

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田



とわだ 10

No. 180

2017



目次

特集

認知症になっても安心して暮らせるまちへ……1

Camera Report 十和田市秋まつり ……8

認知症高齢者の徘徊 市民の対応訓練 (特集ページ)

(8月2日/中央商店街周辺)

徘徊している認知症高齢者への対応方法を学ぶ模擬訓練が、市地域包括支援センターや介護サービス事業所、在宅介護支援センターの連携で開催されました。

写真は、右の模擬認知症者に扮するスタッフが、店のモニタメントを神様だと信じて拝む姿に、訓練参加者が「なにをしているの?」と落ち着いた声で、優しく話している場面です。



特集

認知症

になっても安心して
暮らせるまちへ

認知症は、脳細胞がさまざまな原因で減少したり、働きが悪くなったりして、記憶力や判断力の障害が持続的に起きる状態をいい、誰もがかかる可能性がある病気です。本市の要介護認定による認知症高齢者は、平成29年9月現在で在宅が1222人、施設入所が1204人で合計2426人となっています。認知症になる前までは、社会の一員として活躍し、家庭を支え、子どもを養育してきた人たちです。今号は認知症の人の本質をしっかりと見つけて支援するために、介護・医療・福祉に取り組む人たちを紹介します。

嫁の証言 姑のAさん

ものがなくなつた 貯金通帳がなくなつた から始まりました

認知症の姑の介護をし、苦
労されたお嫁さんから体験談
を伺いました。

姑は、70歳で認知症を発症
しました。ある日「物がなく
なつた」から始まり、「貯金
通帳がなくなつた」「とられ
た」「下着がなくなつた」と
人を疑うようになりました。
夫は姑の言葉を真に受け、警
察へ相談に行きましたが、そ
の後、家の中で探しものが見
つかりました。このほか、必
要以上にたくさん買い物をす
るようになりました。買う物
は靴下、シャツ、ズボンなど
の比較的安い物に加えて、時
には呉服店で着物や反物など
高価な品を買ってきました。
呉服店からは買物のため送
迎までしてもらっていたそう
です。後で気づいたのですが
家には必要のないさしがあ

十反もありました。

姑は持病もなく、病気と言
えば血圧が高いくらいで、薬
も飲んでいませんでしたが、
その頃には、病院で認知症だ
と診断されました。

認知症を発症して5、6年
経つと「今日は結婚式とか法
事はないの？」と、毎日のよ
うに聞くようになりました。
結婚式や葬式、法事があれば
勝手に出かけてしまうので、
「今日は何もないよ」と繰り返
返しなだめるのですが、姑は
納得しません。「今日は何も
ない」と紙に書いて渡しても、
クシヤクシヤにしてポケット
に突っ込むだけです。ですか
ら、分かりやすいように、段
ボール紙に大きくメモを書いて
渡すことにしました。通夜
や結婚式のし袋もたくさん
買ってしまうので、今でも家
に残っています。

そのほか、味噌汁の味を整
えるしうゆを1本全部入れ
て作ったり、米を見ればとぐ
必要がなくても、すぐといで
しまいました。といた米は、
釜を入れないで炊くものです
から、煙が充満し炊飯器を2
回も壊してしまいました。そ
のため、米は常に目の届かな
い風呂場に置きました。姑は
家に遊びに来た実の娘や近所
の人に「嫁はご飯を食べさせ
てくれない」と言うため、周
りの人からは「ご飯をちゃん
と食べさせて」と言われ、と
てもシロツクを受けました。

「デイサービスに 行くようになって ひと安心」

そのうち、姑がデイサービ
スを利用するようになりました。
週1回からその後は週3
回になりました。姑がデイ



市民が学ぶ徘徊対応模擬訓練

サービスに行っている間は安
心でき、自分へのごほうびと
して、コーヒーを飲み、解放
感に浸ることができました。
それまではコーヒー杯さえ
も飲む暇がなかったのです。

姑は、貯金通帳を家に置く
と誰かに盗まれると思ったの
か、デイサービスに行くとき
は必ず腹巻に入れて持ってい
きました。また、印鑑も取ら
れてはいけなさと考えたのか、
口の中に入れモグモグとさせ
ていたときもありました。

デイサービスに預金通帳を
持っていき、紛失すると困る
ので、通帳を再発行して古い
通帳を持たせていました。

デイサービスに通うようにな
っても、危ないこともあり
ました。姑が家でくずかごに
紙やトイレットペーパーを入
れて、マッチで火をつけて燃
やしたのです。これには参り

ました。若い頃、かまどでご
飯を炊いた記憶が残っていた
からかもしれません。

思い余って、病院に行き医
師に相談しました。医師から
は「今までよく頑張りました
ね。姑さんを介護施設に入れ
ましょう。その方が安心で
す」と言っていたきました。

このときは緊張の糸が切れ、
今までの苦労が思い出され、
涙が止めどもなく流れてしま
した。そして、姑を施設に入
所させることにしました。

「それでも心配で 頻繁に会いに 行きました」

施設に入所させても心配で、
1日おきに面会に行きました。
今まで何十年も姑と生活して
きたので、別れて暮らすのが
さみしかったのです。姑の顔
を見ると安心して、認知症の
姑がかわいくさえ感じました。
姑は90歳で他界しました。
当時を振り返ると、認知症の
対応や介護の仕方が、日増し
にうまくなっていったと思ひ
ます。ですから、今、介護を
している人には、先々まであ
まり心配しないようにと、ア
ドバイスしています。

記憶のつぼが 壊れる 認知症

やり場のない怒り、不安 悲しみが隠されています

本市では、高齢者が住み慣れた地域で自立し、安心して生活できるような地域づくりを力を入れています。認知症は、本人や家族だけの問題ではなく地域での関わり合いが必要となるため、市内8施設の在宅介護支援センターや介護サービス事業所と連携して市民を対象に「認知症高齢者徘徊（対応）模擬訓練・認知症サポーター養成講座」を実施しています。

前ページAさんの症状は、この講座のスタッフ・石橋由紀子さん（十和田在宅介護支援センター）の認知症講話から、理解できます。

「昔の記憶は 忘れない」

「認知症の症状には、大きく分けて脳の細胞が死んでしま

うことによって直接起こる『中核症状』と、本人の性格や人間関係、生活環境、心身の状態などによって症状が出る『行動、心理症状』の2つがあります。

『中核症状』には、『記憶障害』、月日や年月、季節、場所が分からなくなる『見当識障害』、考えるスピードが遅くなる、2つ以上のことが重なるなど理解できなくなる、ささいな変化に対応できなくなるなどの『理解・判断力の障害』、計画を立てたり、それを実行できなくなる、日常生活に必要な作業がこなせなくなる、料理ができなくなるなどの『実行機能障害』があります。このほか周りの空気が読めない行動や言動をする、突然怒り出すなどの『感情表現の変化』などがあります。『中核症状の『記憶障害』に

ついて具体的に説明します。皆さんの脳の中に記憶のつぼがあると思ってください。若い時はつぼがしっかりといて、記憶を出し入れするよ

うな触手が一生懸命情報をキャッチしています。そして捕えた情報から重要な情報を記憶のつぼに移します。いったん記憶のつぼに情報が入ると、普段は思い出さなくても、必要なときに必要な情報を取り出すことができます。

しかし、年を取ると、つぼ自体はしっかりとありますが、記憶を出し入れする触手が小さくなり、動きも遅くなります。そのため、覚えること、思い出すことに時間がかかってしまいます。

ところが、認知症になるとつぼ自体はしっかりといて、記憶を出し入れする触手が全く動かなくなります。そのため、新しいことを覚えることは難しくなりますが、つぼの中には昔の記憶があるため、昔のことは覚えていますが、さらに認知症が進行すると、



十和田在宅介護支援センター
介護支援専門員・介護福祉士

（模擬訓練スタッフ）石橋 由紀子 さん

つぼ自体が壊れてしまい、大切な記憶もこぼれ落ちてしまいます、日常生活を継続するためには、誰かの支えが必要となります」と講話されました。

笑いあふれる 寸劇で認知症の 理解を啓発

「認知症の人の 気持ちを 考えてみよう」

認知症の徘徊について、市立中央病院メンタルヘルス科の竹内淳子医師からお話を伺いました。竹内医師は次のように話します。

「『徘徊』は、最近では『ひとり歩き』、『お散歩』とか『お出かけ』と言い換えられるようになってきました。周囲の人には、認知症の人がなぜ遠くまで歩いて行ってしまったのか理解ができないかもしれません。しかし、認知症の

人が歩いたり、出かけたたりするのは、その人なりの理由があります。現役時代の記憶の中に生きていて、会社に出勤するつもりでお出かけしているのかもしれない。懐かしい実家に行きたくなったのかもしれない。ただの散歩のつもりだったのに、道が分からなくなつて迷つてしまったのかもしれない」

