FM APPLE WAVE 78.3MHz

apli
アプリ

apple wave
people
link
information

アップルウェーブは2000年の開局以来、「地域の活性化」「市民情報の共有化」「地域の防災」を理念に、“弘前を伝える“街づくりカンパニーとして、地域のあらゆる情報を独自のコミュニケーションスタイルとメディアで発信し続けています。街と人が創り出す、弘前にしかない魅力や表情、そして新たに生まれる文化を新・弘前情報メディア「apli」で発信していきます。

発行 弘前を 伝え支える街づくりカンパニー
アップルウェーブ 株式会社
http://www.applewave.co.jp
弘前市土手町31
土手町コミュニティパーク3F
TEL.0172-38-0788
FAX.0172-38-0790

VOL.07
2019.1.8

一部の地域は配布が遅れる場合があります

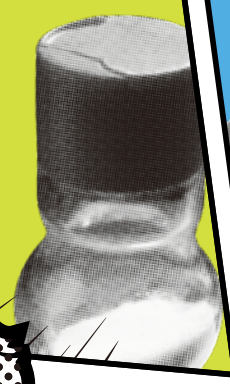
TAKE FREE
街と人をつなぐ
フリーマガジン

Episode 1.
好きすぎて、すみません。Part.1

『俺がね、絶対、確信を持てるのは味の素だけなんだ』
檀一雄『小説 太宰治』より

太宰は何にでも調味料の“味の素”をたっぷりとかけて食べていたのだとか。カニ缶、サケ缶、筋子、羊羹、お汁粉にまで……。

『私は、筋子に味の素の雪きらきら降らせ、納豆、青のり、と、からし、添えて在れば、他には何も不足なかった。』
『HUMAN LOST』より



Yummy

メロスもびっくり!
親友、壇一雄を借金のカタにして置き去りに!
— 熱海事件の真相 —

昭和11年末、熱海で遊びまわった太宰と作家、壇一雄の財布は、気づけば空っぽ。そこで太宰は、檀を人質にして宿に残し、お金の都合をつけるために一人で東京に戻った。しかし、檀が待てど暮らせど太宰は戻っては来ない。人質の壇は、宿の人に連れられ、様子を見に帰京。そして太宰を捜して井伏鱒二の家を訪れると当の太宰本人は、縁側でのんきに将棋をさしていたのだった。

自身の小説『走れメロス』の主人公メロスは、人質となった親友のために頑張り、戻って来たが、作者の太宰は友である壇のために“走る”ことはしなかった。しかし、この熱海でのエピソードは「走れメロス」の題材になったとも伝えられている。

『壇 一雄『小説 太宰治』『走れメロス』

Episode 2.
走らなくて、すみません。

実は大食漢!
美味しいモノ=津軽のモノ。好みは素材も料理法も津軽流。

Episode 3.
食いしん坊で、すみません。

弘前高校時代、3杯分の味噌汁を魔法瓶に入れて学校に行っていたという。作家になってからも大食ぶりは周囲を驚かせていた。太宰の身長は175センチメートルだったそうで、当時としてはかなりの長身。よく食べ、よく飲んだからだろうか?
ちなみに大好物は津軽ではお馴染みの「根曲がり竹」など、とにかく津軽の食を好んだため、美和子夫人は三鷹(東京)で、食材の調達にとても苦労していたのだとか。

弘前の街じゅうのお店を探し廻る。
あの“ピッチリした股引”どうしても欲しい!!
太宰、憧れの鳶職人のコーディネートに挑戦!

少年の頃の太宰、芝居で見た「め組の喧嘩」の鳶の職人の恰好がしたくて、ワクワクしながらその準備を始める。紺の腹掛け、角帯はすぐに手に入り、単衣の着物は呉服屋さんに拵えてもらうこだわりよう。でも、あのピッチリした股引だけはどこにも売ってない。弘前の街を端から端まで探し廻り、辿り着いたのは消防関連の衣類や纏、消化器などを販売する商店。やっとの思いでそれっぽいピッチリ股引を見つけた。しかし、それを手にとった太宰は愕然とする。その股引は、外側に“消防のしるし”である真っ赤な太いラインがずんっと引かれていたのだった。
さすがの太宰もそれをはく勇気はなく、淋しく股引をあきらめたのだとか。

『おしゃれ童子』

Episode 4.
ファッションにこだわりすぎて、すみません。

\え~! まぼろし~?! 意外~!/

太宰治 生誕110年記念企画 apli 編

特集 じゃない方の太宰治の○○で、すみません
面白逸話(エピソード)7選

—— 生れて、すみません。『二十世紀旗手』より

数々の作品で読者の心をつかみ、今もなお多くのファンを魅了し続けている津軽の文豪・太宰治。一方で、太宰のイメージを問うと「暗い」「陰鬱」「気難しい」「神経質」「内気」など、その作風と生き様から退廃的でネガティブなワードが羅列する。
……でも、ホントの太宰って、どんな人だったの??
思わずクスっとしてしまう、イメージじゃない方の太宰治にまつわるちょっと意外でユニークなエピソードを集めてみました。
アナタもだんだん太宰が気になってくる(?)

