FM APPLE WAVE 78.8MHz

apli
アプリ

apple wave
people
link
information

TAKE FREE
街と人をつなぐ
フリーマガジン

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
https://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. 34
2025.9.26

一部の地域は配布が遅れる場合があります

特集
防災特番2025

ラジオで聴く防災ハンドブック

番組ゲスト
弘前医療福祉大学短期大学部救急救命学科 学科長
弘前医療福祉大学短期大学部地域安全防災研究所 所長
立岡 伸章 教授
元救急隊・災害現場では救助隊としても活動しました。現在は救急救命士を育成しています。

9/1(月)「防災の日」
立岡教授をゲストにお呼びし放送しました！

防災とは「命を守ること」

『超急性期』を自分たちで乗り切るために
『平穏期』から備えましょう

平穏期	超急性期って？
災害の影響がない段階のことを言います。	災害発生直後から概ね72時間までのこと。命を脅かすような危険から緊急避難、迅速な救助が必要な段階です。

公的機関の救助・支援が来るまでは**自分たちの力で命を守る**ことが大切です。超急性期を乗り切り生き延びるために、**平穏期の間に備えましょう。**

放送では防災ハンドブックをもとに災害発生の前兆や対策、備えについて紹介しました！

災害ではとにかく
自分の命を守ることが大切!!
知識・技術・モノを備え、被害を最小限に食い止めましょう

＼放送のアーカイブが聴けます！／
防災ハンドブックを見ながらぜひ聴いてみてね！

FMアップルウェーブ
防災ハンドブック
2025

FMアップルウェーブ開局25周年を記念し、令和7年4月に弘前市内に毎戸配布しました！ぜひご活用下さい。
ご希望の方はFMアップルウェーブ事務所まで！
アップルウェーブHPでも見ることができます ▸▸▸▸

ラジオを備えに FMアップルウェーブ 防災番組&コーナー

知っておこう！あなたの町の避難所
毎週 月～木 8:55～/16:55～
毎週 金 8:55～
毎週 土 10:55～
毎週 日 16:55～

あなたを守る防災豆知識
毎週 月～金 14:54～
(金曜は9:24～も放送)

防災士の安心ワンポイント
毎週 水 18:05～

簡単！楽しくおいしく♪

防災講座 防災食クッキング♪

講師：一條 敦子氏
斎藤 明子氏

9/6(土)ヒロロ3階健康ホールにて弘前市民文化交流館 指定管理者主催、女性が考える「私たちの防災」防災食クッキングが開催されました。今回は参加者の感想と共に、一部レシピをご紹介します！

オクラのとろとろスープ

〈材料(2人分)〉
オクラ…6本(60g)
レタス…100g
ホールコーン缶…40g
水…2カップ
鶏ガラスープ顆粒…大さじ1
ごま油…少々
粗挽き黒こしょう…少々

①オクラはガクを取り、小口切りにする。レタスはひと口大にちぎる。コーンは汁気をきる。
②鍋に水と鶏ガラスープ顆粒、オクラを入れて火にかけ、ひと煮立ちしたら、レタスとコーンを加えてさっと煮て、粗挽き黒こしょう、ごま油を加える。必要なら塩コショウで味を調え完成。

参加者のお声
とろみがあるので満腹感が得られる！

さばマヨカレーサンド

〈材料(2人分)〉
さばの水煮缶(190g)…1缶
お好きなパン…(今回はロールパン)4個
スライスチーズ…2枚
A：玉ねぎ…1/8個
：マヨネーズ…大さじ2
：カレー粉…小さじ2

①さばの水煮は汁をきっておく。Aの玉ねぎはみじん切り。パンは切れ目を入れておく。スライスチーズは半分に切っておく。
②ポリ袋に①のさばとAを入れ、もみながら混ぜ合わせる。
③パンにスライスチーズと②を挟んで完成。

参加者のお声
スパイスの香りで食欲が刺激され美味しい♪おなかが満たされる！

切り干し大根ナポリタン

〈材料(4人分)〉
切り干し大根…50g
ウィンナー…6本
玉ねぎ…1個(200g)
ピーマン…2個(70g)
サラダ油…大さじ1
塩、こしょう…少々
バター…15g
市販のナポリタンパスタソース(レトルト)
○調味料を使用する場合
A：ケチャップ…大さじ4
めんつゆストレート…大さじ1

