TAKE FREE
街と人をつなぐ
フリーマガジン

FM APPLE WAVE 788MHz

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. 08
2019.3.29

一部の地域は配布が遅れる場合があります

FMアップルウェーブ
防災フェスタ
3/10 SUN REPORT!

＼新年度スタート！／ アップルウェーブ「防災企画 −2019−」

弘前で安全に暮らしていくために必要なコト

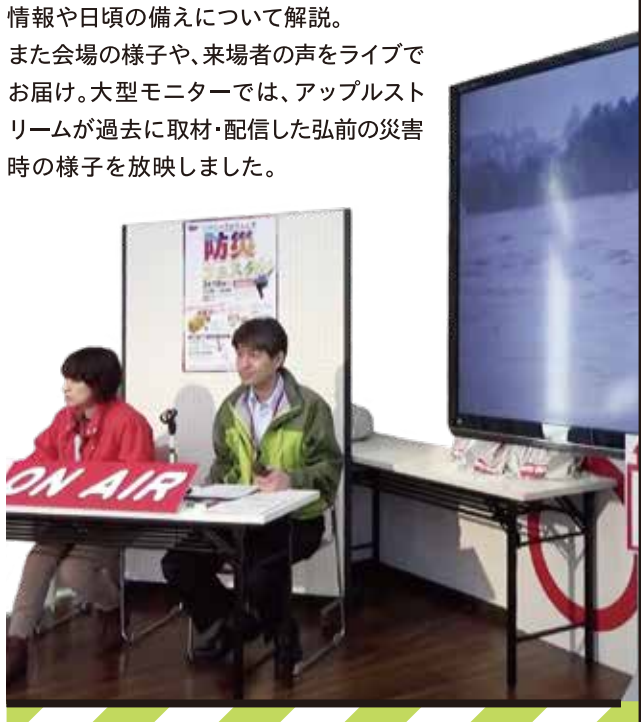
アップルウェーブは、災害による避難経験がほとんどない市民の皆さまに日頃の防災知識を高めてもらうことを目的に、土手町コミュニティパークで、青森県防災士会の協力のもと、実際の「避難所」を体験できるイベントを開催しました。段ボール間仕切りの避難スペース製作や炊き出し体験、クイズ大会など、当日の様子をレポートします。会場に来られなかった方も“防災の備え”や“いざという時”のためにお役立てください。

弘前ライブニュース アップルストリーム Hirosaki Live News applestream.jp
『防災フェスタ』の
もようはアップルストリームでも
ご覧いただけます

REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT!

FMアップルウェーブ「防災特別番組」公開同時生放送

昨年全国で発生した災害を振り返り、防災に関する最新情報や日頃の備えについて解説。
また会場の様子や、来場者の声をライブでお届け。大型モニターでは、アップルストリームが過去に取材・配信した弘前の災害時の様子を放映しました。



1 心肺蘇生に挑戦！

弘前医療福祉大学の救急救命研究会の学生が、心肺蘇生法やAEDの使い方をレクチャー。
“いざという時”の救命方法を学びました。

2 身近な物で防災対策！

新聞紙でスリッパ、ポリ袋でレインポンチョ。どのご家庭にもあるもので親子で楽しく防災グッズづくり。

3 あなたの「非常持ち出し袋」診断
（青森県防災士会）

アップルウェーブスタッフも、プロの防災士に診断してもらいました。
必要な防災グッズは100円ショップでも揃うとのことです。

4 非常食・防災グッズ展示
（青森県防災士会）

最新グッズに参加者も興味津々！

5 「段ボールベッド」製作体験
（青森県防災士会）

初めて作ったアップルウェーブスタッフは、約3分で完成！
床に毛布を敷いただけの場合と比べ寝心地も上々でした。

6 炊き出し体験

５年間保存できる非常食「アルファ化米/五目ごはん」を実食。
敷地内広場のベンチは、災害時“かまど”に大変身!!「かまどベンチ」を使用した豚汁の炊き出しに寒い避難所で温かい食事をとることの大切さをかみしめました。
（非常食提供：弘前市防災安全課）

7 防災クイズ

弘前の防災にちなんだ○×クイズを出題。難問に苦戦？勝ち残った人には防災グッズ詰め合わせをプレゼント！

REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT! REPORT!