あの棟方志功に「うるせぇ、だまっとれ!」と言ってしまう。

青森県出身の芸術家が集まるパーティーに招かれた太宰治。名誉で嬉しい気持ちと、故郷では作品よりも太宰の醜態の方が周知されているという不安が交差し、太宰はお酒をたくさん飲み緊張を紛らわしていた。そして太宰の自己紹介の時のこと。太宰のぼそぼそとした声がよく聞こえなかったため、棟方志功に「もういっぺん!」と促され、イラッとして思わず発してしまったセリフ。
その日の帰り道、これではますます故郷での評判が悪くなるかもと落ち込み、人力車のおじさんにまで八つ当たりしたのだとか。

『善蔵を思う』『黄桃とキリスト』

Episode 5.
キレて、すみません。

太宰は犬が苦手?!

『犬に出逢うと、満面に微笑を湛えて、いささかも害心のないことを示すことにした』
『畜犬談(ちくけんだん)』より

犬に噛まれることを恐れ、犬にへこへこする主人公。
その結果、犬との関係に意外なことが起こり始める。。。
太宰のユーモアが際立つ、ほっこりするお話。
結局、太宰は犬が嫌いなのか好きなのか?!

Episode 6.
犬が怖くて、すみません。

弘前高校時代、太宰もノートにびっしり落書きをしていた!
授業ちゃんと聴いてた?

授業中、ノートに大好きな人の名前を書き連ねるという“青春あるある”。
…でも、太宰が書いていたその名前とは?

『芥川龍之介 芥川龍之介
芥川龍之介 芥川龍之介
芥川龍之介.....』

現代でも、願い事や“なりたい自分”を書き連ねると願いが叶うと言われている。弘前で過ごしていた頃の太宰も夢や希望を抱き、作家になることをイメージしながら、そんな“おまじない”をしていたのかも。誰の人生にも訪れる青春期。この落書きは、とても太宰治らしい青春の一コマのように思える。

Episode 7.
好きすぎて、すみません。Part.2

ホントの太宰治を探しに行こう! 弘前市立郷土文学館 第43回企画展『太宰治生誕110年記念展 —太宰治と弘前—』 詳しくは中面をCheck!

LIBRARY

図書館へ行こう

新年のひかりさすとき
図書館の書籍ら
声たつごとくはなやぐ

弘前市立図書館館長　山谷英雄
（歌誌「運河」代表）

弘前市立図書館

http://www.city.hirosaki.aomori.jp/tosho/

各館の開館時間や情報はホームページでご案内しています

弘前図書館・岩木図書館・こども絵本の森
相馬ライブラリー

指定管理者　TRC・アップルウェーブ
弘前ペンクラブ 共同事業体

Topics　最近じわじわキテる「ビブリオバトル」って知ってる？

— ビブリオバトルとは、ゲーム感覚を取り入れた新しいスタイルの「書評合戦」。「バトラー（発表者）」達が、自分が好きな本の魅力を5分間で紹介。会場の観客が一番“読みたくなった本”に投票し、その得票数で優勝＝「チャンプ本」を決定します。近年では、学生さん達を対象にし、YouTubeを用いた大会など、「ビブリオバトル」が全国各地の学校や図書館で開催され盛り上がっています！弘前の皆さんも学校や職場のイベントで開催してみよう！

［参考］知的書評合戦ビブリオバトル公式サイト 検索

弘前図書館

■ 弘前図書館　弘前市大字下白銀町2-1（追手門広場内）　■ TEL 0172-32-3794
■ 開館時間／月曜日から金曜日‥‥午前9時30分～午後7時（土日祝は5時迄）
■ 休館日／毎月第3木曜日

見逃せない戦いがある。“本”と“文学”のプロによる頂上決戦！

—「少しの小銭と明日の読書があれば、それでいいさ。」—

‥‥そんな図書館と郷土文学館スタッフ達による
“自分が大好きな本”の魅力を競う戦（バトル）いの火ぶたが切られる！

ビブリオバトル in 弘前図書館

観覧者大募集！
みんなで投票してチャンプ本を決めよう！

日　時	2019年2月10日（日） 13:30～15:00（開場 13:00～）
バトラー	弘前市立図書館 （弘前、岩木、こども絵本の森）と 郷土文学館の選抜スタッフ
会　場	弘前図書館 2階 視聴覚室
観覧お申込み	弘前図書館のカウンターまたは お電話にてお申込みください。 TEL:0172-32-3794

