

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田



# とわだ 9

No. 251  
2023



## 広報とわだ 目次

- 2 令和5年度 とわだ子ども議会
- 4 9月21日は世界アルツハイマーデー
- 5 第19回十和田市すこやか長寿を祝う会
- 9 とわだ市民カレッジ第6講座／北里大学  
公開講座
- 10 のうぎょうと農業委員会 第46号
- 16 お知らせ
- 28 十和田市秋まつり

### 第72回全国高校相撲十和田大会

(8月15日／屋内グラウンド「こまかいどーむ」)

4年ぶりの開催となった本大会には、全国から40校が出場し、日頃の練習で鍛えた力と技を競い合いました。

### アプリで「広報とわだ」を読みませんか



スマートフォンアプリ「カタログポケット」で閲覧できます。  
QRコードからアクセスしてください。



# 令和5年度とわだ子ども議会

7月25日、市役所の市議会議場で「とわだ子ども議会」を開催しました。

この「子ども議会」は、子どもの意見に耳を傾け、まちづくりに生かす機会にするとともに、子どもたちが議会を模擬体験することで、議会や市役所の仕組みを学び、質問を通して市について考え、郷土を愛する心を育むことを目的に、平成25年から行っています。

例年、小学6年生のみを対象としていましたが、本年度は初めて中学生も対象とし、市内の小学生10人と中学生6人が子ども議員として参加しました。

今回の子ども議会では、議長の畑山結香さんと副議長

の岩崎彪雅さんによる議事進行の下、子ども議員が市の総合計画の8つの基本目標をテーマに市政に対する質問を行いました。

通常の議会では、質問者に対して拍手はできませんが、子ども議会では特別ルールが設けられ、素晴らしい質問や提案を堂々と発表する姿に、傍聴席から拍手が送られました。

事前に行われた勉強会の様子を市ブログで紹介していますので、ぜひご覧ください。

ブログ「駒の里から」



## 基本目標1

市内外からより多くの人々や消費を呼び込めるまち（産業振興）



ちしま ほたる  
千嶋 蛍 さん (四和中)

**質問** 公共バスの現在位置や経路を確認できるアプリを作成してはどうか。

**答弁** 令和4年度から、市が運行する循環バスや一部の路線バスにスマートフォンなどでバスの現在位置や経路を確認できる「バスロケーションシステム」を導入している。今後も引き続きバス利用者の利便性向上を図りたい。



はたけやま たいが  
畠山 大河 さん (西小)

**質問** 若い農業者を増やすため、農業の面白さや楽しさを伝える農業体験会を実施してはどうか。

**答弁** 市では十和田農業体験連絡協議会による農業体験を支援している。今後はSNSを活用し、市の農業の魅力を広く発信するとともに、全国の若者を対象に現地見学会や研修会を開催したい。

## 基本目標2

地域全体で子育て・子育てをしっかりと支えるまち（子育て・教育）



やました ゆか  
山下 結香 さん (法奥小)

**質問** 市民が読まなくなった本を市民図書館に寄贈してはどうか。本のリユースにもつながる。

**答弁** 市民図書館では市民から本の寄贈を受け入れているほか、家庭で読み終わった本を収集・提供する「本のリサイクルフェア」を毎年開催している。今後は廃校になった学校の図書を提供することも検討したい。



なかしみず しほ  
中清水 紫妃 さん (東中)

**質問** 公共施設で誰もが参加できる子どものためのものづくり体験などのイベントを開催してはどうか。

**答弁** 誰もが参加できる公共施設でのイベントとして、毎年、各コミュニティセンターで祭りを開催している。今後もさまざまな世代が交流できるイベントを開催するので、新しい仲間を増やしてほしい。

## 基本目標3

すべての市民が健やかに暮らせるまち（健康・福祉）



まちや もとわ  
町屋 志和 さん (東中)

**質問** けが人や高齢者なども利用しやすいように公共施設の壁や玄関に手すりを設置してはどうか。

**答弁** バリアフリーを目指すことは重要なことと考えている。今後、総合体育センターなどで調査し、手すりやベンチの設置など、誰でも利用しやすいように施設の改善を検討していきたい。



はまお みさ  
浜尾 美咲 さん (北國小)

**質問** 広報やホームページで正しい運動や料理の仕方などの健康情報を発信してはどうか。

**答弁** 市では、市民の健康づくりを進めるため、健康診査や健康講座などを実施したり、健康情報を広報やホームページなどで発信している。今後も写真や動画を活用し、効果的な情報発信に努めたい。

## 基本目標4

だれもが楽しく学び、豊かな心と文化が息づくまち（生涯学習・文化・スポーツ）



いわさき ひろたか  
岩崎 彪雅 さん (南小)

