ☎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)  
 ダンス教室は午後1時～3時、カラオ  
 ケ・囲碁・将棋教室は午後1時～4時  
 その他の教室は午前10時～正午  
**老人憩の家「福寿荘」(川守町)**  
 ☎29-1800