岩木図書館

■ 岩木図書館　弘前市大字賀田1-18-3　■ TEL 0172-82-1651
■ 開館時間／火曜日から金曜日：午前9時30分～午後7時（土日祝は5時迄）
■ 休館日／毎週月曜日・年末年始

2019年の運試し！

お正月特別企画

「おみくじ」

～1/13㊐まで

大人用・こども用をご用意しています

ワークショップ

かわいいブローチやヘアゴムを作ろう♪

①「親子でこぎん刺し教室」
②「はじめてのこぎん刺し教室」

日　時	1月26日（土）　①10:00～11:30（定員5組） ②13:30～15:00（定員10名）
講　師	今 愛さん
材料費	300円
参加方法	岩木図書館のカウンターまたは お電話にてお申込みください。 TEL:0172-82-1651

〆切 1/18㊎

こども絵本の森

■ 弘前市大字駅前町9-20ヒロロ3F
■ TEL 0172-35-0155　■ 開館時間／午前10時～午後6時
■ 休館日／毎月第３木曜日(※祝日の場合は翌日に振替)

Event

冬休みおはなしクイズラリー

～1/14㊊まで

こども絵本の森の中に貼ってあるクイズを探し答えをだそう！（ヒントコーナーもあるよ♪）全部正解したお友達には「おめでとうカード」と「オリジナルぬりえ」をプレゼント！！

参加対象　幼児～小学生

こども絵本の森では、季節のテーマにちなんだ本のご紹介、貸出しをしています。

今月のテーマ｜雪あそび　～2/2㊏まで

弘前市立郷土文学館

http://www.city.hirosaki.aomori.jp/bungakukan/

各企画展についてはホームページで随時ご案内しています

■ 弘前市大字下白銀町2-1(追手門広場内)　■TEL 0172-37-5505　■ 開館時間／午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
■ 観 覧 料／(一般)100円・(小・中学生)50円　※弘前市内の小・中学生、65歳以上の方、留学生、ひろさき多子家族応援パスポート、障がい者手帳をお持ちの方は無料です。

弘前市立郷土文学館 第43回企画展

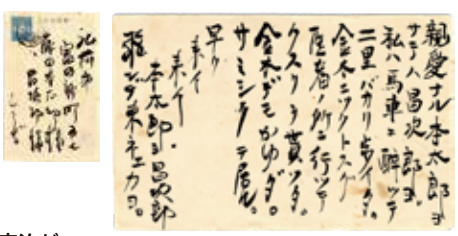
太宰治生誕110年記念展
—太宰治と弘前—

2019年 1月12日㊏～12月28日㊏

太宰治（1909～1948）は、明治42年に旧金木村（現 五所川原市）に県下屈指の大地主の六男として生まれました。「罪、誕生の時刻に在り」（「二十世紀旗手」）との意識を自らの宿命として刻印し、生の不安と苦悩にさいなまれ、破滅的な生活の中から「斜陽」「人間失格」などの名作を生み出しました。その作品は〈永遠の青春の書〉として今なお多くの人に読み継がれています。

本展は、全国屈指の人気作家・太宰治の生誕110年という節目の年にあたり、太宰治が官立弘前高等学校の学生として生活した〈弘前〉と生誕地・金木をはじめとする〈津軽〉をテーマの中心に据え、貴重な資料により、太宰治の人と作品、太宰を育んだ風土について理解を深めていただくものです。

太宰治が愛用していた電気スタンド
官立弘前高校在学時の下宿先・藤田家で使用していた。
笠の部分は復元。
〈三鷹市スポーツと文化財団蔵〉



太宰治、もっとも古い手紙
藤田本太郎、昌次郎に宛てた葉書（昭和2年7月8日）

官立弘前高校時代に書かれた落書き

「世界地図帳」の表紙裏　「化学」のノート

「青んぼ 創刊号」
太宰治の三兄・圭治主宰の同人誌
〈大正15年9月1日発行〉
表紙：夢川利一（圭治 筆名）

弘前文化センター

http://www.city.hirosaki.aomori.jp/hirosakibunka/

各月の催事はホームページでご案内しています

■ 弘前市大字下白銀町19-4 ■ TEL 0172-33-6571 ■ 開館時間／午前9時～午後10時(窓口は午前9時から午後5時まで) ■ 休館日／第3火曜日(祝日の場合は翌日)