**質問** 郷土への誇りや愛着を深めるため、小・中学校で市にゆかりのある人物の講演会を開催してはどうか。

**答弁** 市では、市の発展に尽くした人々について小学校社会科の副読本に掲載したり、郷土館に展示したりするほか、地域の人や著名人による講演会を開催しているので、ぜひ見てほしい。



はたけやま さき  
畑山 紗季 さん (切田中)

**質問** 1か月に1回スポーツをする週を決めて「スポーツウィーク」を実施してはどうか。

**答弁** 市では、総合体育センターなどの運動施設の整備や小・中学校の体育館の開放などに取り組んでいる。期間を定めることは難しいが、市民がスポーツに親しむことができる環境づくりに努めたい。



小山田久市長と丸井英子教育長が答弁しました



▲ 子ども議会終了後、小山田市長、北館康宏副市長、丸井教育長と当選証書を手に記念撮影

基本目標5

地域で助け合い、災害に強く犯罪のない、安全・安心なまち（安全・安心）

基本目標6

ゆとりと潤いあふれる暮らしを実感できるまち（環境）



ほたやまたから  
畑山 宝さん（北國小）

**質問** 外国人が安心して生活できるように、外国人と交流して文化を理解する機会をつくってはどうか。  
**答弁** 市では、ホームページでの外国語による情報発信や、国際交流を推進する市民団体の活動支援に取り組んでいる。今後は海外からの観光客も含め、どのような交流ができるか考えていきたい。



ささもりなのか  
笹森 菜乃花さん（三本木中）

**質問** 犯罪の起きやすい場所を載せた「犯罪防止マップ」を作成してはどうか。  
**答弁** 市では公共施設などに防犯カメラを設置したり、地域のパトロールに取り組むなど犯罪防止に努めている。市でマップを作成することは難しいため、青森県警察が提供している防犯アプリ「まもりん」を活用してほしい。



いちかわななこ  
市川 菜々子さん（西小）

**質問** ごみの少ないまちづくりのため小・中学校で「ごみ拾いゲーム」を実施してはどうか。  
**答弁** 市内の小・中学校では、空き缶のリサイクル活動や地域のクリーン作戦など、ごみを削減する取り組みを実施している。「ごみ拾いゲーム」の良いところについても各小・中学校に紹介したい。



ほたやまゆいか  
畑山 結香さん（南小）

**質問** ごみを適切に捨ててもらおうとアートのごみ箱を設置してはどうか。  
**答弁** 市では、家庭ごみの持ち込みや野生動物がごみをあさることを防ぐため、なるべくごみ箱を設置しないようにしている。ごみを出さない工夫やごみのポイ捨て禁止など、ごみの減量とマナー向上を呼び掛けていきたい。

基本目標7

快適な暮らしや活発な経済活動を支える都市基盤が整ったまち（都市基盤）

基本目標8

地域経済社会の持続的な発展を支える強固な経営基盤が確立したまち（自治体経営）



ふせたくと  
布施 匠翔さん（三本木小）

**質問** 市が運行するバスを増やし、アンケート調査で経路などを決めてはどうか。  
**答弁** 昨年、アンケート調査を行い、本年度は市街地循環バス・西地区シャトルバスの運行本数を増やしたほか、バスのない一本木沢地域で実験的にバスを運行する。今後も市民の声を聞きながら交通の利便性向上に取り組みたい。



たかむらしゅうめい  
高村 周明さん（東中）

**質問** 運転手や歩行者の安全確保のため、東二十一番町3の交差点がある道路を広げてはどうか。  
**答弁** 対象の道路を広げて歩道を整備する事業に着手しており、本年度は道路の設計や土地、建物の調査を実施する。今後も道路環境の改善に努めていくので、皆さんにも交通ルールの遵守をお願いしたい。



おかだふゆこ  
岡田 歩結子さん（北國小）

**質問** 広報とわだに子ども向けコーナーとして、市内の小中学生が交代で豆知識クイズなどを掲載してはどうか。  
**答弁** 広報とわだでは「図書館だより」などで子ども向けの内容も掲載しているのでぜひ読んでほしい。小学生によるクイズなどの記事づくりは、教育委員会や小学校の先生と相談しながら検討したい。