①切り干し大根は水で戻し(約20分)、水を絞ったら、食べやすいようにざく切りにする。
②ウィンナーは斜めに薄切り、玉ねぎとピーマンは薄切りにする
③フライパンにサラダ油を入れ、①と②を炒める。(切り干し大根が固そうであれば少し水を加えて炒める)油が回ったらナポリタンパスタソースを加えて炒める。(調味料使用の際は事前に混ぜたAを加える)さらにバターを加えて、塩こしょうで味を調え完成。

参加者のお声
普段から切り干し大根をストックしているけど、この使い方は初めて
今日作った中で一番気に入りました♡

レトルトのパスタソースや缶詰、乾燥野菜は保存がきくのでストックしておくと安心♪
ご自宅で作る際はぜひ、食器にラップを敷いてみるなど、
非常時を想定して盛り付けてみてくださいね♪

ご協賛者一覧
(50音順) 敬称略
防災特別番組2025「ラジオで聴く防災ハンドブック」にご協賛いただきました皆様へ心より感謝申し上げます。

五日市内科医院／(株)大川地建／沢田内科医院／(株)産交／嶽開発(株)／呉竹(有)／弘果弘前中央青果(株)／富士建設(株)／藤盛医院／(株)ブレーメン／(株)マルノ建築設計／(株)陸奥新報社

年に1度だけの大感謝祭！

パカパカQPARK

9.28 日 9:20～16:00
会場 ウインズ津軽

北野ごぼうが盛り上げます♪

9/28 日 スプリンターズステークス GI
中山競馬 第11競走 15:40発走

乗馬試乗会
場所 遊具広場わき駐車場
受付場所 館内2階東側キッズコーナー付近
参加条件 スプリンターズステークスの勝馬投票券100円以上を持参の方対象。
時間
①10:00～ 先着40名様 受付9:30開始～(午前の定員を満たしたところで終了)
②13:00～ 先着40名様 受付12:30開始～(午後の定員を満たしたところで終了)
③15:00～ 先着20名様 受付14:30開始～(定員を満たしたところで終了)
※体験に際しましてはアンケートへのご協力をお願いいたします。
※雨天時はエントランス周辺にてお出迎えに変更となります。
かわいいお馬さんに乗ってあこがれの乗馬体験！
お子さまから大人まで体験できます。
青森乗馬クラブ【訓練】第074006号
【展示】第075008号R4.6.8～R9.6.7動物取扱責任者 内山紗央里

馬ロボ&ミニ馬ロボ
受付場所 館内2階東側キッズコーナー付近
本物そっくりな“馬ロボ”がやってくる！
まるで本物!?
ミニ馬ロボ
馬ロボ

お笑い芸人 くまだまさし SHOW
時間 14:00～
おもしろすぎてお腹が痛い！

巨大アップルパイの振る舞い
直径2m!!
巨大アップルパイをその場で焼き上げ。焼き上がり次第、来場者に先着プレゼント！
場所 駐車場内特設会場
時間 11:30頃～(ウインズ正面駐車スペース)
先着700名様程度 お一人様1個限り(なくなり次第終了)

地域安全・安心キャンペーン
防火・防災キャンペーン
主催：青森県黒石警察署／黒石地区交通安全協会
黒石地区安全運転管理事業主会／黒石地区安全運転管理者協会／弘前地区消防事務組合

ふれあい動物ランド
場所 駐車場内特設会場(ウインズ正面駐車スペース)
時間 ①10:00～12:00 ②13:00～15:00
※12:00～13:00の間は動物たちの休憩時間です
参加無料
人気のかわいい動物たちが大集合。
石巻ペットセンター 展示 第2404853003号 R6.10/9～R11.10/8 動物取扱責任者 高橋秀洋

キッチンカー
場所 駐車場内特設会場(ウインズ正面駐車スペース)
人気の店舗が出店。お腹いっぱいになるまで食べちゃおう。

ターフィー×ハローキティ グリーティング
【時間】
①11:00～
②13:20～
③15:30～
※各回20分程度
【場所】
駐車場内各所
※雨天時はエントランスで実施予定
ウインズ津軽に遊びにくるよ。みんな会いに来てね！

※各イベントはレースの施行状況・天候等により開催場所・時間等が変更になる場合や、止むを得ず中止にさせていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。
※画像はイメージです。