⚠災害時
土手町コミュニティパークは避難所になります！

敷地内の「かまどベンチ」をはじめ、停電時に施設の照明・エアコンを稼働する自家発電装置、停電時でも飲み物を取り出せる災害用自動販売機の他、ごちそうプラザ屋上には、非常用シェルターとしてスライドルーフを活用した設備を整えています。また避難者100人が1日滞在できる飲料水と食料を整備し、観光客や買い物客などが被災した際、民間の一時避難所として機能します。

アップルウェーブ「防災企画 −2019−」ご協賛社一覧

『FMアップルウェーブ 防災フェスタ』の開催並びに土手町コミュニティパークの避難所用食料整備にご協賛をいただきました各企業・団体の皆さまへ心より感謝申し上げます。

あいおいニッセイ同和損保／青い森信用金庫／あおぎんリース㈱／（一社）青森県建設業協会中弘・南黒支部／医療法人あきた耳鼻咽喉科クリニック／朝日会館グループ／アサヒ建設㈱／五日市内科医院／㈲お仏壇の一心堂／㈲大瀬塗装店／太田印房／オートバックス弘前東店／㈲オフィスフット／㈱兼建興業／㈲環境プラント／くどうかんばん／㈱弘善商会／さいとう調剤薬局／覚仙町 佐藤内科医院／沢田内科医院／（社福）清光福祉会 城東保育園／嶽開発㈱／玉田内科医院／（社福）三和会 つがる保育園／東北化学薬品㈱／中林裕雄法律事務所／㈲二唐刃物鍛造所／医療法人光成会 西弘前クリニック／日興運輸㈱／呉竹㈲／BHレンタリース弘前／弘果 弘前中央青果㈱／学校法人専徳寺学園 幼保連携型認定こども園 弘前大谷幼稚園／弘前建設業協会／㈱弘前公益社／弘前天満宮／弘前電気工事㈱／弘前ドライクリーニング工場㈱／弘鉄電気工事㈱／富士建設㈱／藤盛医院／㈱ブレーメン／HAIR STORY L(エール)／北都防災㈱／㈱マルノ建築設計／豊盃醸造元 三浦酒造／㈱南建設／陸奥新報社／やぎはし腎・泌尿器科医院／㈱八木橋薬局／㈱ゆうネット弘前／吉川建設㈱／㈱ラグノオささき／藤田学園 若草幼稚園

LIBRARY

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

みんなで図書館の桜を満開にしよう！

弘前市立図書館3館（弘前・岩木・こども絵本の森）に設置している桜の花のピンクの用紙に、好きな本のタイトルやその理由を書いて「読書の木」に貼ってください。おススメの本をたくさん紹介して、図書館の桜を満開にしよう！

4/1㊊～5/15㊌

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

Event 手作り絵本講習会 ～世界に1冊だけの自分の絵本をつくろう～

講師	絵本作家 ささやすゆき先生
日時	5/11（土）13:00～16:30
会場	弘前図書館2F視聴覚室
定員	親子10組（お申込み順）
参加料	絵本1冊作製につき100円
お申込み	4/19（金）より図書館カウンターまたは電話にて受付します。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

時節に合わせた特別展示の他、映像化作品や流行・話題作、時には利用者の皆さまとの会話をヒントに特集展示コーナーをつくり、各テーマに関連した本を紹介しています。岩木図書館であなたのお気に入りの1冊が見つかりますように。

特集展示のご案内

児童室
こどもの読書週間
「MOE絵本屋さん大賞・日本絵本賞」 4/23㊋～5/31㊎
読書週間期間中、お子さま用のしおりをプレゼント（期間：4/23～5/12迄）

閲覧室
4/2㊋～16㊋「ヘアカット」「お弁当」
4/17㊌～30㊋「掃除」
5/1㊌～「旅行」「五月病」

太宰治の魅力を郷土文学館で、図書館で、そしてラジオで。

弘前図書館 4/6㊏～5/15㊌（以降は岩木図書館で展示します）
太宰治生誕110年特設コーナー

ラジオ図書館 4/6㊏スタート！
『太宰治の短編を読む』全38回 FM APPLE WAVE 78.8MHz
ユーモラス、ほのぼの…。そして、心にしみいる太宰治の隠れた名作の数々を郷土文学館・櫛引洋一さんの朗読でお届けします。

作品 「I can speak」「黄金風景」「畜犬談」「東京だより」他
放送 4/6～12/21 毎週土曜日 13:50～14:00

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)