いずみやまかのん  
泉山 華音さん（東小）

**質問** 大事な情報の流出を防ぎ、デジタル化を進めるために情報セキュリティを強化してはどうか。  
**答弁** 市では、情報セキュリティに関する基準を設けたり、職員向けの研修を行っている。本年度にLINEを活用した情報発信を開始する予定であり、市民が安心して利用できるようしっかりと対策したい。

# 9月21日は世界アルツハイマーデー 申問高齢介護課 ☎51-6720

世界アルツハイマーデーとは、平成6年に国際アルツハイマー病協会が、WHO（世界保健機関）と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定したもので、この日を中心にアルツハイマー病の啓発を実施しています。また、9月を「アルツハイマー月間」と定めて、さまざまな行事や取り組みが行われています。

今号では、アルツハイマー病を含む認知症の人のための取り組みを紹介します。



## 十和田市認知症高齢者等位置情報サービス利用助成事業 GPS端末利用の初期費用を助成します

認知症などにより自宅に戻れなくなる心配のある人を介護している家族などを対象に、GPS端末を利用した位置情報通知サービスの初期費用を助成します。

**対象者** GPS端末を利用する人のうち、次の①～③の条件にすべて該当する人

- ①市内に住所があり、入院や施設への入所をしていない人
- ②十和田市徘徊高齢者等支援事業に登録している人
- ③介護保険料の滞納がない人

**助成金額** 11,000円（最大）

**申請者** 対象者を介護する家族や親族など、初期費用を実際に支払う人



## 十和田市徘徊高齢者等支援事業 身元情報の事前登録をお勧めします

認知症などにより行方不明や自宅に戻れなくなる恐れのある高齢者などの情報を事前に登録しておくことで、保護されたときに身元の確認が早くできます。  
※登録した情報と写真を十和田警察署へ情報提供します。