「お出かけしたい、外の空気を吸って風景を見たい、そういう気持ちは子どもから大人まで、そして認知症になつた人にもあります。その気持ちを抑えることはできません。

外出禁止と閉じ込められたら、かえって苦しくなつて、気持ちが落ち着かなくなつたり、鍵をこじ開けてでも出かけるかもしれません。出かせせないではなく、安全に出かけ

られるようにすることが大事です」と話します。

「認知症の人も 安全に歩ける 地域づくりを」

竹内医師は、寸劇を用いて認知症理解の普及啓発を行う「じゅんちゃん一座」の座長も務めています。一座の名前は、座長の名前を付けたとい

います。設立は2011年。小学生から高齢者まですべての年代の市民を対象にして公演を行い、公演回数は121

回を数えています。認知症の話題・課題をとりあげた寸劇は現在のところ6演目あり、徘徊については「おじいちゃんのおつかいーオレはまだ現役だー」で取り上げています。

一座で息子を演じている橋友博さん（くらしの居宅介護支援事業所代表）にケアマネジャーの立場からお話を伺いました。

「認知症の人がひとり歩き（徘徊）をすると、家族も周囲の人も、もう自宅では暮らせない。施設に入れないければならないと考えがちです」

「ひとり歩きます人は、同じ靴を履く傾向があるので、普

段から靴の中にGPS端末を入れておくとか一人で出かけても居場所を確認できます。市内には『お散歩』に出かける人にさりげなくスタッフがついていき、見守りをしているデイサービスもあります」

「認知症であることを周囲に知らせたくないと思う方も多いでしょうが、ご近所さん、警察、コンビニなど、いろいろ

な人に知らせておき、普段はちよつとだけ気にかけておいてもらう。いざという時には、助けてもらう。市の徘徊

高齢者等支援事業に登録しておくのも重要です。こういう地域のネットワークや公的

サービスを活用している方は、お出かけしても短時間で発見されることがほとんどです」

竹内医師は最後に、「認知症になつても安全にお出かけできる十和田市であつてほしいです。そういう市であれば、

認知症の人ばかりではなく、子どもも大人も、安全に暮らせると思います。認知症は誰がなつてもおかしくない病気です。お互い様の精神で、今

から助け合える絆、関係づくりを市民一人一人にしてほしいですね」と話します。

平成29年度「日本認知症ケア学会・ 読売認知症ケア賞 実践ケア賞」受賞

じゅんちゃん一座は、方言やユーモアを交えた寸劇という、特徴的な手法を用いて、認知症について正しい知識や対応方法を分かりやすく伝える活動を行っています。この活動が、地域社会での介護の共有化を促進する新たな試みとして高く評価され、平成29年5月に一般財団法人日本認知症ケア学会から、「日本認知症ケア学会・読売認知症ケア賞 実践ケア賞」を授賞されました。



ユーモラスな寸劇で、笑いながら学べる「じゅんちゃん一座」



写真左から、座員の佐藤和也さん、清水恵美さん、竹内淳子医師（座長）、橋友博さん

「じゅんちゃん一座」が 学会から表彰される



「いらっしゃいませ。
どうなされましたか？」



認知症役のスタッフが突然銀行を訪問しても、
銀行員の優しい声かけには、役者も頭が下がります

まちの皆さんも
温かく
見守っています

相手の気持ちに 寄り添う 徘徊対応訓練

現在、65歳以上の4人に1人が認知症とその予備軍と言われています。また、徘徊などによる行方不明者も増えています。そのため、本市では認知症対策の一つとして、徘徊している認知症高齢者への対応方法を市民が学ぶ、「認知症高齢者徘徊（対応）模擬訓練・認知症サポーター養成講座」を行っています。今年度は、6月14日・東小稲町内会、6月15日・吾郷町内会、8月2日・中央商店街周辺で行いました。参加者は高齢者見守り協力隊や民生・児童委員、市民など約200人。

講座では、まず認知症に関する基礎知識や、体調の悪い高齢者に気付いた際に119番通報する手順などを、講話を通じて学びました。

続いて数人ずつのグループに分かれて外に出た模擬訓練を行いました。スタッフ扮するさまざまな症状を持つ認知症高齢者が、色々な場所について、参加者に対応しました。

参加者は事前に学んだ対応の仕方、ゆっくり視線を合わせたの？「お名前は？どこから来たの？」などと適切な声かけを実践することで、認知症



認知症高齢者役を演じるスタッフ

「身体具合が悪いの？」「どこから来たの？」と講話で学んだように、安心感を与えるような声かけをする参加者



への理解を深めました。
終わりにスタッフから、「認知症の方には、顔を見ながらゆっくり話しかけ、安心感を与えることが大事です。」



「どうしたら、うまく対応できるか」と、講座を真剣に学ぶ参加者たち

今日の訓練を思い出して、これからも対応してほしいです」とアドバイスを受けていました。

「私たちも見守っています。
ご相談ください」



在宅介護支援センターハートランド 保健師

(模擬訓練スタッフ) **小又 佳奈子** さん

認知症になっても地域で暮らしていくとなると、やはり家族だけでは限界があります。私たちのような相談窓口や介護施設、病院に相談してください。認知症の方は病気を知られたくない、恥ずかしいと思っています。隣近所の方はその人をよく知っていますし、様子が変だと感じています。認知症の方が徘徊していたら、気づいて家に連絡してくれたり、連れて帰るケースもあります。普段からの近所付き合いが大切だと感じています。



在宅介護支援センターハートランド 社会福祉士

(模擬訓練スタッフ) **高田 千尋** さん

私たちは地域を回り、地域で暮らしている認知症の方と接しています。認知症は治ることのない病気です。それぞれ症状があります。患者さんは自尊心を持っており、人生の先輩ですので、相手に合わせながら仕事をしています。認知症サポーター養成講座は貴重な体験になりますので、ぜひご参加ください。

官民連携で見守り
支え合い

地域で安心して
暮らせるよう
支援します

警察庁の調べでは、平成28年の認知症の行方不明者は、全国で1万5432人となっており、地域の見守りがあれば未然に防げるケースもあります。本市では、市民が認知症などの介護が必要になっても、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、今回紹介した「認知症サポーター養成事

■認知症初期集中支援事業

医師や保健師などの専門職が、認知症が疑われる人や認知症の人、その家族を訪問し、早期の支援を行います。

■高齢者あんしん見守り協力隊登録事業

日ごろの生活や仕事の中で、高齢者を見守る「高齢者あんしん見守り協力隊」として、市内146団体が登録して見守ります。



■徘徊高齢者等支援事業

徘徊により、自宅に戻れなくなるおそれのある高齢者などの情報を登録し、警察署に提供しておくことにより、保護者への連絡を円滑に行います。

徘徊高齢者等支援事業では、徘徊高齢者などの情報を事前登録すると、登録番号が付いた「みまもりキーホルダー」をお渡しします（無料）。登録者の持ち歩く財布、バック、リュックなどにつけておきましょう。（※）

（※）「駒らん情報めーる」でも徘徊情報を配信します…登録者の携帯電話やパソコンにメールで配信する同情報メールに、徘徊などで行方不明の届出が警察にあった場合、家族や関係者の同意を得て、行方不明者の特徴などを配信し早期発見・保護へつなげます。

相談窓口

■高齢介護課 ☎6722

総合的な相談のほか、各種介護保険サービス・高齢者福祉サービスに関する相談も行っています。

■十和田市地域包括支援センター ☎703671

認知症介護へのアドバイスや、地域のサポートを受ける方法などのお手伝いをしています。

■在宅介護支援センター

本市が相談事業などを委託している在宅介護支援センター8施設は、地域の身近な相談窓口となっています。

十和田在宅介護支援センター	西二十三番町30-36	☎6666
在宅介護支援センター三葉苑	深持字松森6-7	☎2468
在宅介護支援センターみちのく苑	三本木字里ノ沢1-62	☎7700
在宅介護支援センターハートランド	相坂字高清水78-450	☎2221
在宅介護支援センター八甲荘	相坂字高清水78-232	☎5535
在宅介護支援センター老健とわだ	洞内字長田60-6	☎3130
在宅介護支援センターおいらせ	奥瀬字中平156	☎2052
在宅介護支援センター湖楽園	奥瀬字下川目2-58	☎3050

[認知症疾患医療センター]

■高松病院 ☎7785

認知症の早期発見、治療を行い地域施設と連携して支援します。
[もの忘れ外来]

■市立中央病院 メンタルヘルス科 ☎5121

■高松病院 ☎6540

秋まつり





十和田市秋祭り審査結果

区分	賞	町内会名
総合	市長賞 (1位)	西茜会
	議長賞 (2位)	若葉地区四町内会 祭典委員会
山車・ 太鼓車審査	会頭賞	若葉地区四町内会 祭典委員会
運行審査	観光協会 会長賞	元町ちとせ町内会 祭典委員会
山車市長賞	金賞 (1位)	若葉地区四町内会 祭典委員会
夜間運行 コンテスト	金駒賞 (1位)	南町内会 祭典委員会

9月8日から10日にかけて十和田市秋まつりが開催されました。初日は、パレードと山車の合同運行が行われ、沿道の観客を魅了しました。中日は、オープニングセレモニー時に突然の雨に見舞われ、十和田囃子競演会が中止となりましたが、その後天候も回復し、薄暮・夜間運行で十和田の街が熱気に包まれました。最終日も大いに盛り上がり、祭り期間中は、市内外から23万5千人の出入を記録しました。