「改めて思い起こす東日本大震災のことⅡ ～3.11小さな命の意味を考える～ 佐藤敏郎氏 講演会」

東日本大震災の被害を忘れないように、震災を風化させないために昨年度に引き続き講演会を開催いたします。佐藤敏郎氏は、震災で次女を亡くされた後、「小さな命の意味を考える会」を立ち上げ、現在はスマートサバイバープロジェクト特別講師として全国の学校・地方自治体等で講演活動を行っています。

日 時	2019年3月9日(土) 開演13:30(開場13:00)	定 員	200名
会 場	弘前文化センター 大会議室	入場料	無料 ※但し、入場整理券が必要。整理券配布中
お問合せ	(弘前文化センター) TEL:0172-33-6571 / FAX:0172-33-6570 E-mail: hirosaki-bunka@hi-it.jp	整理券配布所	弘前文化センター、弘前市民会館、弘前市総合学習センター

習い事はちょっとめんどう…。そんなアナタの中にも潜んでいる“したい”と“なりたい”は何ですか？

アップルウェーブカルチャー教室 2019年開講『冬・春 講座』のご案内

受講生募集!!

NEW #インテリアの主役になる“こぎん”を作ってみたい

貴重な古作柄が刺せる

『空間を彩る こぎん刺し』

一針一針、時間をかけて完成させた作品には、作りてならではの思い入れや感動があるものです。せっかくだから、その作品を時々眺めたり、家族や友達にも見てほしい。

— あなたが刺したこぎん作品でインテリアに彩りを添えてみませんか？ —

現代では貴重な古作柄や津軽の伝統的な刺し柄を中心に、お部屋に飾れる作品をシリーズで展開していきます。

講 師 こぎん作家 石岡智子(MOZE 代表)

この講座で完成させた皆さまの作品は“こぎんイベント”に出展する予定です。

01 【空間を彩る こぎん刺し】スターター講座 『わくわく！初めてのこぎん刺し体験』

1/29

“こぎん”初挑戦の方のための講座です。まずは津軽の伝統的な刺し柄で基本となるコースターを一緒につくってみましょう!

時 間	10:00～12:00	定 員	5名様
受講料	2,500円(材料費込み)	持参品	はさみ、指皿、定規

(イメージ)

※活用例

02 貴重な古作柄が刺せる 『空間を彩る こぎん刺し 3部作(春ver.)』(全6回)

2/5 ▼ 4/16

作品	1.メッシュシェードランプ 2.タペストリー 3.ファブリックパネル (お一人様、3点制作します / お好きな色や刺し柄を選べます)
曜 日	〈各月〉第1・3火曜日
時 間	10:00～12:00
定 員	10名様 ※こぎん経験者の方大歓迎
開講日	1 2/5 2 2/19 3 3/5 4 3/19 5 4/2 6 4/16
受講料	〈全6回〉¥12,000 〈材料費〉¥6,000 (3作品分) 合計: ¥18,000
持参品	はさみ、指皿、定規

(イメージ)

(イメージ)

01、02は開講日の10日前迄にお申込みください。

NEW #年末年始に甘やかしたカラダを引き締めたいっ！

03 楽しくココロとカラダを健康に！ 『運動が苦手なアナタも Let's HULA(フラダンス)♪♪』(全6回)

ハワイの華やかで美しい踊り、フラダンス。その手の動きには太陽、海、花など自然への感謝の意味がこめられているって素敵!癒しの音楽としなやかな動き。でも意外にもフラダンスって運動量が多いって知ってましたか？1時間あたりの消費カロリーはウォーキングを上回るのだとか?!インナーマッスルを鍛え、代謝力と脳を活性化するフラダンス。

— 運動が苦手で、今まで続けられなかったアナタも、フラ始めてみない？ —

2/8 ▼ 4/26

講 師	インストラクター KIOKO(フラスタジオ モアニ 主宰)
曜 日	〈各月〉第2・4 金曜日
時 間	18:00～19:00
受講料	〈全6回〉¥9,000
開講日	1 2/8 2 2/22 3 3/8 4 3/22 5 4/12 6 4/26
主な内容	Step-1 【基礎ステップでペッタンコのお腹を目指そう！】 Step-2 【美しい手の動き・ハンドモーションに挑戦！】 Step-3~5 【ハワイ語を理解して曲の1番～最後まで踊ってみよう！】 Step-6 【仲間と一緒にフォーメーションで踊ってみよう！】
持参品	●パウスカートまたは、ウエスト部がゴムのギャザースカートでもOK!(お持ちでない方は、初回時貸出します。お申込み時にお知らせください) ●水分補給のための飲み物やタオル等は各自ご用意ください。当日は運動しやすい服装でお越しください。