**対象登録者** 認知症などにより行方不明になる恐れのある65歳以上の人、若年性認知症などの人

**申請者** 対象登録者本人、対象登録者の配偶者または三親等以内の親族、対象登録者が現在利用している介護サービスの提供事業者、成年後見人など

**持ち物** 申請者の認め印、対象登録者の介護保険証など本人確認できるもの、対象登録者の最近の写真  
※登録番号を記載した「みまもりキーホルダー」を差し上げます。



認知症の人の家族へ / 公益社団法人認知症の人と家族の会主催

## 「認知症の人を抱える家族のつどいin十和田」に参加してみませんか

問 公益社団法人認知症の人と家族の会 十和田地域世話人・佐々木 ☎22-1617

**対象者** 認知症の人や家族、介護経験者、介護の専門職など

**内容** 悩みや経験談を語りながら、介護の知恵を知ることができます。

**開催予定日** 9月23日、11月18日、令和6年1月20日、3月16日  
(いずれも土曜日)

**とき** 午後1時30分～3時30分

**ところ** 市民文化センター

**参加費** 無料

※申し込みは不要です。直接会場にお越しください。

※認知症の本人の前で話しにくい場合は、つどい終了後に話をするなどの対応をします。

一人で悩まず語り合うことで、  
和やかな介護にしましょう！

# 第19回十和田市すこやか長寿を祝う会 問 高齢介護課 ☎51-6720

■とき・ところ 9月26日(火) 午後1時30分～4時ごろ 市民文化センター

■内容 **1**式典

**2**アトラクション (出演者：茂久<sup>もく</sup>蓉<sup>よう</sup>会、みどり会)

**3**講演会

▶笑って！学んで！認知症を理解しよう

ー認知症の症状とその対応ー

講師 中央病院メンタルヘルス科診療部長  
竹内 淳子 医師

▶じゅんちゃん一座寸劇

姑VS嫁 絶対おまえが盗ったんだ！！  
～救急医療情報キットバージョン～



じゅんちゃん一座

※申し込み不要、どなたでも参加できます。



会場へは送迎バスをご利用ください

## 送迎バス運行時刻表

各乗車場所は、市内を運行するバス運行会社が設置している停留所など(廃止したものも含む)を利用しています。

	乗車場所	出発時刻		乗車場所	出発時刻		乗車場所	出発時刻
1号車	十和田湖診療所	11:40	2号車①※	高清水小学校	11:57	4号車	一本松停留所	12:00
	休屋(十和田湖)バスターミナル	11:42		高清水停留所	11:58		荊窪入口停留所	12:05
	下宇樽部停留所	11:47		高清水本村停留所	12:00		伝法寺停留所	12:10
	焼山停留所	12:21	2号車②	沢田停留所	12:45		大窪停留所	12:15
	奥入瀬溪流温泉停留所	12:23		二ツ家停留所	12:50		藤島停留所	12:20
	桂月橋停留所	12:24		西高通停留所	12:53		旧六日町停留所	12:35
	片貝沢停留所	12:28		下洗停留所	12:55		喜多美町集会所	12:36
	百目木停留所	12:34		新屋敷停留所	12:58		相坂コミュニティ会館前	12:45
	両泉寺停留所	12:36		三日市停留所	13:00		相坂上講会堂	12:50
	法量停留所	12:38		三日市川原停留所	13:02		旧向切田停留所	12:00
	奥瀬下川目停留所	12:42		赤沼停留所	13:05	旧下切田停留所	12:03	
	西コミュニティセンター前停留所	12:44		3号車	大沢田本村停留所	12:25	切田農協前	12:05
	奥入瀬ろまんパーク停留所	12:45	芋久保停留所		12:28	上館生活改善センター	12:10	
	上沢田口停留所	12:47	東池ノ平停留所		12:30	杉ノ木停留所	12:15	
	西高入口停留所	12:50	旧五十貫田停留所		12:36	明戸停留所	12:17	
	中楸停留所	12:55	旧小田入口停留所		12:41	平山停留所	12:20	
	佐井幅停留所	12:58	深持ふれあいセンター前		12:47	筑畑停留所	12:25	
	八郷郵便局前	13:05	深持郵便局前		12:50	赤伏停留所	12:30	
	2号車①※	洞内本村停留所	11:25		板ノ沢転作営農改善センター	12:52	館停留所	12:35
立崎停留所		11:32	旧豊栄停留所		12:57	松屋敷入口停留所	12:40	
八斗沢集会所		11:37	晴山神社前	13:05	種原公民館前	12:45		
大下内わ会館		11:48	旧七郷停留所	13:07	米田停留所	12:50		
なおや酒店		11:51						

※2号車①で来た人は、帰りのバスが3号車となります。



# 9月1日は防災の日 ～災害対策をしましょう～

問総務課 ☎51-6703

災害による被害をできるだけ少なくするためには、まずは一人一人が自分の身の安全を守ることが基本です。また、災害時のために水や食料などの備えも必要です。

8月～10月は台風や大雨の多い時期であり、災害が発生する恐れが高くなることから、事前に家庭での備えを確認し、災害発生時には、防災ラジオの情報やテレビの報道などに注意し、命を守る行動を取りましょう。

## 災害への備えをチェックしてみましょう

### 家庭での備え

- ローリングストック※で常に新しい食品を備蓄しましょう。  
※日常的に食べているレトルト食品などを少し多めにそろえ、消費した分を買い足す備蓄方法
- 室内の安全性を高め、けがを防ぎましょう。  
《例》地震の際に転倒・落下の恐れがある家具や電化製品を固定する、高い所に物を置かないなど
- 災害の危険がある場所や、自宅・学校・職場などからの最寄りの避難所と避難経路を確認しておきましょう。  
《確認方法》ハザードマップ、市ホームページなど
- 停電時でも情報を得られるように備えましょう。  
《例》停電時はテレビなどから情報が得られなくなるため、ラジオを常備しておくなど

### 非常時の持ち出し品の確認

- 災害の発生や避難する際に備え、家族構成や各家庭の事情に合わせて普段から非常時の持ち出し品を準備しましょう。
- 非常時に慌てて探すことがないように、持ち出し品は玄関など目に付く場所に置きましょう。



### 備蓄しておく物

- 懐中電灯
- ラジオ
- 電池
- ろうそく
- 簡易ガスコンロ
- 使い捨てカイロ
- 食料と1人1日3リットルの飲料水（3日分を目安に）

※年齢や性別、持病やアレルギーの有無などに応じて、日頃から家庭で使っている物を考慮し、それぞれの人に必要な物を備蓄しておくようにしましょう。



### 災害が発生したときの行動

- ▶ 慌てずに、まずは自分の身を守る行動を取りましょう。
- ▶ 防災ラジオやテレビなどから最新の情報を入手しましょう。
- ▶ 避難時には、火の始末を確認し、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切り、落ち着いて行動しましょう。

