

## 求職者支援訓練 パソコン ・簿記基礎科 (短時間)

企業会計業務に必要な簿記3級の知識、事務処理を迅速に行うためのITスキルを身に付け、パソコンスキルを生かした書類作成の技術が習得できる訓練です。

期間…3月3日(月)～7月2日(休)

場所…ラソ・パソコン教室 (姥蒨船橋238-3)

定員…15名 受講料…無料

\*テキスト代7,975円(税込)、資格取得に関する受講料は自己負担

応募期限…2月4日(火)

申込み…ハローワークまたはハローワークヤングプラザ(45歳未満の方)に受講申込等応募書類を提出してください。

問い合わせ先

ラソ・パソコン教室 Tel26-6861

## 青森県立障がい者職業訓練校 職業訓練生の募集

定員

- ①デジタルデザイン科…15名
- ②OA事務科…15名
- ③作業実務科…10名

試験方法

- ①、②職業適性検査、面接
- ③適性検査、面接(保護者同伴)

対象

- ①、②知的障がいのない方
- ③知的障がいのある方

募集期限…1月31日(金)

入校試験日…2月7日(金)

試験会場…青森県立障がい者職業訓練校(弘前市緑ヶ丘1-9-1)

合格発表…2月21日(金) 9:00

問い合わせ先

青森県立障がい者職業訓練校  
Tel0172-36-6882

## 放送大学 4月入学生募集

放送大学では「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方が学んでいます。授業はインターネットやBS放送で視聴し、単位認定試験もWEBで受験できるため、

今の時代の学び方としても注目を集めています。

出願期限…3月11日(火)

\*資料を無料で送付しますので、お気軽にお問い合わせください。

\*詳しくは放送大学ウェブサイト(右QR)をご覧ください。



問い合わせ先

放送大学青森学習センター  
Tel0172-38-0500

## 「夢と希望」塾(無料塾) 開講 生徒・講師募集中!

経済的な理由等で学習塾に通うのが困難な家庭の生徒・児童を対象に、学習支援を行います。講師は、資格の有無を問わずボランティアでできる方を募集しています。

対象・定員…学習塾を利用していない中学生・小学生(3年生以上)各10名

開始日…4月5日(土)

開講日…毎週1回土曜日  
16:00～18:00

場所…市内公共施設(詳細は申込時にお知らせします)

教科…数学・英語を中心に、国語・社会・理科の5教科

料金…無料

申込期間…3月10日(月)～27日(木)

\*詳細はホームページ(右QR)をご確認ください。



問い合わせ・申込先

小田川浩三  
Tel090-9746-8702



## 健康・福祉

### 赤十字活動にご支援をお願いします

日本赤十字社青森県支部は、災害・紛争などから命を守り、苦痛を軽減する活動をはじめ、平時は教育現場や自治会などで防災・減災の講習会やボランティア活動などを展開しています。

こうした活動は、毎年2月から自

治会・町内会などの赤十字ボランティアが戸別訪問をさせていただき、寄せられた会費や寄付金によって支えられています。

本年も引き続き、皆さんのあたたかいご支援を心よりお願い申し上げます。

問い合わせ先

▷日本赤十字社青森県支部 会員係  
Tel017-722-2011  
▷福祉政策課 内線2493

## いつもの料理に+1(プラスワン)講座 ～健康ボディに～

年々気になる体重やお腹周り…もしかしたら、食生活が乱れているかもしれません。食習慣を見直して健康ボディを目指しませんか。市管理栄養士が脂分カットなどの「+1」テクニックを紹介します。

対象…市民

日時…2月21日(金) 10:30～11:30

場所…中央公民館

内容…講話、ちらし寿司などの試食  
参加費…無料 定員…25名程度

申込み…2月14日(金)までに、電話または右QRからお申し込みください。



問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2385

## こころの相談 ～1人で悩まず相談してください～

眠れない、やる気が起きない等の心身の不調や不安・悩みを抱えている方、自死遺族の方の相談に応じています。

日時…2月19日(水)

①13:30～14:30

②14:30～15:30

場所…市役所1階相談室

相談員…臨床心理士、市保健師

申込み…2月14日(金)までに、電話でお申し込みください。

\*すでに精神科を受診し、かかりつけ医がいる方は対象になりません。

問い合わせ・申込先

健康推進課  
内線2383