NEW #子育ての“？”を解決したい 04

ママとパパの“？”を解決！

『キラキラ言葉で育む 幼児食とコミュニケーションのススメ。』(全6回) 単発申込可

☑お子さま同伴での受講OK！
☑ママとパパお二人での受講OK！ 受講日によってママかパパの交代受講もOK！

フリーアナウンサーで、アップルウェーブのパーソナリティとしてもお馴染みの増田さんは、幼児食インストラクター、保育士さんとしても活躍中。お子さまの心と体の形成、生きるチカラの元になる幼児食とコミュニケーションを中心に、“手遊び”や“読み聞かせ”などもレクチャーします。皆さんの日頃の疑問やお悩みについても気軽に話してください。一緒に楽しく解決していきましょう!

2/13 ▼ 4/24

講 師	幼児食インストラクター・保育士 増田由美子
曜 日	〈各月〉第2・4水曜日
時 間	11:00～12:00
対 象	未就学児(0～5歳)のお子様のご両親、またはそのご家族の方。
開講日	1 2/13【将来が決まる?幼児期の食事の重要性】 2 2/27【“イヤイヤ”の理由を知って乗り切ろう!!】 3 3/13【整えよう♪お子さまの食環境と生活リズム】 4 3/27【脳の発達、将来の肥満を防ぐ“もぐもぐ”の大切さ】 5 4/10【病気の時の食事—食・心のホームケア】 6 4/24【季節の行事食—子ども感性や家族の絆を育もう!】
受講料	●コース申込〈全6回〉¥9,000 / ●単発申込〈各日〉¥2,000
その他	1名様のお申込みで、お子さまとご家族同伴(計:3名様まで)での受講が可能です。(ご家族以外の方の同伴は遠慮いたします)

#人間力をUPしたい

05 色彩ライフアドバイザー田村静香の 暮らしに役立つ 虹色講座 -7colors-(各月1回:全7色) 単発申込可

1/17 ▼ 7/18

色彩ライフアドバイザーの視点から、暮らしの中の様々なシーンに役立ち、人間力もUPするバリエーション豊かな7種のカリキュラムで展開する講座を7ヶ月にわたり開講します。

講 師	色彩ライフアドバイザー 田村静香
曜 日	〈各月〉第3木曜日
時 間	17:30～19:00
受講料	●セット申込 〈全7色〉¥10,500 ●各色単発申込〈各色〉¥2,000
開講日	1 1/17『虹色講座1月:(赤)』2019年あなたのスイッチを探す【モチベーション】 2 2/21『虹色講座2月:(橙)』ネガティブからの卒業【ポジティブに暮らす3つのコツ】 3 3/21『虹色講座3月:(黄)』色で育む3つの生きるチカラ【大人のための色育】 4 4/18『虹色講座4月:(緑)』忙しいあなたに。【タイムマネジメント術】 5 5/16『虹色講座5月:(青)』誤解を減らすための【読解力】 6 6/20『虹色講座6月:(紺)』誕生日と姓名で自分を知る【数秘術入門】 7 7/18『虹色講座7月:(紫)』タロットカードとはひと味違う魅力【オラクルカード体験】

なまった体を動かしたい

06 TOMOMI先生の 狙ったパーツに直接効く! ピラティスStep-1.2.3 第3弾 腰・脚(下半身)に効く!

1/19

どのパーツに効くか明確だから頑張れる！効果を実感しやすいからハンパない達成感！ついつい甘やかしてしまった体もシャキッと目覚める、この季節におススメのエクササイズです。

講 師	小山内友美(TOMOMIピラティススタジオ 代表)
時 間	18:00～20:00
受講料	¥2,000
持参品	ヨガマット・飲み物・タオル等。当日は運動しやすい服装でお越しください。

★ヨガマットをお持ちでない方には貸出しいたします。【先着10名様まで：無料】受講お申込み時にお知らせください。

07 # 写真うまくなりたい

講 師	フォトグラファー 長谷川正之(写真館ハセガワ オーナー)

今では、誰もがスマートフォンやデジタルカメラを持ち、写真を自由にSNSで公開できる時代。でも“キレイな写真”と心に響く“いいなぁ。この写真”はチョット違う…。そう感じ始めている貴方に。スマートフォン編、カメラ編、更にはカメラの機能を有効に活用するための基本や画像編集、加工など貴方の“#写真うまくなりたい”をトータルでサポートします。(第2・4火曜日開講)