えほんのもりのおはなしかい
―春スペシャル―
春にちなんだおうたや絵本、パネルシアター、手遊びなど
日時 5/12(日) 10:30～11:30　参加対象 幼児・児童

重要なお知らせ

4月1日（月）より
貸出ルールが変わります

図書館の資料をより良く利用いただくため、資料のご返却が遅れている利用者の方への貸出ルールを変更いたします。

変更点
貸出日から4週間（雑誌・視聴覚資料は2週間）を経過した資料が1点でもある場合、その資料を返却いただかないと
「追加の貸出」ができません。
「全ての図書の貸出期間の延長」ができません。

皆様のご理解、ご協力のほど何卒よろしくお願い申し上げます。 弘前市立図書館

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。

スポット企画展 生誕110年 今官一と太宰治の交流 4/1㊊～6/20㊍

戦後間もない頃の三鷹にて（撮影・伊馬春部）

君の「太宰論」は信頼してゐます。君自身、太宰なのだから。
太宰治書簡・今官一宛（昭和11年6月23日付）

昭和31年（1956）年、作品集『壁の花』で青森県初の直木賞を受賞した今官一が、明治42（1909）年に弘前市に生まれてから110年の節目を迎えました。同じ年に生まれた太宰治と今官一は、文学の友・心の友としてその交流は生涯にわたって続きました。

太宰が第一創作集『晩年』（昭和11年）を官一に贈る際、添えた手紙に「君自身、太宰なのだから」と書いており、また、空襲激しき戦争末期、召集された官一から委ねられた大量の原稿を太宰が死守したというエピソードも有名です。

本展は、深い絆で結ばれた今官一と太宰治の交流の軌跡と、今官一の文業をダイジェストで紹介するものです。

今官一原稿
「鷗日記―架空〈太宰治日記〉―」

今官一「少年 太宰治」
（すばる書房・昭和51年6月19日刊）

今官一原稿「海の百合」

郷土文学館2Fラウンジ Information　入場無料 お申込み不要

開催 第1・3土曜日　時間 午後2時～3時

ラウンジのひととき
マンドリン&ギターコンサート 5月4日㊏
出演：古川里美、今井正治

北の文脈文学講座
今官一と太宰治の交流 5月18日㊏
講師：櫛引洋一（企画研究専門官）

PHOTO SPOT!

太宰治のトレードマーク「（二重廻し）マント」を着て記念撮影をしよう！

#弘前市立郷土文学館をつけてSNSに投稿すると文学館から記念品をプレゼント！
※展示室内での撮影はご遠慮ください。

弘前文化センター

各月の催事はホームページでご案内しています

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

■ 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)

東北初公演
吉川隆弘 ピアノリサイタル

2019 5/18㊏

開演	開演14:00（開場 13:30）
会場	弘前文化センターホール
料金	一般 2,500円／高校生以下 1,500円（当日は500円増し）※未就学児入場不可 ※託児所在り（要予約：3歳以上の幼児対象）
お問合せ	弘前文化センター TEL:0172-33-6571

プレイガイド
弘前文化センター、弘前市民会館、さくら野弘前店、弘大生協SHAREA、ELMインフォメーション

©Marco Brescia@Teatro alla Scala

弘前市民会館

各月の催事はホームページでご案内しています

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

■弘前市大字下白銀町1番地6(弘前公園地内)　■TEL 0172-32-3374
■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月曜日(祝日の場合は翌日)

社会福祉法人七峰会 特別協賛
弘前観桜会100周年記念コンサート
藤 あや子 2019 4/27㊏

開演	昼の部 開演 12:30（開場12:00） 夜の部 開演 16:30（開場16:00）
会場	弘前市民会館
前売券	一般 6,800円／当日 7,300円 ※未就学児入場不可
お問合せ	弘前市民会館 TEL:0172-32-3374

＼ゲスト／

元りんご娘 レットゴールド ほのかりんご

プレイガイド
弘前市民会館、弘前文化センター、さくら野弘前店、ELMインフォメーション、ローソンチケット（Lコード：21503）

お得な優待券販売中！

弘前観桜会100周年記念 ペア限定優待席 100組様限定※
2人1組 特別価格 8,000円（税込）
※昼の部・夜の部合わせての組数となっております。

株式会社ゆラネット弘前 提供 残りわずか！
シニア優待席（夜の部） 特別価格 3,500円（税込）
○65歳以上対象、身分証明書をご提示いただきます。

※ペア限定優待席、シニア優待席は弘前市民会館窓口のみで販売いたします。座席の選択はできません。

アップルウェーブカルチャー教室

2019年春・夏 講座のご案内

―習い事は苦手だったけれど、#●●●●に当てはまった貴方へ―

この春、さらに“気軽”に“楽しく”受講できる新講座がスタートします！

受講生募集!!