素敵な出会い応援します

市では、市内で開催される、結婚を希望する独身男女へ出会いの場を提供する事業や、結婚を推進するための事業を行う団体に対して、開催経費の一部を補助しています。

今号では、この「十和田市婚活支援事業補助金」を活用して開催する婚活イベントを紹介します。

トワレ de アモーレ

申問 J A 十和田おいらせ農業総合支援室 ☎③0315

とき 11月4日(土) 午後2時～7時

ところ 市民交流プラザ「トワレ」※七戸・十和田駅からの送迎があります。

対象 20歳から45歳までの独身の人 ※男性は J A 十和田おいらせ青年部員に限ります。

定員 男女各12人(先着順) 内容 ひょうたんランプ教室、地元食材で作る料理体験

講師 奥入瀬モスボール工房 代表 起田高志さん 参加費 3,000円

申込期限 10月27日(金) 主催 J A 十和田おいらせ 後援 十和田市



「より、そう、料理婚活。in電力」

申問 NPO法人プラットフォームあおり ☎017-763-5522

とき 11月5日(日) 午前10時～午後3時

ところ 東北電力株式会社十和田営業所

※七戸・十和田駅(午前9時5分出発)、青い森鉄道三沢駅(午前9時20分出発)からの送迎があります。

対象 25歳から39歳までの独身の人

※男性は上十三・十和田湖広域定住自立圏内(十和田市、三沢市、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ヶ所村、おいらせ町、小坂町)に住んでいる人に限ります。女性は、居住地を問いません。

定員 男女各9人(先着順) 内容 オール電化キッチンで地元食材を使った料理教室

講師 熊谷クッキングスタジオ 豊川彰子さん 参加費 男性3,000円、女性1,500円(食材費)

申込期限 10月27日(金) 主催 東北電力株式会社 十和田営業所 後援 十和田市

とわだ産品情報

問とわだ産品販売戦略課 ☎⑤6743

とわだ産品販売戦略課

検索

農園見学で知る十和田産食材のおいしさ

とわだ産品販売戦略課では、産地の良さをPRするため、首都圏の百貨店バイヤーやシェフらを市へ招待し、生産現場である畑や加工施設の見学会を実施しています。また、市内保育園・幼稚園職員にも同様の見学会を実施しています。

このような取り組みにより、十和田産食材の評価が年々高まり、販路拡大や地産地消へつながっています。

今年も実りの秋である10月に見学会を予定しています。

昨年の農園見学の様子



▲首都圏レストラン関係者

▼保育園・幼稚園職員



マイナポータル用端末を追加設置しました

問総務課 ☎⑤ 6785

本年7月18日からマイナンバーを用いた情報提供ネットワークシステムが試行運用されたことに伴い、市役所本館1階市民課にマイナポータル(国が主体となって運営するインターネットサービス)用端末を設置したことを広報8月号でお知らせしていましたが、十和田湖支所、市民交流プラザ「トワレ」、十和田湖観光交流センター「ぶらっと」へも追加設置しましたのでお知らせします。

マイナポータルでは、行政機関などが保有する個人情報を確認することや、その情報を行政機関同士がやりとりした履歴などを確認することができるほか、行政機関からのお知らせを受け取ることができます。

利用時にはマイナンバーカードが必要ですので、忘れずにお持ちください。

※詳しくは、内閣府のホームページ(<http://www.cao.go.jp/bangouseido/myna/index.html#mynaPortal>)をご覧ください。



問とわだ駒街道マラソン大会実行委員会（スポーツ・生涯学習課内） ☎72317

規制実施日：10月8日(日)
 予定時間：午前8時45分～正午



 **第48回十和田市民文化祭**

とき▶11月4日(土)・5日(日) ところ▶市民文化センター

問 スポーツ・生涯学習課 ☎ (72)2313

11月4日(土) 舞台部門

11月5日(日) 舞台部門

事業名	開始時間	出演団体名	会場
吟詠	10：00～	國風流吟詠会	和室 1
		寿大学詩吟クラブ	
謡と仕舞	13：00～	十和田宝生会	
秋のスペシャルコンサート	13：00～	クレールウインドオーケストラ	大ホール
	13：25～	ジュニアオケ／十和田フィル	
	14：05～	十和田マンドリンクラブ	
	14：20～	生田流宮城社田中社中	
	14：35～	生田流琴十月会	
	14：50～	コーラス四季	
	15：05～	コールアゼリア	
	15：20～	とわだ混声合唱団	

11月4日(土)・5日(日) 展示部門

※5日は16時までの展示です。

※誌面の制約上、一部の団体名は略称にしております。

秋の狂犬病予防注射と飼い犬登録のお知らせ

☎まちづくり支援課 ☎51 6726

生後91日（3カ月）以上の犬は、狂犬病予防法により、**生涯1回の登録と年1回の狂犬病予防注射**が義務付けられています。次の日程で狂犬病予防注射と飼い犬の登録受け付けを行いますので、犬を連れて実施場所へお越しください。すでに登録をしている犬の飼い主には、はがきを郵送しますので、注射当日に必ず持参してください。

費用 ▶ 飼い犬の登録料 3,000円 ▶ 予防注射料 3,100円



月日	実施場所	実施時間
10月14日(土)	一本木会館前（白上）	8：40～8：50
	J A 藤坂支店前	8：55～9：05
	喜多美町バス停前	9：10～9：15
	藤島会館前	9：25～9：30
	伝法寺農村広場前	9：40～9：45
	高谷集会所前	9：55～10：00
	館バス停前	10：10～10：20
	平山バス停前	10：35～10：40
	J A 切田経済センター前	10：50～10：55
	吾郷会館前	11：05～11：10
	南吾郷町内会館前	11：15～11：20
	隣保館前	11：25～11：30
	瀬戸山公園前	13：00～13：05
	日の出会館前	13：10～13：15
	稲吉集会所前	13：20～13：25
	東小稲会館前	13：35～13：45
10月15日(日)	穂並会館前	13：50～13：55
	南公民館駐車場	14：00～14：10
	三日月市川原バス停前	8：40～8：45
	元J A 三日月倉庫前	8：50～8：55
	下洗生活改善センター前	9：00～9：10
	太田川原研修館前	9：15～9：20
	太田集会所前	9：25～9：30
	二ツ家集会所前	9：35～9：40
	水尻地区ふれあい会館前	9：45～9：50
	中ノ渡集会所施設前	9：55～10：00
	川口研修館前	10：05～10：10
	中里消防屯所前	10：20～10：25
	十和田湖公民館前	10：30～10：40
	中川原生活改善センター前	10：45～10：50
	上川目集会所前	10：55～11：00
	下川目生活改善センター前	11：05～11：10
	地域包括支援センター駐車場 （十和田湖支所西側）	11：15～11：20
10月17日(火)	両泉寺集会所前	8：55～9：00
	旧漆畑消防屯所前	9：05～9：10
	百目木集会所前	9：15～9：20
	冷道研修館前	9：25～9：30
	高田集会所前	9：35～9：40
	片貝沢生活改善センター前	9：45～9：50
	沢沢集会所前	9：55～10：00
	焼山スキー場券売場前駐車場	10：05～10：10
	宇樽部バス停前駐車場	10：50～10：55
	十和田湖診療所前（休屋）	11：05～11：10

月日	実施場所	実施時間
10月21日(土)	和交会館前	8：40～8：45
	西金崎公園前	8：50～8：55
	赤沼消防屯所前	9：05～9：10
	八郷会館前	9：20～9：25
	中郷消防屯所前	9：35～9：40
	深持ふれあいセンター前	9：50～9：55
	気比神社前（晴山）	10：05～10：15
	洞内和徳館前	10：25～10：35
	ひがしの会館前	10：45～10：55
	ワークショップのつき東隣芝生	11：00～11：10
	元町神社前（元町屯所隣）	11：15～11：20
	前谷地公園前	13：00～13：05
	三木野公園前	13：10～13：20
	北里公園前	13：25～13：30
10月22日(日)	オレンジハート高清水店前	13：40～13：45
	東栄会館前	13：50～13：55
	牛鍵公民館前	14：05～14：15
	立崎公民館前	14：20～14：25
	十和田車検センター事務所前	14：35～14：40
	市役所北側駐車場	8：00～11：00

飼い主の皆さんへ

人と動物が快適・健康に暮らしていける社会のために、飼い主の皆さんは近隣に迷惑をかけないようにしましょう。住みよいまちづくりにご協力をお願いします。

▶ 散歩時のふんは必ず持ち帰りましょう。

▶ 犬の放し飼いはやめましょう。

登録・予防注射はなぜ必要なのか？

狂犬病はすべての哺乳類に感染し、発症するとほぼ100%死亡する、治療法がない病気です。

現在日本では、犬などを含めて狂犬病の発生は確認されていません。しかし、狂犬病は日本の周辺国を含む世界のほとんどの地域で依然として発生しています。

そこで、国内で狂犬病が発生するのを防ぐために、犬の飼い主一人一人が狂犬病に関する正しい知識を持ち、飼い犬の登録と予防注射を確実にする必要があります。

ご協力をお願いします。



こんなときは届け出が必要です

- ▶ 新しく犬を飼い始めたとき
- ▶ 飼い犬が亡くなったとき
- ▶ 住所や飼い主など、登録事項に変更があったとき

みんな
で出かけよう



上十三・十和田湖広域定住自立圏圏域のイベント情報をお届けします♪

三沢市

三沢アメリカンデー

アメリカ行きバス、ハーレーのパレードなど三沢がアメリカになる1日。前夜祭から楽しめます。

▶とき 10月8日(日)午前9時45分～午後4時
(前夜祭)