長谷川正之の

弘前の季節を撮ろう![冬] カメラ編

2/12

内 容	弘前の冬景色を撮影(場所:ライトアップされた弘前公園)
時 間	18:30～20:30
受講料	¥3,000 集合・解散 弘前文化センター
持参品	カメラ(一眼レフ/ミラーレス)と取扱い説明書

長谷川正之の

弘前の季節を撮ろう![冬] スマホ編

2/26

内 容	弘前の冬景色を撮影(場所:弘前公園・藤田庭園・市内洋館 等)
時 間	10:00～12:00
受講料	¥3,000 集合・解散 弘前文化センター
持参品	スマートフォン

長谷川正之の

心に響く写真を撮ろう!(全6回) 単発申込可

3/12 ▼ 5/28

カメラの基本操作からポートレート・料理・風景の撮影他、画像編集・加工のテクニックまでトータルで学べます。

曜 日	各月(2回)第2・4火曜日
時 間	①③④⑤ 18:00～20:00 ②⑥ 10:00～12:00
受講料	●コース申込〈全6回〉¥11,000 ●単発申込〈①②④⑤⑥〉各¥2,000 〈③〉¥4,000(教材費含む)—★食事付
開講日	1 3/12 カメラの基本操作・ストロボの使い方(場所:土手町コミュニティパーク) 2 3/26【撮影】ポートレートを撮ろう(場所:藤田庭園) 3 4/9【撮影】料理を美味しく撮ろう(場所:市内飲食店)—★食事付 4 4/23【撮影】日本一の夜桜を撮ろう(場所:弘前公園) 5 5/14 写真の編集・加工をしよう(場所:土手町コミュニティパーク) 6 5/28【撮影】市街地他、作品発表・ディスカッション 等(場所:土手町コミュニティパーク)

★天候等により、撮影場所や開講日時を変更する場合があります。事前にご案内します。

アップルウェーブカルチャー教室 お申込み受付中!!

お申込み期限 各講座開講日の5日前迄

お申込み お問合せ

アップルウェーブのカウンターでお申込みください！ 午前10時～午後6時まで

アップルウェーブ株式会社
弘前市土手町31土手町コミュニティパーク3F

受講料 講座お申込み時にお手続きください

TEL: 0172-38-0788

＊受講料は全て税込です。 ＊受講会場:記載のない講座は全て土手町コミュニティーパークで開講します。

詳細・講師のプロフィールは、現在開講中の講座は？ アップルウェーブカルチャー教室HPをCheck！▶▶

FM APPLE WAVE 番組表 78.8MHz

リクエスト&メッセージ
TEL 0172-39-1874
FAX 0172-36-1105
E-MAIL 788@applewave.co.jp

月曜日

- 5 00 おめざめ歌謡
- 6 00 朝のさわやかミュージック
- 7 00 LIVE! モーニングカフェラッチェ 情報満載生ワイド!
  弘前の最新ニュースや市政情報、中継車“アップル号”からの道路情報、1日のスタートに欠かせない情報が満載！
  【Personality】月曜日 近藤志織
  ●7:30【市政みみより情報】
  ●7:40・8:20【レッツ号アップルGO】
  ●7:55【弘前百景】
  ●金曜日 8:00【岩木川ふれあい情報局】
  ●木曜日 8:25【情報サプリ】
  交通情報・気象情報 随時
- 8 55 知っておこう！あなたの町の避難所
- 9 00 MUSIC CANVAS
- 30 VIEW きらり★ハッピーデー
  旬のお魚や野菜の紹介、お買い得情報、行政からのお知らせや、市内の催事・イベントのインフォメーション等、毎日の生活に役立つ情報をたっぷりお届け！
  【Personality】月曜日 丹代香子
  ●10:00【りんごだより】
  ●10:15、11:15、12:15【News&Weather】
  ●11:30【行政なんでも情報】
  ●水曜日11:00【ハロー！ボーイズ&ガールズ】
  ●火曜日11:45【はい！こちらアップル交番です】
  交通情報・気象情報 随時
- 10
- 11
- 12 30 フォーシーズンズセレクション
- 13 00 LIVE! ゴゴナビ!!
  個性豊かなナビゲーター達が、その日の「テーマ」に合わせて、皆さまからのメッセージとともにお送りするトークバラエティ。
  【Personality】月曜日 静桜 / 火曜日 JAM☆RINGO / 水曜日 藤田亜希子 / 木曜日 オダギリユタカ / 金曜日 高瀬まみ
  ●13:10【りんごだより】
  ●13:15、14:15、15:15【News&Weather】
  ●14:54【あなたを守る 防災豆知識】
  ●15:00【やじうま川柳】
  ●第2・4火曜日 14:30【プロから学ぼう 不動産における終活】
  交通情報・気象情報 随時
- 14
- 15
- 16 00 津軽いじん館
- 30 MUSIC CANVAS(再)
- 17 00 VIEW 夕やけワイド あかねルート 788
  今日の主なニュースやスポーツ、天気予報をお伝えする夕方の情報番組。日替わりのエンタメ情報も要チェック！
  【Personality】月曜日 阿保史子 / 火曜日 花田由香子 / 水曜日 花田由香子 / 木曜日 近藤志織
  ●17:45、18:45【天気予報】
  ●火曜日17:30【スクール☆ナビ】
  ●月曜日18:05【気象予報士のお天気プラスワン】
  ●水曜日18:05【防災士の安心ワンポイント】
  交通情報・気象情報 随時
- 18
- 55 弘前百景
- 19 00 津軽いじん館(再)
- 30 フォーシーズンズセレクションon NIGHT
- 20 00 LIVE! 夜は気ままに！
- 21 00 TURN IT UP (CAST)
- 22 00 SONAR MUSIC (J-WAVE)
- 23
- 0 00 SPARK (J-WAVE)
- 1 00 THE KINGS PLACE (J-WAVE)
- 2 00 J'S SELECTION (J-WAVE)
- 3 (J-WAVE)