JRA WINSウインズ津軽
イベントに関するお問合せ TEL 0172-58-2020
(営業時間中にお問い合わせください)
青森県南津軽郡田舎館村大字高樋字大曲7-1
[営業時間] 競馬開催日 9:20～16:45
弘前市内から車で20分
東北自動車道黒石I.C.から車で約5分
弘南鉄道田んぼアート駅から約5分
JRAホームページ(PC・携帯共通)
http://jra.jp/
◎馬券は20歳になってから、ほどよく楽しむ大人の遊び ◎馬券は正規の窓口で

弘前市立図書館

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

https://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

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

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(※祝日の場合は翌日に振替)

定員のある各イベントは人数に達し次第、受付を終了いたします。あらかじめご了承下さい。

弘前ライブラリーシネマ　バリアフリー映画会

上映作品

九十歳。何がめでたい

原作 佐藤 愛子「九十歳。何がめでたい」
「九十八歳。戦いやまず日は暮れず」（小学館刊）
監督 前田 哲 ／ 脚本 大島 里美
製作 2024映画「九十歳。何がめでたい」製作委員会
制作プロダクション スタジオブルー ／ 配給 松竹
出演 草笛 光子/唐沢 寿明/藤間 爽子/中島 瑠菜/木村 多江/真矢 ミキ 他

Story
断筆宣言をした90歳の作家・佐藤愛子は、新聞やテレビをぼうっと眺める鬱々とした日々を過ごしていた。同じ家の2階に暮らす娘・響子や孫・桃子には、愛子の孤独な気持ちは伝わらない。同じ頃、大手出版社に勤める中年編集者・吉川真也は、昭和気質なコミュニケーションが問題となり、謹慎処分に。妻や娘にも愛想を尽かされ、仕事にプライベートに悶々とする日々。そんなある日、吉川の所属する編集部では愛子の連載エッセイ企画が持ち上がり、吉川が愛子を口説き落として、晴れて担当編集に！このふたりの出会いが、新たな人生を切り開く―？！　（映画『九十歳。何がめでたい』公式サイトより引用）

©2024映画「九十歳。何がめでたい」製作委員会

バリアフリー
〈日本語字幕・音声ガイド付き〉

11/1 土曜日
13:30～16:00
（13:00 開場）

鑑賞無料
定員50名
お申込み先着順

読んでみませんか？ **原作本のご紹介**
著　：佐藤愛子
出版：小学館
弘前図書館、岩木図書館で借りることが出来ます

場　所　弘前図書館２階 視聴覚室
お申込み　10/6(月)9:30より弘前図書館カウンターまたは電話で受付いたします。TEL:0172-32-3794

雑誌の無料配布

保存期間が過ぎた雑誌のバックナンバーを無料で提供します。
■お一人様7冊まで（うち、同タイトルは3冊まで）、雑誌の付録は2点までとします。
■お持ち帰り用の袋をご持参ください。

10/25 土曜日
9:30～13:00頃

場　所　弘前図書館2階 視聴覚室
※事前の取り置き、予約は受付しておりません。
※古書店への売却はご遠慮ください。
※会場への再入場はできませんのでご了承ください。

先着順 **午前9時より弘前図書館 正面入口（東北電力さん側）にて整理券配布いたします。**

小学生に贈るおはなし

参加無料
定員30名
お申込み先着順

読み聞かせボランティアの皆さんが「不思議なおはなし」をテーマにおはなしをします。どんなおはなしが聞けるかおたのしみ♪ぜひご家族、お友だちとお越しください!

10/11 土曜日
13:30～14:35
（13:00開場）

場　所　弘前図書館2階 視聴覚室
対　象　幼児、小学生、おはなしに興味のある方
お申込み　弘前図書館カウンターまたは電話で受付中です。TEL:0172-32-3794
※臨時休館期間中はお電話のみで受付しております。

弘前図書館おはなしパートナー養成

おはなしと読み聞かせ講習会

JPIC読書アドバイザーによる絵本の読み聞かせ、紙芝居の実技・実演方法、弘前市立図書館での読み聞かせボランティアの活動内容をご紹介します。

受講無料
定員10名
お申込み先着順

11/9 日曜日
10:00～13:30
30分の休憩を含みます

対　象　●中学生以上の読み聞かせボランティアに興味がある方
●読み聞かせの各種技法を仕事で役立てたい方
講　師　JPIC読書アドバイザー 髙嶋 敬子さん
場　所　弘前図書館２階 会議室
持ち物　絵本1冊/筆記用具/水分補給用の飲み物/軽食
お申込み　10/11(土)9:30より弘前図書館カウンターまたは電話で受付いたします。TEL:0172-32-3794