10月7日(土)午後3時～9時

▶ところ 三沢市公会堂および三沢基地正面ゲート周辺

問三沢国際クラブ ☎⑤1600

六戸町

メイプルタウンフェスタ2017

▶とき 11月4日(土)
午前10時～午後5時
11月5日(日)
午前9時～午後4時

▶ところ 六戸町総合体育館ほか

問メイプルタウンフェスタ実行委員会
(六戸町産業課内) ☎⑤3111



東北町

生き活き産業文化まつり

▶とき 11月4日(土)、5日(日)

▶ところ

東北地区：北総合運動公園

上北地区：町民体育館・文化センター

▶内容 地場産野菜・地場産牛・しらうお・わかさぎ販売など

問東北町農林水産課 ☎⑥3111

六ヶ所村

ふるさと新鮮朝市

とれたて野菜や新鮮な海産物、それを使った加工品などを販売します。ちょっと早起きして買い物を楽しみませんか？

▶とき 10月14日(土)午前7時～
10月28日(土)午前7時～

▶ところ 泊地区イベント広場(14日)
尾駸小学校跡地(28日)

問六ヶ所村商工会 ☎0175②2331

六ヶ所村村民文化祭

作品展示や芸能発表などが行われます。村の文化と芸能の祭典で、芸術の秋を楽しみませんか。

▶とき 10月27日(金)、28日(土)

2017六ヶ所村異文化交流フェア

村内在住の外国人たちがブースやイベントで各国の文化を紹介します。

▶とき 10月28日(土)

◆いずれも

▶ところ 六ヶ所村文化交流プラザ
スワニー

問(一財)六ヶ所村文化振興公社

☎0175②3400

奥入瀬溪流マイカー規制にご協力ください

問上北地域県民局地域整備部 ☎③4320

奥入瀬(青楓山)バイパス開通後の奥入瀬溪流が、さらに魅力を発揮できるよう、交通規制の時期と回数を拡大しながら、活用法や規制の実証に取り組みます。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

規制日時 ①10月26日(木)・27日(金) 午前10時～午後2時 ②10月28日(土)・29日(日) 午前9時～午後3時

規制区間	対象車種
国道102号(惣辺交差点～子ノ口交差点)	自動車・自動二輪(原付バイクも含む) (大型車、タクシーほか一部車両を除く)
国道102号七曲区間(子ノ口交差点～青楓山交差点)	大型車・特定中型車

その他 期間中に奥入瀬溪流へマイカーでお越しの際は焼山駐車場(無料)、休屋駐車場(有料)に駐車の上、シャトルバス(有料)をご利用ください。

奥入瀬溪流エコロードフェスタ

問(一社)市観光協会 ☎④3006

観光推進課 ☎⑤16772(ランドカーについてののみ)

澄んだ水と空気、そして彩り鮮やかな秋の十和田奥入瀬を散策しませんか。

開催日時 10月28日(土)・29日(日)午前9時～午後3時

開催場所 焼山地区、奥入瀬溪流、休屋地区

内容 ①奥入瀬溪流三里半ウォーク

②高校生ボランティアガイドウォーク

③奥入瀬溪流コケ散歩

④奥入瀬溪流ネイチャーガイドバス

⑤コミュニティサイクル

⑥ランドカー(10月26日(木)・27日(金)も実施) など

※一部有料で、事前申し込みが必要なものもあります。



ランドカーに乗って、奥入瀬溪流を
観光してみませんか？

奥入瀬(青楓山)バイパス開通後を見据えて、“歩く”以外の新たな奥入瀬溪流散策の手段の一つとしてランドカーの試走を行います。



まちなのニュース

市内のイベントを随時発信！

[十和田市ブログ駒の里](#)

検索

9/6

三村県知事が市の誘致企業に感謝状贈呈

(株)大泉製作所十和田工場操業 50 周年

(株)大泉製作所十和田工場（市内里ノ沢）が本県での操業 50 周年を迎えるにあたり、三村県知事から産業振興と雇用創出への貢献に対する感謝状が贈呈されました。

同工場は、県と市の誘致企業として昭和 41 年に操業を開始して以来、温度センサーなどの電子部品を製造しており、自動車や家電といった身近な製品にも組み込まれ、私たちの暮らしを支えています。



三村県知事を囲んで記念撮影

9/5

中学2年の君たちへ 夢を叶える力を伝える

「夢への挑戦」講演会

中学2年生を対象に「夢への挑戦」講演会（市教育委員会主催）が開催されました。市内中学校などから参加した約 700 人の生徒を前に、サッカー日本女子代表前監督の佐々木則夫氏が「夢を叶える力～中学生に伝えたいこと～」と題して、講演を行いました。

生徒らは、「夢を叶えるためには、仲間を大切にすることが重要である」という佐々木氏の講演に真剣に耳を傾けていました。



中学生の質問に身振り手振りを交えて熱く答える佐々木氏

9/5

十和田市赤十字奉仕団が炊出し訓練を実施

藤坂小児童が救援活動を体験

藤坂小学校（川崎守校長）で、藤坂小の6年生 22 人、保護者、学区内の町内会が、十和田市赤十字奉仕団らの指導のもと、救援活動（炊出しなど）を体験しました。

炊出しでは、ハイゼックス袋という特殊な袋に米と水を入れて、空気が入らないように結ぶ作業を体験し、昼食には、自分が袋詰めをしたハイゼックス袋で炊出したご飯を使用して、カレーライスを食べました。



お湯の入った大きな釜で茹でられているハイゼックス袋を覗き込む児童と十和田市赤十字奉仕団



「立地適正化計画」に関する住民説明会を開催します

市では、人口減少が進む中でも住みやすい・住み続けられる「コンパクトなまちづくり」を推進するための「立地適正化計画」の策定を進めています。

計画の中で設定する宅地開発や、集合住宅などを誘導する「居住誘導区域」、市民の生活を支えるさまざまな施設などを誘導する「都市機能誘導区域」などについての素案を説明し、市民の皆さんのご意見をお聞きます。

とき 10月17日(火) 午後6時～

ところ 市民図書館

対象 市内に在住・通勤・通学している人

※申し込みは不要です。

※中央駐車場をご利用ください(無料券を配布します)。

問 都市整備建築課 ☎ 6735

市役所代表

☎ 23 5111

FAX 22 5100

土・日曜日および祝日は閉庁

◆お知らせの表記

問…問い合わせ先

申…申し込み先

※費用の記載がないものは無料です。

戦没者などのご遺族の皆さまへ
第10回特別弔慰金の請求期限が近づいています

対象 戦没者などの死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日において「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける人がいない場合、次の先順位のご遺族お1人

1 平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人

2 戦没者などの子

3 戦没者などの①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹(要件により順位が入れ替わる場合があります)

4 右記1から3以外の戦没者などの三親等内の親族で、戦没者などの死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた人

支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債

請求期限 平成30年4月2日(月)

※既に第10回特別弔慰金の国債をお持ちの人や請求中の人は、手続きの必要はありません。

問 生活福祉課 ☎ 6718

市民へのふるさと納税の謝礼品が取りやめとなります

市では、市内・外の寄付者に対し、寄付金額に応じた謝礼品を贈呈して

弾道ミサイルから身を守るために！

問 総務課 ☎ 6703

弾道ミサイルの発射により、青森県内に影響があると判断された場合には、全国瞬時警報システム(Jアラート)から緊急速報メール、エリアメール、市から駒らん情報メールを配信します。弾道ミサイルは、発射から極めて短い時間で到達しますので、状況に応じて適切な行動をとってください。

ミサイル発射の情報が伝達されたとき

①屋内にいる場合…

屋外には出ないでください。できるだけ窓から離れるか、窓のない部屋に移動してください。

②屋外にいる場合…

直ちに近くの建物の中、または地下に避難してください。

市の小・中学校や公共施設では、開館時間中は一時的に避難の受け入れを行っています。また、市役所など当直のいる施設は、時間を問わず避難の受け入れを行っています。

また、近くに適当な建物などがいない場合は、物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守ってください。

③自動車などを運転している場合…

出来る限り道路外の場所に車両を止め、②と同様の対応をしてください。

詳しくは、内閣官房国民保護ポータルサイト(<http://www.kokuminhogo.go.jp>)をご覧ください。

いましたが、総務省からの通知を踏まえ、市民に対する謝礼品の贈呈は10月31日(火)受け付け分をもって取りやめることといたします。

※11月以降は、市民への謝礼品はありませんが、寄付は引き続き受け付けいたします。

問 政策財政課 ☎ 6710

毎週月・金曜日は、市民課窓口業務の一部を午後6時まで延長しています

利用可能な窓口業務

▼各種証明書の交付(住民票、戸籍、印鑑証明書、身分証明書、戸籍の附票、記載事項証明書、現況届)