火曜日

- 21 00 I WANNA ROCK (CAST)
- 22 00 INNOVATION WORLD (J-WAVE)
- 23 00 CLUB INTIMATE (J-WAVE)
- 30 THE WISE FOOL SHOW (J-WAVE)
- 0 00 SOUND STORAGE (J-WAVE)
- 30 SOMEWHERE IN ASIA (J-WAVE)
- 1 00 SOFA KING FRIDAY (J-WAVE)
- 30 MUSIC HUB (J-WAVE)
- 2 00 ORIENTAL MUSIC SHOW (J-WAVE)
- 30 WITH (J-WAVE)
- 3 00 TOKYO M.A.A.D SPIN (J-WAVE)

水曜日

- 21 00 おれたち☆ラジオブラザーズ (CAST)

木曜日

- 21 00 もじゃもじゃラジヲ (CAST)

金曜日

- 5 00 おめざめ歌謡
- 6 00 朝のさわやかミュージック
- 9 00 OnedayTrip
- 10 アップルタウン 暮らしのゼミナール
- 25 津軽散歩道
- 11 00 クラシック toi toi toi
- 30 Song for tomorrow
- 12 00 ジンケトリオ
- 30 フォーシーズンズセレクション
- 16 00 津軽の昔っこ(再)
- 30 VIEW フライデー SMASH☆☆
  【Personality】増田由美子
  ●第3週17:00【イオンタウン情報BOX】
  ●第2・4週17:30【JR弘前駅からのお知らせ】
  ●17:45【わくわくヒロロ】
  ●18:05【フライデージャーナル】
  ●18:40【RadioジャンQ】
  FM青森・FMアップルウェーブ同時生放送
  交通情報・気象情報 随時
- 19 00 情熱インタビュー次は青森で！ (CAST)
- 21 00 齋藤浩の音楽三昧
- 30 SEINAN Presents Blues Power
- 22 00 BOOK BAR (J-WAVE)
- 23 00 SATURDAY NIGHT VIBES
- 0
- 1
- 2 (J-WAVE)
- 3 00 TOKYO M.A.A.D SPIN (J-WAVE)

土曜日

- 5 00 おめざめ歌謡
- 6 00 朝のさわやかミュージック
- 7 00 MORNING OLDIES
- 54 おいでよ！土手町コミュニティーパーク
- 8 00 VIEW Weekend Channel
  【Personality】花田由香子
  ●第1週8:30【Dr.はらの診察室】
  ●第2・4週 8:45【おしえて11Q】
  ●9:30【ウィークエンド通信】
  ●10:00【りんご便り】
  交通情報・気象情報 随時
- 9
- 10
- 55 津軽散歩道
- 11 00 クラシック toi toi toi
- 30 Song for tomorrow
- 12 00 ジンケトリオ
- 30 フォーシーズンズセレクション
- 13 00 LIVE! 週末enjoyラジオ どよナビ！
  【Personality】成田樹里・加藤由梨
  ●14:15【小粋な時間】
  ●14:40【土曜の青春スクールナビ(再)】
  ●14:54【あなたを守る防災豆知識】
  ●15:00【りんご便り】
  ●月1回 15:05【ヒロガクにおいでよ】
  交通情報・気象情報 随時
- 14
- 15
- 16 00 J-POP ソングス
- 17 00 スイートポップキャンディ Forever Youth
- 30 SPACE SHOWER RADIO
- 18 00
  第1週 ライスボールのライスHOME
  第2週 ふわふわTime!
  第3週 VIEW J's on the radio
  第4週 アルプスおとめのアルプスクール☆
  第5週 サタデープレミアム
- 19 00 サタデーナイト WAVE
  第1週 LIVE! 親父のロック
  第3週 LIVE! 弘大 ラジオ
  (CAST)
- 20 (CAST)
- 21 00 まち育てないと (CAST)
- 22 00 BOOK BAR (J-WAVE)
- 23 00 SATURDAY NIGHT VIBES
- 0
- 1
- 2 (J-WAVE)
- 3 00 TOKYO M.A.A.D SPIN (J-WAVE)