走る図書館

移動図書館車

「はとぶえ号」1日開放

市内の小学校や商業施設などを巡回し本の貸出をしている「はとぶえ号」の車内の見学ができます。本の貸出も行います。（弘前市立図書館の図書館カードがある方はご持参ください）ぜひお越しください♪

10/12 日曜日
13:30～16:00

場　所　弘前図書館 正面入口（東北電力さん側）

大人のための図書館見学

大人の方を対象とした見学会を行います！普段は入ることができない地下書庫の見学など･･･行き慣れた方もそうでない方も、この機会にぜひ図書館への理解を深めてみませんか？

参加無料
定員20名
お申込み先着順

12/14 日曜日
13:30～15:00
（開場13:00）

対　象　高校生以上の方
場　所　弘前図書館2階 視聴覚室
お申込み　11/15(土)9:30より弘前図書館カウンターまたは電話で受付いたします。TEL:0172-32-3794

岩木図書館

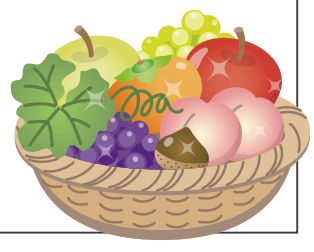
■ 岩木図書館　弘前市大字賀田1-18-3
■ TEL 0172-82-1651　■ 休館日／毎週月曜日（祝日の場合でも休館）
■ 開館時間／火曜日から金曜日：午前9時30分～午後7時（土日祝は5時迄）

秋の読書週間2025

みんなの収穫祭！
～秋の実りでいっぱいにしよう～

10/18 土曜日 ▸ 11/16 日曜日

りんご・なし・もも・かき・くりのカードにお気に入りの本のタイトルや好きな理由を書いて、館内にある収穫かごに貼ってください♪**皆さんに紹介していただいた本は展示コーナーで紹介・貸出をします。**
収穫かごをいっぱいにしよう！
たくさんのご参加をお待ちしています♪



こども絵本の森

■ 弘前市大字駅前町9-20ヒロロ3階 ヒロロスクエア内　■ 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)

秋の読書週間2025

おとアートとえほんの森

10/1 水曜日 ▸ 11/9 日曜日

音符カードに好きな本を書いて五線譜の巨大パネルに貼りつけ、みんなでオリジナルの楽譜を作ろう♪
ご紹介いただいた本は10/27(月)から展示・貸出を行います。

こども絵本の森スタッフ特製のスタンプをご用意！
来館の記念にぜひおしてみてね

期間限定

弘前市総合学習センター

■ 弘前市大字末広4-10-1　■ TEL 0172-26-4800
■ 開館時間／午前8時30分～午後10時（窓口は開館から午後5時まで）

https://www.city.hirosaki.aomori.jp/gakushu/

各情報についてはホームページで随時ご案内しています

市民ボランティアによる

パソコン講座のご案内

受講料・テキスト代 無料！
各講座 定員:30名（お申込み先着順）

弘前市総合学習センターでは無料のパソコン講座を開講します！**パソコンの持ち込みは不要★**
講師がしっかりフォローするので安心！
お気軽にご参加下さい。

場　所　弘前市総合学習センター 3階 コンピュータ研修室

初心者向け

はじめてのパソコン講座

10/15 水曜日・10/22 水曜日・10/29 水曜日の3日間
10:00～15:00（休憩1時間含みます）

内　容　電源の入れ方からマウス・キーボードの操作、文字入力方法を3日間で学びます。
対　象　パソコン初心者の方、基礎から学び直したい方
持ち物　筆記用具、昼食
お申込み　弘前市学習情報館（弘前市総合学習センター内）窓口または電話で受付中です。（受付時間:8:30～17:00まで）TEL:0172-26-4800