NEW！

01 #甘いものを控えたいけど、お菓子を絶つことは無理！

ジョージのおやつプロデュース『罪悪感無し!?

カラダにやさしい“おやつ”を作ろう♪』 5/17▶7/26

単発申込可 コース全6回

おウチで出来る“焼かないお菓子”シリーズ第1弾

講師	男凸製作所（だんとつ） ジョージのおやつ 代表 竹内丈滋
曜日	各月2回 金曜日(5/30・6/27は木)
時間	18:00～19:30
持参品	エプロン、おしぼりなど
受講料	●コース申込み(全6回) 受講料:¥9,000 材料費:¥6,000 合計:¥15,000 ●単発申込み(各回) 受講料:¥2,000 材料費:¥1,000 合計:¥3,000
開講日	1 5/17 女性の味方！『甘くて優秀な苺のショートケーキ』 2 5/30 オーガニックチョコでつくる『マシュマロチョコレート』 3 6/14 メレンゲで作るヘルシーなフルーツサンドケーキ『パブロバ』 4 6/27 抜群の健康＆美容効果『黒ゴマ生シフォンケーキ』 5 7/12 爽やかさっぱり！『柑橘とヨーグルトのクリームパフェ』 6 7/26 スーパーフードチアシードを使った『南国風濃厚マンゴープリン』

写真は③「パブロバ」のイメージです

02 #運動不足や日頃のストレスを楽しく解消したい！

朝日会館・山形 怜コーチに教わって ストライークっ！！

『みんなで Let's ボウリング!』 5/18▶7/27

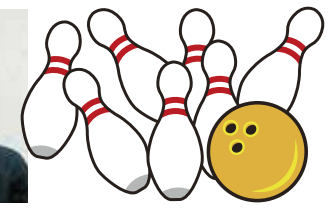
コース全6回

- ☑ 健康のために体を動かしたい。
- ☑ ボウリングのスコアを伸ばしたい。
- ☑ 一人でボウリング場に行きづらかった。
- ☑ ボウリングは随分無沙汰。また始めたい。
- ☑ ボウリングに挑戦してみたい。

お一人様はもちろん！ ご家族で、学校や職場のお友達と

フォーム、正しい投球方法などの基礎からストライク、スペアを狙うスコアアップのコツなどレベルアップはもちろん、ボウリングが体にもたらす効果、健康管理についても楽しく学べます。

講師	朝日会館 JPBA(日本プロボウリング協会) 認定インストラクター 山形 怜
曜日	土曜日 時間 10:00～12:00
貸出	シューズ、ボール(無料) ※館内でのお飲み物の購入は各自ご精算ください。
受講料	1 5/18 2 6/1 3 6/15 4 6/29 5 7/13 6 7/27
開講日	コース申込み(全6回) 受講料:¥6,000
会場	朝日会館(弘前市土手町4)★受講日は各回、3階フロントで「アップルウェーブカルチャー教室」とお伝えください。



●運動しやすい服装で受講してください。●マイボールをお持ちの方は受講お申込み時にお知らせください。

#やっぱり「占い」に興味がある

03 PLAN.1 “カード占い”を自分でやってみたい

田村静香の『的中率が凄い！

ルノルマンカード ベーシック講座』 5/14▶7/23

コース全6回

今話題のあの“カード占い”講座がスタート！ タロットカードとはひと味違う魅力が人気のヒミツ。

講師	ワークスペース詩寿華 代表 田村静香
曜日	各月2回（第2・4火曜日）
時間	17:30～19:00
受講料	コース申込み(全6回) 受講料:¥12,000 教材費(ルノルマンカード):¥2,000 合計:¥14,000
開講日	1 5/14 ルノルマンカード」とは？【歴史・タロットカードとの違い・2枚引き体験】 2 5/28 「ルノルマンカード」の意味Ⅰ【1枚練習】 3 6/11 「ルノルマンカード」の意味Ⅱ【2枚練習】 4 6/25 「ルノルマンカード」の意味Ⅲ【3枚練習】 5 7/9 やってみよう【リーディング練習】 6 7/23 やってみよう【リーディング練習】