### 避難するときに持って行く物

- 貴重品…現金、印鑑、保険証、預金通帳、その他本人確認ができる物
- 衣類・洗面道具…下着、靴下、防寒具、眼鏡、洗面道具、タオル、せっけん、シャンプー、生理用品、紙おむつなど
- 水・食料品…飲料水、非常食、粉ミルクなど
- その他…懐中電灯、携帯ラジオ、電池、軍手、ライター・マッチ、ティッシュペーパー、使い捨てカイロ、雨具、救急医療品、お薬手帳、常用薬など



# 特殊詐欺に注意しましょう

市消費生活センター ☎51-6757  
十和田警察署生活安全課 ☎23-3195

昨年に比べて、県内での特殊詐欺被害の件数、被害金額が増えています。お金に絡む話でおかしいなと思ったら、**支払う前に**家族や友人、警察、消費生活センターに**相談**しましょう。

## 主な特殊詐欺の手口と防止策

### ■オレオレ詐欺

**手口** 親族や代理人をかたり「トラブルでお金が必要だ」と電話がかかってきます。

**防止策** 急かされても、**慌てず一度電話を切り、本人に確認**しましょう。



### ■還付金詐欺

**手口** 市役所などをかたり「税金や医療費などの還付金があります。携帯電話を持ってATMに行ってお金を操作してください。操作方法は携帯電話で教えます」と電話がかかってきます。

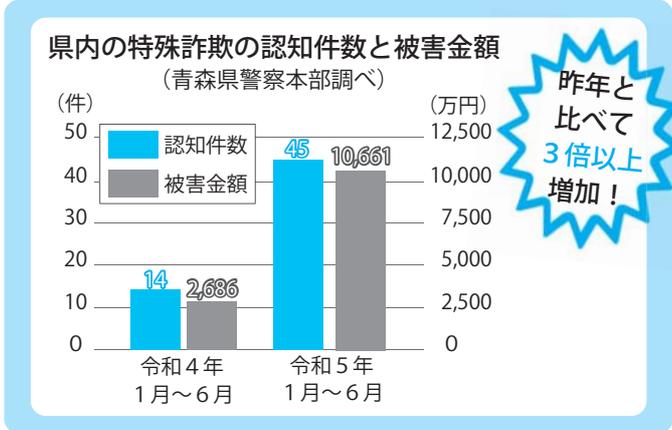
**防止策** **ATMで還付の手続きはできません。**警察や消費生活センターに相談してください。



### ■架空料金請求詐欺

**手口** 実在する会社名でメールが届きます。メールに記載された電話番号へ問い合わせると、ウェブサイトの未納料金などを請求されます。

**防止策** **身に覚えのない請求は、支払わずに警察や消費生活センターに相談**してください。また、インターネットで会社名などを検索すると、詐欺であると注意喚起されている場合もあります。



## まち・ひと・しごと 地方創生

十和田市婚活支援

検索



申問 政策財政課 ☎51-6712

NPOプラットフォームあおもり ☎017-763-5522 FAX 017-763-5523

上十三・十和田湖広域定住自立圏 婚活イベント

LOVE SO SWEETS! 2023

～上十三・十和田湖エリアのスイーツを楽しもう!～

スイーツを楽しみながら交流できる婚活イベントを開催します

**とき** 10月22日(日) 午後3時～5時30分

**ところ** 市民交流プラザ「タワーレ」 多目的研修室2・3

**対象** 20歳以上の独身の人(学生は除く)

- ▶ 男性は上十三・十和田湖広域定住自立圏\*に住んでいる人
- ▶ 女性は居住地を問いません。

**定員** 男女各10人(申し込み多数の場合は抽選)

**参加費** 無料

**申込期限** 10月13日(金)

\*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、秋田県小坂町



▲詳しい内容や申し込みはこちら

# 「秋の交通安全運動フェスティバル in とわだ」を開催します

問まちづくり支援課 ☎51-6777 十和田警察署警務課 ☎23-3195

## 秋の全国交通安全運動（9月21日(木)～30日(土)）

この運動は、交通事故防止の徹底を図ることを目的に内閣府などが実施しているもので、広く国民に交通安全思想の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けるとともに、国民自身による道路交通環境の改善に向けた取り組みを推進します。

市では、本運動に合わせて十和田警察署と「秋の交通安全運動フェスティバル in とわだ」を共催します。



## 秋の交通安全運動フェスティバル in とわだ（9月21日(木)）

### 1部

時間 正午～午後1時

ところ 市役所前広場（本館と別館の間）

内容 ▶県警察音楽隊による「昼の憩い ミニコンサート」 ▶カトリック幼稚園児によるパフォーマンス ▶自転車ヘルメットかぶり隊（十和田警察署）によるパフォーマンス ▶十和田市セーフコミュニティ領域別対策部会による広報活動