パソコン基本操作可能の方向け

ワード2019入門講座

11/5 水曜日・11/12 水曜日・11/19 水曜日の3日間
10:00～15:00（休憩1時間含みます）

内　容　ワードを使って文書の作成やイラストの挿入など、基本的な操作を3日間で学びます。
対　象　文字入力や基本操作ができる方
持ち物　筆記用具、USBメモリなど、昼食
お申込み　10/12(日)午前8:30より弘前市学習情報館（弘前市総合学習センター内）窓口または電話で受付いたします。（受付時間:8:30～17:00まで）TEL:0172-26-4800

弘前市立郷土文学館

https://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65歳以上、市内の小・中学生、市内の留学生、市内外の障がいのある方、ひろさき多子家族応援パスポートをお持ちの方は無料です。

定員のある各イベントは人数に達し次第、受付を終了いたします。あらかじめご了承下さい。

第49回企画展 「生誕90年 寺山修司－放たれた歌」記念講演会

演題 寺山修司と郷土青森

10月11日(土) 午後2時～午後3時30分

入場無料（事前申込制）
定員100名 お申込み先着順

開催中の企画展「生誕90年 寺山修司－放たれた歌」に伴い、「短歌絶叫コンサート」を創出した歌人・福島泰樹氏が、敬愛する寺山修司とその郷土青森について語ります。

講　師　福島 泰樹（ふくしま やすき） 氏(歌人)

1943年東京に生まれる。
早大卒、69年歌集『バリケード・一九六六年二月』でデビュー、以後「短歌絶叫コンサート」を創出。
84年5月、寺山修司一周忌の霊前に追悼歌集『望郷』(思潮社)を献じ、追悼コンサート「望郷」を開催。86年、世界50ヶ国の詩人と朗読を競い「第6回ブルガリア国際作家会議コンクール詩人賞」を受賞。
以後、アメリカ政府、ドイツ政府、ネール大学などの招喚を受け国内外1900ステージをこなす。
『福島泰樹全歌集』(河出書房新社)、『追憶の風景』(晶文社)、『寺山修司 死と生の履歴書』(彩流社)、絶叫版DVD『遙かなる友へ』(クエスト)等著作多数。

会　場　弘前プラザホテル 2階ザ・チェルシー
＊当日はホテル駐車場の混雑が予想されます。駐車台数が限られておりますので、できるだけ周辺駐車場・公共交通機関のご利用にご協力をお願いいたします。

共　催　弘前ペンクラブ（創立30周年記念）

お申込み　郷土文学館受付カウンターまたは電話にて受付中です。
TEL:0172-37-5505

郷土文学館 映画無料上映会

入場無料（事前申込制）
定員50名 お申込み先着順

上映作品　歌人 馬場あき子の日々

幾春かけて老いゆかん

出演：馬場あき子 ／ 語り：國村隼
監督：田代裕 ／ 音楽：渡辺俊幸
製作：配給 宣伝：ヒッチハイク　　2023年公開

『朝日新聞』歌壇選者、能楽評論家としても活躍する歌人 馬場あき子の1年を追ったドキュメンタリー

日　時　11月3日(月・祝／文化の日)
午後1時30分～3時30分
(開場：午後1時)

会　場　弘前市立弘前図書館2階
視聴覚室

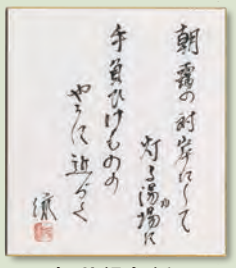
お申込み　10月5日(日)午前9時より
郷土文学館受付カウンター
または電話にて受付いたします。
TEL:0172-37-5505

スポット企画展 追悼・福井緑展

9月27日(土)～12月8日(月)

福井緑は、昭和6年(1931年)大鰐町に生まれました。昭和34年、生涯の師と仰ぐ宮柊二の「コスモス」に入会し、41年には同人に。柊二死後の63年には、島田修二の「青藍」に参加し活躍します。福井緑は津軽に根を張り、52年に結社を超えた津軽女流短歌の会「火の会」を結成し、平成3年に同人誌『真朱』を主宰。11年には青森県歌人懇話会の第三代会長に就任するなど、本県歌壇の振興と後進の育成に努めました。歌集は『邊陬詠』『無象の塔』など7冊、ほかに随筆集2冊を刊行しました。本展は、令和5年9月に92歳で逝去した福井緑を追悼し、そのすぐれた歌業を紹介するものです。