04 PLAN.2 日頃の生活に“占い”を役立てたい

占い鑑定士 小川紗響の『私の未来は自分で切り開く！

楽しい 東洋運勢学占い講座』 5/17▶10/18

単発申込可 コース全6回

中国から伝わる占い、東洋運勢学って？なんだか神秘的。でも統計学に基づいた占いで、私たちの暮らしに密接に関係しているみたい。誰もが目や耳にしたことがある「九星気学」「五行易」「風水」「暦学」を楽しく学んで未来を切り開くヒントをみつけよう！

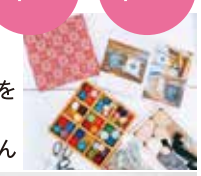
講師	東洋医易科学研究所 占い専科21 鑑定士 小川紗響
曜日	月1回(金) 時間 18:00～19:30
受講料	●コース申込み(全6回) 受講料:¥9,000 ●単発申込み(各回) 受講料:¥2,000
開講日	1 5/17 ツイてないなぁ…。そんなに時に！【運気のあげ方】 2 6/14 生まれた年でわかる！あなたを助ける【色のパワー】 3 7/19 “大安”はなぜ良い日なの？知ると面白い【暦の見方】 4 8/23 生まれた年でわかる！【開運を導くお掃除方法とラッキーアイテム】 5 9/20 置く場所が大事！福を招く？【干支や招き猫を飾る場所】 6 10/18 Happyな毎日【運気を知ることから始めよう】

05 #夏色。涼し気な「こぎん刺し」にときめいてしまう

貴重な古作柄が刺せる

『空間を彩るこぎん刺し3部作 (season2-夏-)』 コース全6回 5/7▶7/16

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？



お部屋に飾れる「季節のこぎん刺し」をテーマにシリーズで展開中。貴方も夏をイメージした爽やかなこぎん作品に挑戦してみませんか？

講師	こぎん作家 石岡 智子(MOZE代表)
曜日	〈各月〉第1・3火曜日
時間	10:00～12:00
受講料	コース申込み(全6回) 受講料:¥12,000 教材費(3作品分):¥6,000 合計:¥18,000
開講日	1 5/7 2 5/21 3 6/4 4 6/18 5 7/2 6 7/16
持参品	はさみ、指皿、定規

写真は完成イメージです。こぎん刺しの経験やお好みで刺し柄を選ぶことが出来ます

06 #お酒好きを特技にしたい

Bar聖バーテンダー 佐藤聖也の

『季節のカクテルを作ろう! -Spring 2019-』 5/19(日)

カクテル講座第2弾の「春」は、弘前の春をイメージした“和”のテイストのカクテルに挑戦？！
カクテルの基礎知識やみんなが知っているあのカクテルの作り方やグラスの装飾など、美味しいタパスとともに楽しく勉強しましょう！

講師	佐藤 聖也 (Bar聖オーナー)
時間	14:00～16:00
受講料	受講料:¥3,000 教材費:¥500(おつまみ付) 合計:¥3,500
会場	予定:なべ家 (土手町コミュニティパーク・ごちそうプラザ内)

お車でお越しの方やお酒が飲めない方は“ノンアルコール”カクテルで受講できます。

※写真は前回の講座のイメージです。

リクエストにお応えして第2弾！

07 #あの曲を弾けるようになりたい

フォーク酒Bar てふてふ 清藤千秋の

『ギター弾き語り入門』 5/25▶8/24

コース全6回

ギターをこれから始める方もあのフォークソングと自分が弾きたい曲が弾けるようになる講座。
基礎練習から自宅での練習方法、好評の音楽理論まで、貴方の「弾きたい！」を全面サポート！修了後は「どてまちミュージックサロン」(アップルウェーブ音楽企画)で前期の修了生の皆さんと一緒に演奏しよう♪

講師	清藤千秋 (フォーク酒Barてふてふ店長) アシスタント:大高 俊 (アップルウェーブ)
曜日	土曜日 時間 15:00～16:30
受講料	受講料:¥9,000
開講日	1 5/25 2 6/1 3 6/15 4 7/13 5 8/17 6 8/24
持参品	フォークギター