▼マイナンバーカードの交付

問 市民課 ☎ 6755

【有料広告欄】

総務課広報男女参画係 ☎ 6702

差し押さえした不動産を公売します

問 収納課 ☎ 6784

入札番号	不動産の所在	登記地目	面積
1	大字深持字梅家ノ下207番1	山林	23,802㎡

▶ 入札日時 10月20日(金) 午前10時～10時5分

▶ 場所 市役所新館4階会議室

※ 公売物件の見積価格や公売保証金などは、市役所・十和田湖支所に掲示の公売公告が市ホームページでご確認ください。

※ 公売物件の詳細内容、図面、写真などは収納課で閲覧できます。

3つの「きる」で生ごみを減らそう！

家庭から出る可燃ごみの約5割は「生ごみ」です。生ごみは、毎日のちよつとした努力で減らすことができます。

食材は使い「きる」、料理は食べ「きる」、生ごみは水気を「きる」の3つの「きる」を実践し、生ごみを減らしましょう。

問 まちづくり支援課 ☎ 6726

障害者の法定雇用率が引き上げになります

平成30年4月1日から、対象となる事業主の範囲が従業員45・5人以上の場合、障害者の法定雇用率が2・2%、同43・5人以上の場合、

平成33年4月までに2・3%になります。

事業主には法定雇用率以上の割合で障害者を雇用する義務があります。障害者雇用に関する相談はハローワーク十和田へご相談ください。

問 ハローワーク十和田 ☎ 235361

遠隔地貸出返却サービスをご利用ください

市民図書館では、遠方にお住まいで図書館への来館が困難な人を対象に、お近くの公共機関を利用して図書などを貸出・返却するサービスを実施しています。サービスを利用するには、市民図書館の利用登録と電話での事前申し込みが必要です。

サービス協力公共機関

四和中学校・大深内中学校・十和田湖小学校・深持小学校・十和田湖公民館

問 市民図書館 ☎ 237808



平成30年度入学特認校生徒募集

市の特認校「切田中学校」では、来年度の生徒を募集します。体験学習やふれあい活動などを通して、ボランティア精神と郷土愛に満ちた国

際人の育成を目指しています。

対象 来年度中学校に進学する市内

在住の小学6年生

募集人員 15人程度

見学会 10月27日(金) 午後3時～

募集期間 10月27日(金)～11月6日(月)

面談 11月30日(木)

※ 詳しくは切田中学校ホームページ

(<http://www.kirita-towada.jp/>)

をご覧ください。

問 教育総務課 ☎ 2305

花巻市探訪ツアー参加者募集

友好都市・岩手県花巻市を訪れ、花巻新渡戸記念館、南部杜氏伝承館などを巡り、歴史文化に親しむツアーを開催します。

とき 11月3日(金) 午前7時～午後

7時

集合場所 市役所 東側

定員 40人(先着順)

費用 高校生以上 3千円

中学生以下 千円

申込期限 10月17日(火)

問 十和田電鉄観光社 ☎ 236102

土壌診断の補助金申請を受け付けします

出荷・販売を目的とした野菜生産に取り組む農家の土壌診断に対して、土壌診断に係る経費(消費税、送料、手数料を除く)の2分の1以内を補助します。

【有料広告欄】

「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申込先 総務課広報男女参画係 ☎ 6702

対象 再就職を希望しているか既に就業している女性

回	とき	講師	内容
1	10月28日(土) 午後1時30分～ 3時40分	水野順子 (キャリアカウンセラー)	女性のためのストレス コントロール術
2	11月11日(土) 午後1時30分～ 3時40分	遠越智子・栗原良明 (ファイナンシャルプランナー)	マネー力UP!～賢い 家計のライフプランとは～
3	12月8日(金) 午後1時30分～ 3時30分	水野順子 (キャリアカウンセラー)	女性のための再就職準備 履歴書の書き方、面接対応
4	12月9日(土) 午後1時30分～ 3時40分	水野順子 (キャリアカウンセラー)	伝える力をつける コミュニケーション

女性性の活躍支援セミナー受講生募集
とき・講師・内容

期間 農林畜産課 ☎ 6736

必要な物 ▼申請書 ▼土壌診断書の
写しなど
申請期間 10月10日(火)～平成30年2
月13日(火)
※十和田おいらせ農協で土壌診断を
した人は、個人での申請は必要あ
りません。

対象 再就職を希望しているか既に就業している女性

回	とき	講師	内容
1	10月28日(土) 午後1時30分～ 3時40分	水野順子 (キャリアカウンセラー)	女性のためのストレス コントロール術
2	11月11日(土) 午後1時30分～ 3時40分	遠越智子・栗原良明 (ファイナンシャルプランナー)	マネー力UP!～賢い 家計のライフプランとは～
3	12月8日(金) 午後1時30分～ 3時30分	水野順子 (キャリアカウンセラー)	女性のための再就職準備 履歴書の書き方、面接対応
4	12月9日(土) 午後1時30分～ 3時40分	水野順子 (キャリアカウンセラー)	伝える力をつける コミュニケーション

女性性の活躍支援セミナー受講生募集
とき・講師・内容

期間 農林畜産課 ☎ 6736

必要な物 ▼申請書 ▼土壌診断書の
写しなど
申請期間 10月10日(火)～平成30年2
月13日(火)
※十和田おいらせ農協で土壌診断を
した人は、個人での申請は必要あ
りません。

対象 再就職を希望しているか既に就業している女性

回	とき	講師	内容
1	10月28日(土) 午後1時30分～ 3時40分	水野順子 (キャリアカウンセラー)	女性のためのストレス コントロール術
2	11月11日(土) 午後1時30分～ 3時40分	遠越智子・栗原良明 (ファイナンシャルプランナー)	マネー力UP!～賢い 家計のライフプランとは～
3	12月8日(金) 午後1時30分～ 3時30分	水野順子 (キャリアカウンセラー)	女性のための再就職準備 履歴書の書き方、面接対応
4	12月9日(土) 午後1時30分～ 3時40分	水野順子 (キャリアカウンセラー)	伝える力をつける コミュニケーション

女性性の活躍支援セミナー受講生募集
とき・講師・内容

期間 農林畜産課 ☎ 6736

必要な物 ▼申請書 ▼土壌診断書の
写しなど
申請期間 10月10日(火)～平成30年2
月13日(火)
※十和田おいらせ農協で土壌診断を
した人は、個人での申請は必要あ
りません。

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申込先 総務課広報男女参画係 ☎ 6702



講座・教室

十和田湖公民館講座

■健康リフレッシュ体操教室

とき 10月25日(水) 午前10時～正午

定員 20人(応募者多数時抽選)

持ち物 汗ふきタオル、飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

■ソープカービング教室

ナイフ1本で石けんを芸術品に変えてみませんか。

とき 11月6日(月) 午前9時30分～11時30分

定員 10人(応募者多数時抽選)

費用 600円(材料費)

■伝承工芸講座「裂織教室」

とき 10月24日(火)～11月10日(金)

毎週火・水・金曜日 全8回

(11月3日(金)は除く) 午前9時～午後3時

定員 10人(応募者多数時抽選)

費用 3千円(材料費)

◆いずれも

申込期限 10月12日(木)

申問 十和田湖公民館 ☎ 2102

南公民館講座

■ファミリー電波教室

実験で電波がどんなものかを学びます。ラジオもつくりまします。

とき 11月12日(日) 午後1時30分～

3時30分

対象 市内の小学3年～6年生とその保護者

定員 20組(先着順)

申込期間 10月4日(水)～27日(金)

申問 南公民館 ☎ 4416

中央病院「市民健やかゼミナール」

とき 10月25日(水) 午後4時～5時

ところ 中央病院1階外来待合室

10月の演題「血液検査値の見方・とらえ方」

講師 臨床検査科 技師長

川村 多蔵

※申し込みは不要です。

申問 中央病院業務課 ☎ 5121

～いつかはだれもおひとりさま
最期まで自分らしく生きるために～

DVD上映と終活カウンセラーによるワークショップを開催します。

とき 11月19日(日) 午後1時30分～4時

ところ 市民交流プラザ「トワール」

定員 60人(先着順)

申込期限 11月17日(金)

※託児を希望される人は11月9日(木)までに
申し込みください(1歳半～就学前の子ども)。

申問 青森県男女共同参画センター ☎ 017-732-1024

メール apiolib@apio.pref.aomori.jp



催し

福祉フェアとわだ

市内障害者就労支援施設などによる生産物の販売や紹介を行います。

とき 10月21日(土) 午前10時～午後3時

ところ イオンスーパーセンター十和田店

申問 生活福祉課 ☎ 6718

ささえ愛、たすけ愛の地域づくりフォーラム

とき 10月16日(月) 午後1時30分～4時

ところ 市民文化センター

内容 地域の助け合い、支え合い活動についての事例発表、講演など

申込期限 10月10日(火)

申問 地域包括支援センター ☎ 3671

ハロウィン2017 in とわだ

ストリートフェスタ

とき 10月28日(土) 午後1時～6時

ところ 中心商店街六丁七丁目路上

※正午～午後7時まで交通規制を行います。

内容 トリック・オア・トリート、仮装ショー、ワークショップほか

申問 七・八丁目商店街振興組合

☎ 3656

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申込先 総務課広報男女参画係 ☎ 6702

市民図書館 本のリサイクルフェア

家庭で不要になった本を、市民の皆さんに再利用してもらうために開催します。



■本の収集

収集期間 10月11日(水)～25日(水)