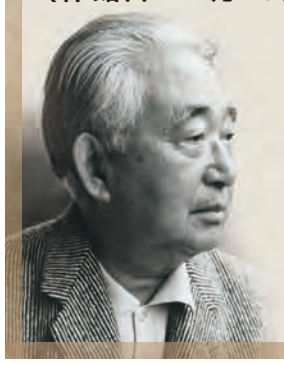
第三歌集『無象の塔』
不識書院 平成4年7月11日



福井緑色紙
「朝靄の対岸にして灯る湯場に
手負ひけもののやうに近づく」

ミニ企画 石坂洋次郎と映画

9月27日(土)～令和8年3月21日(土)
(休館日：12月29日(月)～令和8年1月3日(土))



2階石坂洋次郎記念室では毎年2回テーマを設けミニ企画展を実施しています。
今年は映画化された石坂洋次郎作品を取り上げ、写真や台本等を展示しております。一般展示と共にぜひお楽しみ下さい。

郷土文学館2F ラウンジ Information

日 時　毎月1、3土曜日 午後2時～3時
参加料　無料（観覧料がかかります）
定 員　各回25名（お申込み先着順）
申込み　各開催日の**1ヶ月前より**受付いたします。
郷土文学館受付カウンターまたはお電話にてお申込みください。TEL:0172-37-5505

ラウンジのひととき

- **11月1日(土)** 太宰治の翻案作品ドラマリーディング　出演：声優劇団 津軽カタリスト
- **12月6日(土)** 舞踏ダンス「しゅうさんの家のほうへ」　出演：福士正一（舞踏家）

北の文脈文学講座

- **11月15日(土)** 歌人福井緑の生涯と作品　講師：福井次郎（文筆家）
- **12月20日(土)** 新収蔵資料展　講師：櫛引洋一（企画研究専門員）

「文学忌」

弘前ゆかりの作家11人の忌日を含め約1週間その作家の特別展示をロビーで開催します。
また忌日は無料開館とし、午前10時から朗読も実施いたします。

お申込み不要

- 10月1日(水) 一戸謙三
- 10月7日(火) 石坂洋次郎
- 10月11日(土) 福士幸次郎（ロビー展示のみ）
- 10月18日(土) 長部日出雄
- 10月23日(木) 高木恭造

弘前文化センター

https://www.city.hirosaki.aomori.jp/hirosakibunka/
各情報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(窓口は開館から午後5時まで)　■ 休館日／毎月第3火曜日(祝日にあたる日はその翌日)、12月29日～翌年1月3日(年末年始)

芸術・文化の秋。

音楽、文芸、演劇などの分野で活動する市民の皆様による文化の祭典がスタートしました。
芸術・文化に触れる催しが目白押し。ぜひお越し下さい！

第56回 弘前市民文化祭

弘前文化センター開催イベントのご案内

	日付	開場時間	開演/展示時間	催事名	入場料	会場
9月	28日	12:30	13:00	第64回詩吟剣詩舞大会	無料	大ホール
10月	5日	12:30	13:00	第66回 邦楽祭－箏・三絃・尺八－	無料	大ホール
	12日	12:00	12:30	日本舞踊公演	無料	大ホール
	26日	11:00	11:30	謡曲と仕舞の会	無料	大ホール
11月	7～9日	―	9:00～16:00	盆栽展	無料	美術展示室
	15日	① 12:30 ② 17:30	① 13:00 ② 18:00	劇団弘演第60回公演 「安楽兵舎V.S.O.P」(仮)	大人2,000円 高・大学生1,000円	大ホール
	22～24日	―	10:00～17:00	第58回弘前美術展	無料	美術展示室・小ホール
	23日	11:30	12:00	郷土芸能祭	無料	大ホール

その他の催し物は
弘前文化センター
HP新着情報で！

お問合せ
弘前市民文化祭実行委員会事務局
TEL：0172-26-6168
午前9時～午後5時(火曜日、日曜日・祝日はお休み)

FM APPLE WAVE 番組表 2025.10月1日～ 78.8MHz

※予告なく変更する場合があります

メッセージリクエスト待ってるよ!