★受講期間中、ギターをご準備できない方には貸出しいたします。
（1ヶ月¥1,000【先着5名様まで】受講お申込み時にお知らせください）

好評につきピラティスシリーズ Ⅲ

08 #夏に向けてカラダにメリハリをつけたい

TOMOMI先生の『カラダにメリハリ！

全身が目覚める ピラティスStep1.2.3!』 単発申込可 月1回:全3色

体の各パーツが目覚めるような効果を実感。ハンパない達成感が好評です。
健康に心掛けている方や、夏に向けて準備を始めたい方におススメ！

5/25▶7/6

講師	TOMOMI(TOMOMIピラティススタジオ 代表)
曜日	土曜日 時間 18:00～19:30
受講料	受講料:¥2,000
開講日	1 5/25『ピラティス Step1 上半身(腕、お腹、背中)』 2 6/15『ピラティス Step2 下半身(お腹、お尻、脚)』 3 7/6『ピラティス Step3 全身(上・下半身 流れるようにつなげて全身へ)』
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はない方は貸出しいたします。
（【先着10名様まで】受講お申込み時にお知らせください）

好評開催中！

09 #子育ての“?”を解決したい

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。』 ~4/24

単発申込可 全6回

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！

講師	幼児食インストラクター・保育士 増田由美子
曜日	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	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	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)

10 #人間力をUPしたい

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- 単発申込可 各月1回:全7色

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	単発申込〈各色〉¥2,000
開講日	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】

~7/18

12 #写真うまくなりたい

長谷川正之の **心に響く写真を撮ろう!**

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。

講師	長谷川正之
曜日	各月(2回)第2・4火曜日
時間	③④⑤ 18:00～20:00 ⑥ 10:00～12:00
受講料	〈④⑤⑥〉各¥2,000 〈③〉¥4,000(教材費含む) ―★食事付
開講日	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 4/22【撮影】日本一の夜桜を撮ろう(場所:弘前文化センター 為信像前) 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)

~5/28

単発申込可 全6回

アップルウェーブカルチャー教室 冬-春講座 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】
  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】
  交通情報・気象情報 随時
- 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
  ●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】
  交通情報・気象情報 随時
- 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 成田樹里
  ●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 ままに！
- 21 00 TURN IT UP
- 22 00 SONAR MUSIC
- 23
- 0 00 SPARK
- 1 00 THE KINGS PLACE
- 2 00 J'S SELECTION
- 3

火曜日

- 7 【Personality】火曜日 近藤志織
  ●7:40・8:20【レッツ号アップルGO】
  ●7:55【弘前百景】
- 9 【Personality】火曜日 成田樹里
  ●10:15、11:15、12:15【News&Weather】
  ●11:30【行政なんでも情報】
- 13 【Personality】火曜日 JAM☆RINGO
  ●13:15、14:15、15:15【News&Weather】
- 17 【Personality】火曜日 花田由香子
  ●火曜日17:30【スクール☆ナビ】
- 21 00 I WANNA ROCK
- 22 00 INNOVATION WORLD
- 23 00 CLUB INTIMATE
- 30 THE WISE FOOL SHOW
- 0 00 SOUND STORAGE
- 30 SOMEWHERE IN ASIA
- 1 00 SOFA KING FRIDAY
- 30 MUSIC HUB
- 2 00 ORIENTAL MUSIC SHOW
- 30 WITH
- 3 00 TOKYO M.A.A.D SPIN

水曜日

- 7 【Personality】水曜日 阿保史子
  ●7:40・8:20【レッツ号アップルGO】
  ●7:55【弘前百景】
- 9 【Personality】水曜日 丹代香子
  ●10:15、11:15、12:15【News&Weather】
  ●11:30【行政なんでも情報】
- 13 【Personality】水曜日 藤田亜希子
  ●13:15、14:15、15:15【News&Weather】
- 17 【Personality】水曜日 花田由香子
  ●火曜日17:30【スクール☆ナビ】
- 21 00 おれたち☆ラジオブラザーズ
- 22 00 INNOVATION WORLD
- 23 00 CLUB INTIMATE
- 30 THE WISE FOOL SHOW
- 0 00 SOUND STORAGE
- 30 SOMEWHERE IN ASIA
- 1 00 SOFA KING FRIDAY
- 30 MUSIC HUB
- 2 00 ORIENTAL MUSIC SHOW
- 30 WITH
- 3 00 TOKYO M.A.A.D SPIN