日曜日

- 5 00 おめざめ歌謡
- 6 00 朝のさわやかミュージック
- 7 00 つがる彩発見
- 30 津軽の昔っこ
- 8 00 クラシックパーク (CAST)
- 9 00 やじうまウィークリー
- 10 00 VIEW 日曜わいわいパラダイス
  【Personality】近藤志織
  ●10:15【りんご便り】
  ●10:20【日曜当番医】
  ●11:00【こどものこころ】
  ●11:44【アップルタウン(再)】
- 11
- 12
- 13 00 TOKIO HOT 100
- 14
- 15
- 16 (J-WAVE)
- 55 天気予報
- 17 00 LIVE! わがままWAVE It's Cool
- 18 (CAST)
- 30 サンドウイッチマンのラジオやらせろ！
- 19 00 弘前大学Presents りんご王国 こうぎょくカレッジ ※県民カレッジ認定 (CAST)
- 20 00 高校生万歳！ (CAST)
- 21 00 IN A JAZZ (CAST)
- 22 00 glocal MIX
- 23 00 JUMP OVER (J-WAVE)
- 0 00 J-POP SINGLES CHART
- 1
- 2
- 3

VIEW 土手町コミュニティーパーク ストリートビュースタジオから生放送
LIVE! FMアップルウェーブ Aスタジオから生放送
LIVE! まちなか情報センター サテライトスタジオから生放送
CAST NPOコミュニティネットワーク CAST 制作番組
J-WAVE J-WAVE 制作番組
※黄緑色枠内の番組は、インターネットサイマル放送対応番組です。

明けましておめでとうございます。

2019年は3月でFMアップルウェーブ開局19周年を迎え、20年目に突入します。これからも弘前のみなさんに愛されるラジオ局を目指し、頑張っていきますのでよろしくお願いします！
メッセージやリクエストも、今年もどんどんお寄せください。私たちがお届けする各番組・コーナー、78.8MHzをどうぞよろしくお願いいたします。

予告!! 特別番組『メモリアルグラデュエーション2019 ～小学校卒業生のメッセージ』

3/11(月)▸3/17(日)

今年も小学校を巣立つ子どもたちの想いを届ける、「FMアップルウェーブ特別番組 メモリアルグラデュエーション2019」を放送いたします。
弘前市をはじめ、近隣市町村から約30校が参加。卒業生ひとりひとりが将来の夢や小学校での思い出などを語ります。また、担任の先生、校長先生からの贈る言葉と、各学校の校歌もご紹介。お楽しみに！

弘前の“今”を動画で伝える

弘前ライブニュース アップルストリーム
Hirosaki Live News applestream.jp

弘前の様々な出来事、ニュース、季節の情報をライブで配信中！見逃した方も大丈夫！お好きな時間にオンデマンドでも視聴できます。まずはサイトをチェック！

http://applestream.jp
アップルストリーム
検索するなら / アクセスするなら

会員登録無料
ID・パスワードの入力不要!! さらに見やすくなりました！

20代の方、いま、皆さんの協力が必要です！

【主催】厚生労働省、都道府県、日本赤十字社
【後援】一般社団法人日本民間放送連盟、一般社団法人日本民営鉄道協会、一般社団法人日本コミュニティ放送協会

「はたちの献血」キャンペーン（平成31年1月～2月）

弘前ルームで献血する際に、「apliを見た！」と言えば、限定の粗品をプレゼント!! ～2/28(木)まで

オシャレなCAFE気分で過ごせるボランティア・スポット
弘前献血ルーム「CoCoSA(ココサ)」

けんけつちゃん
青森県の献血キャラクター「ブラット君」

受付時間	全血献血 9:30～12:30/14:00～17:00 成分献血 9:30～11:50 14:00～16:20
住所	弘前市駅前町8-1 大町タウンビル2階
電話番号	0172-39-7711 0120-768-489

青森県健康福祉部医療薬務課 TEL:017-734-9289