午前9時～午後5時

対象となる本 ▼単行本、文庫本、雑誌(マンガ、有害図書は除く)

▼10年以内に刊行された汚れない本

▼全集、辞典類は全巻そろっているもの

※図書館まで持参してください。

■本の配布

提供していただいた本の中から好きな本をお持ち帰りください。

配布期間 11月2日(木)、3日(金)

午前9時～午後5時(3日は午後4時まで)

配布冊数 1人10冊まで

※持ち帰り用の袋などは持参してください。

※本がなくなり次第終了します。

◆いずれも

ところ 市民図書館

市民図書館 ☎237808

元気！くらしの安全・安心展(消費生活展)

安全・安心な消費生活の向上を図るため、消費生活情報を提供する展示会です。パネル展示、詐欺被害防止のチラシ配布、リサイクル品を販

売します。

とき 10月15日(日) 午前10時～午後4時

ところ 道の駅とわだ

市消費者の会(市外郭団体事務室内) ☎516783

駒つこランドからのお知らせ

■東北文化の日・秋の民話フェスティバル

とき 10月29日(日) 午前10時～午後2時

内容 ①民話劇「おしらさま」②語りべによる民話

◆十和田・民話語りべ「わの会」が行います。

※詳しくは、駒つこランドホームページ(<http://komakoland.jp>)をご覧ください。

■10月28日(土)、29日(日)は「東北文化の日」につき、称徳館観覧無料

馬事公苑称徳館 ☎262100

平成29年度十和田湖環境保全会議

十和田湖の水質や周辺環境の保全に関する活動や調査研究について、講演や話題提供を行います。

とき 11月2日(木) 午後1時～3時

ところ 富士屋グランドホール

定員 40人

※申し込みは不要です。

青森県環境生活部 環境保全課 ☎017-734-9242

市立中央病院

病院ふれあいまつり

中央病院業務課 ☎235121 (内線 3230)

病院職員とのふれあいを通して、市民の皆さんに病院への理解を深めていただくため、今年も「病院ふれあいまつり」を開催します。医療や健康に関する各種体験や相談ができますので、お誘いあわせのうえ、お気軽にお越しください。

とき 10月15日(日) 午前10時～午後4時30分
ところ 市立中央病院エントランスホール ほか

●医療体験ブース

- ・医師や医療専門職によるチーム活動の紹介
- ・各種医療の体験コーナー

●健康相談ブース

- ・無料健診コーナー
- ・がん相談、お薬・禁煙相談コーナー

●各種イベント

- ・ステージイベント
- ・フリーマーケット



※詳しくは、当院ホームページをご覧ください。

市民公開講座

事前申し込み不要。無料でどなたでも参加できます。

●第1部 午後1時～2時

じゅんちゃん一座 寸劇

「渡る世間は詐欺ばかり～わに限って騙されるわけねえ!～」

監修・解説 メンタルヘルス科

診療部長 竹内 淳子 先生



●第2部 午後3時30分～4時30分

「婦人科がんの話」

講師 弘前大学大学院医学研究科

産科婦人科学講座 教授 横山 良仁 先生

東地区公民館まつり

問 ☎ 24 9000

とき 10月7日(土) 午前9時～午後4時
8日(日) 午前9時～午後3時

内容

●ステージ発表

吹奏楽、箏演奏、
舞踊、紙芝居ほか

●展示・体験

生け花、お茶、絵画、陶芸、書道、
フラワーアレンジメントほか

●ふれあい広場

フリーマーケット、屋台多数出店、
ちびっこよさこい、太鼓演奏ほか

●その他

軽食堂、食生活改善推進員会コーナー、
講座体験コーナーほか



南公民館まつり

問 ☎ 22 4416

とき 10月21日(土) 午前9時～午後4時
22日(日) 午前9時～午後3時

内容

●ステージ発表

小学校合唱、小学校ブラスバンド、
中学校吹奏楽、箏演奏、
ピアノ演奏、社交ダンス、
舞踊、フラダンス、
太極拳ほか



●展示

児童作品、水墨画、書道、生け花、切り絵、
手芸ほか

●スポーツ

グラウンドゴルフ大会、ゲートボール大会

●模擬店

ラーメン、焼き鳥、焼きそば、おにぎり、
フライドポテトほか

●その他

健康づくり・子育て支援コーナー、献血コー
ナーほか

※駐車場の台数が少ないので、車での来館はで
きるだけお控えください。

郷土館特別展「滝沢家文書展」

代々武家であった滝沢家から市に
寄贈された、中渡八幡宮や新田開発
などの古文書と解説成果、巻物や刀
などを展示します。

とき 10月21日(土)～11月19日(日)

午前9時～午後5時

■講演会・フォーラム

とき 10月29日(日)

▼講演会 午後1時～

演題 滝沢家文書が映し出す姿

講師 八戸歴史研究会 会長 三浦

忠司さん

▼フォーラム 午後3時～

テーマ 滝沢家文書の世界

定員 60人

申込期限 10月20日(金)

◆いずれも

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

申開 スポーツ・生涯学習課

☎ 23 13

市民のための「薬と健康フォーラ ム」inとわだ

とき 10月29日(日) 午前10時～正午

ところ 市立中央病院 さわらび会館

内容 ▼講演1 「くすりとの賢い付

き合い方」青森大学 薬学部

部長 三浦 裕也さん

▼講演2 「薬局の上手な活用法」

青森県薬剤師会 上十三支部

理事 佐々木 悠太さん

※申し込みは不要です。

問 (一社) 青森県薬剤師会 上十三

支部・山本 ☎ 27 1300

第3回世界流鎗馬選手権

とき 10月14日(土)、15日(日) 午前9

時～午後3時

ところ 中央公園緑地

内容 流鎗馬競技、馬ふれあいコー
ナー、レザークラフト体験コーナー
※今年は十和田駒フェスタの開催は
ありません。

問 十和田流鎗馬観光連盟 ☎ 26 2945

第12回十和田湖ふるさとまつり

とき 10月29日(日) 午前9時30分～

午後4時

ところ 奥入瀬ろまんパーク

内容 十和田水神雷太鼓、沢田鶏舞、
チビっ子よさこい、歌謡ショーな
どのアトラクション、特産品など
の販売、すいとん・飲むヨーグル
トの振る舞い、お楽しみ抽選会など

問 道の駅奥入瀬 ☎ 23 201

三八、上十三市町村の住民はヴァン ラーレ八戸ホーム戦(10月15日の み)が芝生席観戦無料となります

とき 10月15日(日) 午後1時～

ところ ダイハツスタジアム(八戸)

※当日、住所が証明できるものを持
参ください。

問 (株)ヴァンラーレ八戸

☎ 0178・38・6644



現代美術館イベント情報

現代美術館 ☎ 1127

企画展

「遠くからでも見える人—森北 伸 展 絵画と彫刻」

現代美術館の不思議な常設作品、《フライングマン・アンド・ハンター》。この作品の作者、森北伸は、空間を読み込み、素材の特性を活かした素朴な味わいの絵画や彫刻作品を、絶妙なバランスで展示します。

本展は、2000年代より着実に制作・発表を重ねてきた森北にとって初の、美術館での個展となります。「遠くからでも見える人」というタイトルには、森北作品を読み解き、楽しみながらその魅力を体感する、重層的な意味が込められています。自分と周囲を見つめ直すひとときを、現代美術館で体験してください。

会期 10月7日(土)～平成30年1月28日(日)

開館時間 午前9時～午後5時（入場は閉館の30分前まで）

休館日 月曜日（祝日の場合はその翌日）

ただし、12月25日(月)から平成30年1月1日(月)は冬期休館

観覧料 企画展＋常設展セット券 1,000円

企画展の個別料金は一般 600円

20人以上の団体は100円引き 高校生以下無料

※ 10月9日(月)、平成30年1月8日(月)は開館します。



《stranger in blue》(アクリル絵具、綿布)
2017 130cm × 80cm



《フライングマン・アンド・ハンター》
2008 Photo:Mami Iwasaki

企画展関連イベント

オープニングトーク

本展覧会作家である森北伸と、本展キュレーターの児島やよい（現代美術館副館長）が、森北伸の創作活動や作品について語ります。

とき 10月7日(土)午後1時～2時

ところ 市民活動スペース

※企画展のチケットが必要となります（事前申し込み優先）。

10月9日(月)は現代美術館常設展示市民無料デー

マイナンバーカード、免許証や保険証など住所が分かるものを受け付けに提示してください。



市民の広場

市民の皆さんが行う催しの紹介、サークルなどの会員募集のコーナーです。費用の記載がないものは無料です。掲載希望のかたは市ホームページをご覧ください。

「わっこの会」特別お話し

青森県在住コラムニスト兼イラストレーターの山田スイッチ氏が楽しいお話しと占いをを行います。子どもゆめ基金による事業です。

とき 10月21日(土)