リクエスト&メッセージ
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！
  - 月曜日 丹代香子 / 火曜日 阿保史子 / 水曜日 阿保史子 / 木曜日 近藤志織 / 金曜日 丹代香子
  - ●7:20【今日の給食】 ●7:30【市政みみより情報】 ●7:35･8:02【レッツゴー！アップル号】 ●7:55【弘前百景】 ●8:00【JARTIC道路情報】 ●8:10【図書館へ行こう】
  - 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 フォーシーズンズセレクション
- 10 30 VIEW **きらり★ハッピートーク** 旬のお魚や野菜･果物の紹介、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！
  - 月曜日 成田樹里 / 火曜日 近藤志織 / 水曜日 丹代香子 / 木曜日 成田樹里 / 金曜日 増田由美子
  - ●9:40【弘前文化センターインフォメーション】 ●10:00【りんご生産情報】 ●10:20【丸魚のお魚情報】 ●10:30【弘果の野菜･果物情報】 ●11:15【じもきじ】 ●11:30【行政なんでも情報】
  - ●月曜日9:45【今週のお花情報】 ●水曜日10:40【きらり☆知りたい！やってみ隊】 ●水曜日11:00【ハロー！ボーイズ＆ガールズ】 ●金曜日10:50【ラジオ文学館】
  - 交通情報･気象情報 随時
- 11
- 12 00 フォーシーズンズセレクション
- 13 00 VIEW **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。
  - 月曜日 静桜 / 第1･3火曜日 タマ伸也 / 第2火曜日 稲葉みどり / 第4火曜日 楼星まみ / 水曜日 太陽（ライスボール） / 木曜日 藤田亜希子 / 金曜日 JAM☆RINGO オダギリユタカ
  - ●14:00【りんご生産情報】 ●14:54【あなたを守る 防災豆知識】 ●15:00【やじうま川柳】
  - ●水曜日 13:20【はい！こちらアップル交番です】 ●水曜日 15:20【献血情報】 ●第2･4木曜日 14:40【知っ得べぇ！ 不動産】
  - 交通情報･気象情報 随時
- 14
- 15
- 16 00 津軽いじん館
  - 00 津軽の昔っこ（再）
  - 30 フォーシーズンズセレクション
  - 30 ジンケトリオ
  - 55 知っておこう！あなたの街の避難所
- 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、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！
  - 月曜日 花田由香子 / 火曜日 花田由香子 / 水曜日 増田由美子 / 木曜日 増田由美子 / 金曜日 近藤志織
  - 交通情報･気象情報 随時
  - ●17:10 日替わりエンターテインメント ・月曜日【BOOKランキング】 ・火曜日【早耳チェック!】 ・水曜日【音楽ランキング】 ・木曜日【スクール☆ナビ】 ・金曜日【わくわくヒロロ】 ●17:20【お天気ステーション】 ●17:30【図書館へ行こう】 ●17:35･18:00【JARTIC道路情報】 ●17:40【夕ぐれの放送室】
  - ●18:30【リクエストタイム】
  - ●水曜日18:05【防災士の安心ワンポイント】 ●第2･4金曜日 17:30【JR弘前駅からのお知らせ】 ●金曜日18:30【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
- 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
  - 00 第1･5週 ひろさきスモールトーク / 第2週 三遊亭遊かりのらくご家日記 / 第3週 524ヘルツのクジラたち / 第4週 ガマシンのハンカクセトーク CAST
- 20 00 **夜は気ままに！** CAST
- 21 00 TURN IT UP CAST
- 22 00 GURU GURU!
- 23
- 0 00 SPARK
- 1 00 THE KINGS PLACE
- 2 00 COMMON GROUND
- 3 00 THE UNIVERSE