木曜日

- 7 【Personality】木曜日 阿保史子
  ●7:40・8:20【レッツ号アップルGO】
  ●7:55【弘前百景】
- 9 【Personality】木曜日 増田由美子
  ●10:15、11:15、12:15【News&Weather】
  ●11:30【行政なんでも情報】
- 13 【Personality】木曜日 オダギリユタカ
  ●13:15、14:15、15:15【News&Weather】
- 17 【Personality】木曜日 近藤志織
  ●火曜日17:30【スクール☆ナビ】
- 21 00 ホーリータウンラジオ
- 22 00 INNOVATION WORLD
- 23 00 CLUB INTIMATE
- 30 THE WISE FOOL SHOW
- 0 00 SOUND STORAGE
- 30 SOMEWHERE IN ASIA
- 1 00 SOFA KING FRIDAY
- 30 MUSIC HUB
- 2 00 ORIENTAL MUSIC SHOW
- 30 WITH
- 3 00 TOKYO M.A.A.D SPIN

金曜日

- 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
- 13 【Personality】金曜日 高瀬まみ
  ●13:15、14:15、15:15【News&Weather】
  ●14:54【あなたを守る 防災豆知識】
  ●第2・4火曜日 14:30【知っ得べぇ！ 不動産】
- 16 00 津軽の昔っこ(再)
- 30 VIEW フライデーSMASH☆☆
  【Personality】増田由美子
  ●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 卍歴史散歩
- 21 00 齋藤浩の音楽三昧
- 30 SEINAN Presents Blues Power

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】
  ●9:00【見たい！行きたい！遊びたい！みどりの広場】
  ●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
- 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】加藤由梨
  ●13:50【ラジオ図書館】朗読「太宰治の短編を読む」
  ●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】
  交通情報・気象情報 随時
- 16 00 J-POP ソングス
- 17 00 夜は行け行け！ド～ンと歌謡曲！
- 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
  第4週 谷津矢車と葉月つばさの「青森を探せ!」
- 21 00 まち育てないと
- 22 00 BOOK BAR
- 23 00 SATURDAY NIGHT VIBES
- 0
- 1
- 2
- 3 00 TOKYO M.A.A.D SPIN

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
- 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)】
- 13 00 TOKIO HOT 100
- 16 55 おいでよ！土手町コミュニティパーク
- 17 00 LIVE! わがままWAVE It's Cool
- 18 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
- 20 00 高校生万歳！
- 21 00 IN A JAZZ
- 22 00 J-WAVE SELECTION
- 23 00 JUMP OVER
- 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。

新番組スタート！

FMアップルウェーブ20年目に突入！！リスナー感謝祭には多くの皆さんにお集まりいただきありがとうございました。この春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！ 新コーナーも始まります。

『知っ得べぇ！不動産』

ゴゴナビ内 第2・4火曜14:30～

株式会社大川地建 大川誠社長が登場し、資産運用、不動産運用のあれこれ、最近ニュースでよく見る不動産に関する話題の解説、買う？売る？貸す？借りる？不動産の取引に関するあれこれ解説、不動産の相続あれこれなど、意外と知らない不動産についてのあれこれをお話します。

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。

CAST 新番組

ホーリータウンラジオ　木曜21:00～21:59

担当メンバーの持つ多くのミュージシャンとの関わりも用いてここだけの話なども交えた、一曲一曲を丁寧に紹介する音楽番組。

卍歴史散歩　金曜19:00～19:59

ついにレギュラー放送。地域の歴史を熱く語る、津軽の歴史エンターテイメント番組。テーマごとにゲストを替えて、歴史に詳しい人、歴史好きな人に出演を依頼しています。進行は畑澤典子さん。講師とともに、文献の資料を基に、歴史上の人物や土地、場所、史跡について語っていきます。

谷津矢車と葉月つばさの「青森を探せ！」　第4土曜19:00～20:59

若手No.1との呼び声も高い歴史小説家谷津矢車(奥様が弘前出身)の青森歴史話と、葉月つばさの東京都内の青森文化探訪、トーキー千葉による青森出身の活躍中の皆さんへのインタビューの3本柱でお送りする2時間。

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

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!

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

2019年5月1日(水)
弘前市民会館 大ホール
開演 15:00(開場 14:30)
全席指定 前売 ¥5,400

プレイガイド
●弘前市民会館
●チケットぴあ【Pコード:146-990】
●ローソンチケット【Lコード:22028】
●イープラス ●チケットGIP

お問合せ
GIP:022-222-9999
(24時間自動音声案内)