午前10時30分～11時30分

ところ 市民図書館

☎ わっこの会・木村 ☎ 090-7324-8742

第29回 MOA 美術館
十和田児童作品展

小学校児童絵画・書写の作品展示です。

とき 11月5日(日)

午前9時～正午

ところ 東公民館

☎ MOA 美術館十和田児童作品展実行委員会 ☎ 5387

十和田点訳・朗読奉仕会
第23回朗読のひととき

「茨木のり子への恋文」、「おばあさんと星」（大宮エリー）などを朗読します。

とき 10月7日(土) 午後1時30分開演

ところ 市民図書館

☎ 十和田点訳・朗読奉仕会・佐々木 ☎ 3782



市民の広場

市民の皆さんが行う催しの紹介、サークルなどの会員募集のコーナーです。**費用の記載がないものは無料**です。掲載希望のかたは市ホームページをご覧ください。

ご当地ベビーヨガ

ポーズと呼吸で産後の骨盤を引き締め、下腹ポッコリを改善します。助産師の赤ちゃん相談とベビーマッサージもあります。

とき 10月28日・11月25日・12月16日・平成30年1月27日・2月24日・3月24日
(全て土曜日)

午前9時45分～11時40分

ところ 東公民館(10月28日ののみ市民交流プラザ「トワーレ」)

対象 産後1カ月からの母親(託児付・1歳未満優先)

参加費 各回1,500円(託児希望の人は1歳未満別途500円・1歳以上800円)

持ち物 ヨガマットやバスタオル、赤ちゃんお世話グッズなど

※申し込みが必要です。

※動きやすい服装でお越しください。

【申】ご当地ヨガ実行委員会

☎ 080-3501-6790

メール gotohchiyoga@gmail.com

乙女の像ものがたり講演会

高村光太郎連翹忌運営委員会代表小山弘明氏を講師に迎え、乙女の像に秘められた歴史と浪漫を学ぶ講演会を開催します。

とき 10月21日(土)

午後6時開演

(午後5時30分開場)

ところ 東公民館

定員 200人(先着順)

※申し込みは不要です。

【申】三本木小地区安全・安心協働活動協議会・佐藤 ☎ 090-4552-2375

極真カラテ無料体験入門

気軽に極真カラテを体験してみませんか。

とき 10月の毎週水曜日

午後7時～8時30分

ところ 南公民館

対象 5歳～60歳

※動きやすい服装でお越しください。

【申】極真十和田道場・千葉

☎ 090-2608-9012

十和田野鳥の会 バードウォッチング

とき・ところ

10月1日(日) 惣部牧場

11月19日(日) 薦沼

12月3日(日) 小川原湖

平成30年

1月21日(日) 間木堤～百石海岸

2月11日(日) 八戸海岸

(※桜の広場南側 午前8時40分集合)

3月25日(日) 小川原湖

持ち物 簡単な昼食など

※申し込みは不要です。

※桜の広場南側に午前9時までに集合。車で相乗りし移動します。開催日により集合時間が異なる場合があります。

【申】十和田野鳥の会・中野渡 ☎ 24 9826

奥入瀬渓流エコツーリズム 市民のつどい

奥入瀬渓流などの魅力を再発見し、自然保護の大切さを学びませんか？

第1部 講演

講師：元外務大臣 田中眞紀子氏

「神秘の奥入瀬渓流に魅せられて」

第2部 コンサート コールアゼリア

「湖畔の乙女」「奥入瀬」ほか

とき 10月27日(金)

午後1時開演(正午開場)

ところ 市民文化センター

【申】NPO法人十和田奥入瀬郷づくり大学・佐々木 ☎ 23 5488

創立70周年記念 三本木中学校吹奏楽部 第35回定期演奏会

ゲストにオペラ歌手の吉田信子さんをお迎えして、おもてなしの心を込めて演奏します。

とき 10月22日(日)

午後2時開演

(午後1時30分開場)

ところ 市民文化センター

【申】三本木中学校 ☎ 23 3595

スケードボードフェス 参加者募集

スケードボードコンテストとプロライダーによるデモ滑走があります。スケードボード体験もできます。

とき 10月8日(日)

午前10時～午後3時

ところ 道の駅とわだびあ

定員 100人(先着順)

費用 一般1,500円、高校生以下500円

※当日会場でエントリーを受け付けます。

※用具、プロテクターは各自でご準備ください。

【申】十和田スケードボードサービス・

鳥谷部 ☎ 24 3324

トリオ・カルペディエム コンサート

フルート(関聡子)・ファゴット(十和田市出身の前田正志)・ハーブ(成田しのぶ)による演奏会です。

とき 10月21日(土)

午後5時30分開演

(午後5時開場)

ところ 現代美術館休憩スペース(カフェ)

入場料 2,500円(ドリンク付き)

※前日までに申し込みください。

【申】事務局・小川 ☎ 24 2983

見守り保育ボランティア募集

子育て世代の学びをサポートする保育ボランティアを募集しています。子育て経験を活かしてみませんか？

▶保育ボランティア養成講座(勇気づけのアドラー心理学講座)

とき 10月19日(木)午後5時～7時

募集人数 保育士 5人

一般 10人

▶ボランティア体験会

とき 10月12日・19日・26日・11月9日・16日(全て木曜日)

午後6時30分～9時

(参加可能な日をお選びください)

◆いずれも

ところ 市民交流プラザ「トワーレ」

※各日3日前までに申し込みください。

【申】NPO法人スマイルラボ

☎・FAX 23 8922

メール office@smilelab.info



10月はがん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間
大切な命を守るため、がん検診を受けましょう

10月の健康カレンダー

●乳幼児健診など

▶問診票・母子健康手帳を持参してください。



内容	受付時間	ところ・問い合わせ
◆4か月児健診 健診日までに満4か月に達する乳児	10日(火) 12:30~13:00 ※バスタオル持参	保健センター 問健康増進課 ☎⑤6792
◆1歳6か月児健診 平成28年4月生まれの幼児	25日(水)※歯ブラシ持参 12:30~13:00	
◆2歳児発達健診 平成27年4月生まれの幼児	26日(木)※歯ブラシ持参 12:30~13:00	
◆3歳児健診 平成26年4月生まれの幼児	24日(火) 12:00~12:45	
◆乳幼児相談 子どもの成長発達の心配や接し方、栄養面など悩みがある0歳から就学前の乳幼児と保護者	23日(月)9:30~ ※前日までに要予約	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	12日(木)14:00~ ※5日(木)まで要予約	市民交流プラザ「トワレ」 問健康増進課 ☎⑤6792
◆ほっとマミーサロン 妊産婦と生後6か月未満の乳児	16日(月)・30日(月)・ 11月6日(月) 13:30~15:30 ※前日までに要予約	

※2歳児発達健診は2歳6か月児が対象です。問診票は1歳6か月児健診時に、母子健康手帳に挟んで配布しています。

※3歳児健診は3歳6か月児が対象です。問診票一式は事前に郵送しています。

※発熱や感染症治療中のときは、翌月以降に受診してください。

※保健センター駐車場が満車の場合は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

●各種相談

内容	受付時間	ところ・問い合わせ
◆こころの相談 心の悩み、不眠、もの忘れ、お酒のことなど、気がかりのある人・家族	①4日(水)②11月1日(水) 14:00~15:00 ※要予約 ①2日(月)まで ②10月30日(月)まで	保健センター 問健康増進課 ☎⑤6791
◆栄養相談 市内在住の人	11日(水) 9:30~・13:15~ ※6日(金)まで要予約	
◆もの忘れ相談 もの忘れや認知症の不安がある65歳以上の人・家族	18日(水) 14:00~15:30 ※13日(金)まで要予約	市役所新館1階 福祉相談室A 問高齢介護課 ☎⑤6720
◆療育相談 首すわり、おすわり、歩き始めが遅い気がするなど発育や発達について心配のあるお子さんの家族	25日(水)※要予約 ▶継続の人 9:30~10:30 ▶新規の人 10:30~11:00	上十三保健所 問☎③4261
◆B型・C型肝炎検査 一般の人	3日(火)・17日(火)※要予約 13:00~13:30	
◆精神保健福祉相談 心の悩みや病気に関する相談を希望する人	18日(水)※要予約 13:00~14:00	市民交流プラザ「トワレ」 問健康増進課 ☎⑤6791
◆女性健康相談 思春期や不妊、更年期障害などにお悩みの人	19日(木) 10:00~10:30	
◆まちなか健康相談 心や体のことを相談したい人 ※予約不要、お気軽にどうぞ	6日(金)・15日(日) 9:00~12:00 13:00~15:30	上十三保健所 エイズ専用 問☎③8450
◆エイズに関する相談 一般の人	3日(火)・17日(火)※要予約 13:30~14:30	

10月1日「とわだDE子育て応援ナビ」 開始します

内容

- ・保護者がお子さんの生年月日を入力すると、自動的に予防接種スケジュールを作成します（予定変更後も自動調整）。
- ・予防接種日が近づくとメールでお知らせが届きます。
- ・乳幼児健診や相談など、子育てに関する情報にアクセスしやすくなります。

登録方法

- ①スマートフォン、携帯電話、パソコンで
<http://towada.city-hc.jp/>にアクセス
- ②お子さんの生年月日、ニックネームなどを入力して登録