火曜日

- 21 00 I WANNA ROCK CAST

水曜日

- 21 00 おれたち☆ラジオブラザーズ CAST

木曜日

- 21 00 まちなかキャンパス ラジオサテライト CAST

金曜日

- 21 00 齋藤浩の音楽三昧 / 30 SEINAN Presents Blues Power
- 22 00 MUSIC BLOOM J-WAVE / 30 RADIONOMICS J-WAVE
- 23 00 THE ORIGINAL J-WAVE / 30 WEEKEND LIVING J-WAVE
- 0 00 QUEST FOR THE FUTURE J-WAVE / 30 CROSSROADS J-WAVE
- 1 00 BITS&BOBS TOKYO J-WAVE / 30 SONG STORIES J-WAVE
- 2 00 THE PLAY BACK J-WAVE / 30 BEFORE DAWN J-WAVE
- 3 00 TALK FACTORY 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 80's CRUISING
- 8 00 VIEW **Weekend Channel** 花田由香子
  - ●第2･4週 8:45【おしえて11Q】 ●9:00【ドキドキ♪ワクワク♪ みどりの広場】 ●9:45【弘前市総合学習センター インフォメーション】 ●10:00【りんご生産情報】 ●10:10【小粋な時間】
  - 交通情報･気象情報 随時
- 10 55 知っておこう！あなたの町の避難所
- 11 00 VIEW クラシック toi toi toi / 30 SPACE SHOWER RADIO
- 12 00 BLUE IN GREEN J-WAVE
- 13
- 14
- 15 00 The Beatles Lover No.5 / 30 堀江淳のファインミュージックアワー
- 16 00 第1週 ライスボールのライスHOME / 第2週 ひなと始めるラジオ生活 / 第3週 J's on the radio / 第4週 Ringo♥MusicⅣ / 第5週 井上青はまだ二才
- 17 00 S.K.K.ラジオ～Make it Happy～（隔週） / 05 J-POP ソングス
- 18 00 齋藤浩の音楽三昧（再） / 30 SEINAN Presents Blues Power（再）
- 19 00 サタデーナイト WAVE / 第1週 what's the craic! / 第3週 弘大 ラジオ
- 20
- 21 00 まち育てないと CAST
- 22 00 FOURGONNETTE J-WAVE / 第3週 てふてふアワー
- 23 00 DIVE TO THE NEW WORLD J-WAVE
- 0 00 MILLION BILLION J-WAVE
- 1 00 TOKYO BEATS FOUNDATION
- 2
- 3 J-WAVE

日曜日

- 5 00 おめざめ歌謡 / 30 ゴスペルの力
- 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 竹本孝之Song for TOMORROW / 30 童謡 こころのアルバム
- 11 00 ●ハロー！ボーイズ＆ガールズ（再） ●スクール☆ナビ（再） ●こどものこころ / 30 ●アップルタウン暮らしのゼミナール（再） ●第1･2･4週 暮らしの中の気象台 ●第3週 日本の防衛Q＆A
- 12 00 宮治淳一のOUR HIT PARADE
- 13 00 TOKIO HOT 100 J-WAVE / 55 知っておこう！あなたの町の避難所
- 14
- 15
- 16
- 17 00 サンドウィッチマンの ラジオやらせろ! / 30 J-POPソングス on Sunday
- 18
- 19 00 アシリレラ･シズキの ふぃ～か CAST
- 20 00 高校生万歳！ CAST
- 21 00 IN A JAZZ CAST
- 22 00 J-WAVE SELECTION J-WAVE
- 23 00 INNOVATION WORLD ERA 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
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。

特別番組予告 ＼おいでよ！／ 弘前市場まつりSP

11/23 日曜･祝日 7:00～9:30

新鮮な青果物や魚介類の消費拡大や、市民の台所として市場を広く一般市民に理解してもらうことを目的に開催している「弘前市場まつり」が今年も開催！模擬セリ、果物詰め放題、新鮮な青果物や魚介類の物販など、楽しいイベント盛りだくさんです。キッチンカーもやってきます。
当日は市場まつりの会場となる弘果弘前中央青果株式会社の敷地内･弘前水産地方卸売市場に特設ブースを設け、「おいでよ！弘前市場まつりSP」を公開生放送！魚介･野菜･果物の超お得な情報や、多くの人が集まる会場の熱気を、たっぷりとお届け。ぜひラジオを聴きながら遊びに来てくださいね！

※第28回 弘前市場まつりの開催時間と特別番組の放送時間は異なります。イベントのプログラムは変わる場合があります。

動画もアップルウェーブ！

FMアップルウェーブのYoutubeチャンネルがふたつあります！放送中のスタジオや中継の裏側をお見せする「ちゃんねる788」、そして弘前の話題･地域ニュースが中心の「FMアップルウェーブ動画チャンネル アップルストリーム」。ライブ配信もありますので、ぜひふたつのチャンネルを登録&いいね！をお願いします！

動画配信サイト ＼アップルストリーム／
FMアップルウェーブ 動画チャンネル アップルストリーム

YouTubeちゃんねる788

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

YouTubeチャンネル「ちゃんねる788」

その他SNSもフォロー！

アップルウェーブ @applewave788
アップルストリーム @awlivenews
@fm.78.8