▼登録用

QRコード



問健康増進課母子保健係☎⑤6792

インフルエンザ予防接種を実施します

対象 本市に住民登録をしている次の人

- ①接種日において65歳以上の人
- ②接種日において60歳以上65歳未満の人で、内部障害1級の身体障害者手帳をお持ちの人

※10月1日時点で満65歳の人と過去3年間に接種をされた人には、予診票を9月下旬に郵送しています。

期間 10月2日(月)~12月28日(木)

実施場所 市内指定医療機関

費用 1,300円（期間内1回の接種に限ります）

持ち物 予診票、健康保険証

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

傾聴講座参加者募集

相手の心に耳を傾け、相手が受け止めてもらえたと感じる聴き方について学んでみませんか。

とき 10月28日(土)午前9時~午後4時（昼休憩あり）

ところ 南公民館

定員 50人（先着順）

講師 NPO法人シニアライフセラピー研究所
理事長 鈴木 茂さん

申込期限 10月20日(金)

問健康増進課健康づくり推進係☎⑤6791

●献血のお知らせ

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

実施予定日	時間	場所
3日(火)	11:00~14:00	DCMホームマック十和田店
	16:00~18:00	十和田工業高校
6日(金)	9:30~11:45	県トラック協会 上十三支部駐車場
	13:00~16:00	
7日(土)	9:30~11:45	ユニバース十和田東店
	13:00~16:00	
14日(土)	9:30~12:00	十和田市中央駐車場 (世界流騎馬選手権会場近く)
	13:00~15:00	
22日(日)	9:30~12:00	南公民館まつり会場
	13:00~15:00	



10月の市民無料相談

内 容	日 時
◆行政相談 行政機関などの業務に対する苦情、意見、要望などの相談	2日(月) 十和田湖支所同時開催 午後1時～3時
◆人権相談 いじめや差別、家庭内や隣近所とのめめごとなどの相談	27日(金) 午後1時～3時
◆特設行政・人権相談 行政機関の業務に対する苦情・意見・要望や家庭内・隣近所のもめごとなどの相談	13日(金) 午前10時～午後4時 ※十和田湖支所交流室で開催
◆法律相談（定員7人） 相続、離婚、借金などの相談	25日(水) 午後1時～4時 ※18日(水)午前8時30分から予約開始
◆不動産相談（定員4人） 不動産の売買、不動産の賃貸借などの相談	12日(木) 午後1時～3時 ※5日(木)までに要予約
◆くらしとお金の相談 多重債務、生活資金などの相談	11日(水) 午前10時～午後4時 ※前日までに要予約
◆法テラス青森（定員6人） 借金・離婚・労働問題などの相談（法律相談）※資力基準に該当する人	10日(火)・24日(火) 午後1時～4時 ※予約先 ☎ 050-3383-5552
◆消費生活相談 悪質商法、架空請求、製品事故などの消費生活の相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後4時30分 ※相談前に要予約
◆交通事故相談 交通事故による損害賠償、示談などの相談	17日(火) （予約があった場合に開催） ※予約先県庁 ☎ 017-734-9235

ところ まちづくり支援課市民相談室

申問まちづくり支援課 ☎⑤ 6777

内 容	日 時
◆市税夜間納付・相談窓口	2日(月)～6日(金) 23日(月)～27日(金) 30日(月)、31日(火)

とき 午後5時30分～8時 ところ 収納課
※本館北側職員通用口からお入りください。
（午後6時以降は本館正面玄関からは入れません）
問 収納課 ☎⑤ 6761

介護保険料納付相談	日 時
◆介護保険料夜間納付・相談窓口	23日(月)～27日(金)

とき 午後5時30分～7時 ところ 高齢介護課
※新館玄関からお入りください（1階23番窓口）
昼間都合のつかない人は、この機会をご利用ください。
問 高齢介護課 ☎⑤ 6721

10月31日(火)が納期限（口座振替日）です
市税等は納期限内に納めましょう
市民税・県民税第3期／国民健康保険税第4期
介護保険料第4期／後期高齢者医療保険料第4期

内 容	日 時
◆出張年金相談 年金の無料相談	26日(木)※要予約（予約があった場合に開催） ※予約先八戸年金事務所 ☎ 0178-44-1742

とき 午前10時～午後3時 ところ 新館3階会議室
問 八戸年金事務所 ☎ 0178 ④ 1742 市民課 ☎⑤ 6753

人口と世帯	区分	人・世帯数	前月比	前年比
平成29年8月末	人口	62,374人	-40人	-628人
現在	男	29,879人	-12人	-284人
	女	32,495人	-28人	-344人
	世帯	27,481世帯	+2世帯	+110世帯

その他の催し

<>…開始時間

※がついているものは第27回青森県民文化祭の催しです。
問い合わせ先は青森県民文化祭実行委員会事務局 ☎ 017-718-5454 です。

1(日)	▶十和田水墨画同好会 墨の舞～市民文化センター 市民ギャラリー（☎十和田水墨画同好会・太田 ☎②3674）（～31日） ▶※第58回青森県洋舞合同公演<13:00>～市民文化センター ▶第11回フォトとわだ写真展<10:00>～市民文化センター（☎フォトとわだ・藤井 ☎③0926）
5(木)	▶おしゃべりサロン「クローバー」<①10:00・②13:30>～保健センター（☎傾聴サロンとわだ・黒子 ☎090-2796-0999）
6(金)	▶中秋の名月 お月見のタペ <19:00>～市民文化センター（要申し込み）（☎文化センター ☎②5200）
7(土)	▶紙しばい倶楽部とわだ<10:30>～市民図書館（☎市民図書館 ☎③7808）
9(月)	▶※第59回青森県合唱祭<13:00>～市民文化センター
12(木)	▶ありがとうコンサート<18:30>～市民文化センター（☎青森山田中学高等学校 ☎017-739-2001）
13(金)	▶星空観望会「秋の星座と土星を見よう！」<19:00>～市民文化センター（要申し込み）（☎文化センター ☎②5200）
14(土)	▶青森県警察音楽隊 県民と警察の音楽の集い<13:30>～市民文化センター（☎青森県警察音楽隊 ☎017-723-4211） ▶語りの会・こま草「おはなしのゆうびん屋さん」<①10:30・②14:00>～市民図書館（☎市民図書館 ☎③7808）（28日も開催） ▶話しのサロン・こころの広場ルピナス<10:00>～勤労青少年ホーム（☎健康増進課 ☎⑤6791）（28日も開催）
15(日)	▶※第25回青森県太鼓フェスティバル<13:30>～市民文化センター ▶第3回「60歳からの主張」弁論の集い・作品展<10:00>～市民文化センター（☎コミュニティワーク礎 ☎②5770）
19(木)	▶十和田市小学校音楽交歓発表会<10:00>～市民文化センター（☎指導課 ☎②2309）
20(金)	▶全日写真連十和田 写友「光陰」写真展「2017時と光の記憶」20回記念展<10:00>～市民文化センター（☎全日写真連十和田 写友「光陰」・国分 ☎②1686）（～22日）
21(土)	▶こどもヒップホップばらだいすVol.3<13:00>～市民文化センター（☎とわだ市民活動ネットワーク ☎②4777） ▶わっこの会「読み聞かせ」<10:30>～市民図書館（☎市民図書館 ☎③7808）
22(日)	▶ソアーヴェミュージックコンサート<13:00>～市民文化センター（☎ソアーヴェ・金子 ☎③2698） ▶普通救命講習会<9:00>～十和田消防庁舎（対象：中学生以上の市民）（☎十和田消防署 ☎⑤4115）
24(火)	▶第57回梅花流青森県奉詠大会<10:00>～市民文化センター（☎曹洞宗青森県宗務所 ☎017-721-1912）
25(水)	▶第13回十和田市社会福祉大会<13:30>～市民文化センター（☎十和田市社会福祉協議会 ☎③2992）
27(金)	▶十和田市民大学講座 第6講座「アートと人生」<18:30>～市民文化センター（講師：小池一子さん）（☎スポーツ・生涯学習課 ☎②2318） ▶第14回アートサークル彩作品展<10:00>～市民文化センター（☎アートサークル彩・田中 ☎③4906）（～29日）
29(日)	▶めぐみ・みきの保育園ピアノ発表会<14:00>～市民文化センター（☎十和田めぐみ保育園 ☎②0141）
31(火)	▶十和田市老人クラブ連合会 健康づくり研修会<13:00>～市民文化センター（☎十和田市老人クラブ連合会 ☎⑤8633）



休日当番医

問 健康増進課 ☎⑤ 6790

1(日)	西十一番クリニック	☎⑤3911
8(日)	とわだ耳鼻いんこう科医院	☎③3341
9(月)	十和田北クリニック	☎②3741
15(日)	十和田産婦人科内科クリニック	☎③7777
22(日)	さとの整形外科クリニック	☎②15885
29(日)	岡本整形外科クリニック	☎②01101

アプリで「広報とわだ」を読みませんか



利用方法
QRコードを読み込み、アプリ「マチイロ」をインストールする。



～今日も無事でいてほしい～
みんなでつくる安全・安心なまち
セーフコミュニティ十和田