### 2部

時間 午後2時30分～4時

ところ イオンスーパーセンター十和田店

内容 ▶県警察音楽隊による演奏 ▶交通事故防止・特殊詐欺防止の広報活動 ▶十和田市セーフコミュニティ領域別対策部会による広報活動 ▶交通安全運動出動式



## SDGs～持続可能な社会を目指して～ Vol.18

問政策財政課 ☎51-6712

市では、持続可能な社会を目指してSDGsの取り組みを進めています。今号では、世界共通の17のゴール（国際目標）のうち、ゴール17の達成に向けて一人一人ができることなどを紹介します。



### ゴール17 パートナーシップで目標を達成しよう

SDGsのゴールは幅広い分野にわたっており、取り組むべきことがたくさんあるため、1人で達成することはできません。国、団体、個人など、世界中のさまざまな立場の人が協力し合い行動することで、初めて目標達成へと近づきます。これが「パートナーシップ」です。

一人一人がゴールの達成に向けて行動するためには、世界や日本にどのような問題があるのか、またその問題がどのゴールと関係しているのかを知ることが大切です。日常生活における小さな心がけや取り組みと、ゴールとのつながりを理解することで、個人や地域で取り組めることが見えてきます。

ゴール17「パートナーシップで目標を達成しよう」では、世界中の国や人がパートナーシップを組んで積極的にSDGsに参加することを目標としています。

### SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



SDGsは、令和12（2030）年までに達成を目指す世界共通の目標です。私たち子どもたちの未来のために、一人一人ができることを考えて、少しずつでも行動してみよう。

# 子どもと大人のパートナーシップ時代

## ～子ども参加の学校・社会づくりを考える～



講師 <sup>おぎ</sup> <sup>なおき</sup> 尾木 直樹さん

とき 9月23日(土) 午後1時 開場  
午後2時～ 「あいさつ・読書標語」「友達川柳」表彰式  
午後2時30分～3時40分 講演会

ところ 市民文化センター

申し込み方法 電話、FAXまたは電子申請システムで氏名と電話番号をお知らせください。

申込期限 9月21日(木) ※手話通訳や車いすなどのお手伝いが必要な人は9月11日(月)までにお申し込みください。

▼電子申請システムはこちら



### 講師紹介

教育評論家、法政大学名誉教授、臨床教育研究所「虹」所長。中学校・高校教師として、22年間子どもを主役としたユニークで創造的な教育実践を展開、その後法政大学教授など大学教育に携わる。「尾木ママ」の愛称で親しまれ、多数のテレビ番組で活躍中。

第7講座は11月30日(木)に実施します。

▶市民カレッジの講座一覧を市ホームページに掲載しています。



北里大学公開講座実行委員会（北里大学獣医学部内）☎23-4371

## 北里大学公開講座 いのちと環境を科学する2023（全8回）

とき 午後6時30分～8時

※受講料無料、申し込み不要です

ところ 北里大学獣医学部111教室

第6回	9月7日(木)	 <p>動物健康情報学 講師 たかぎし きよひこ 高岸 聖彦さん</p>	<h3>生殖技術の進歩とヒトの生殖補助医療</h3> <p>最近の新聞やテレビでは、体外受精、代理出産、卵子凍結など、生殖関係のさまざまな先端技術が紹介されています。本講座では、生殖関連技術が、医学領域でどのくらい実用化されており、人間の将来にどのように関わってくるのか、社会環境や倫理面を含めて紹介します。</p>
第7回	9月14日(木)	 <p>獣医生化学 准教授 よしかわ やすなが 吉川 泰永さん</p>	<h3>どうやって細胞はがん化するのだろう？～細胞の分子生物学～</h3> <p>動物であろうと植物であろうと体のあらゆる所は細胞で構成されています。体の場所によりさまざまな種類の細胞から成り、常に正常な状態を保とうとしています。一方でがん細胞は、正常な細胞に由来しますが、異常に増えてしまいます。本講座では、正常な細胞の機能を解説した後どのようがん細胞になり得るのかをお話しします。</p>
第8回	9月21日(木)	 <p>環境解析学 助教 おおいで あやこ 大出 亜矢子さん</p>	<h3>カメラで環境を測ってみよう</h3> <p>十和田八甲田地域の溪流や湿原群などに着生する<sup>せんたい</sup> 藓苔類は、微細な環境変化に鋭敏に反応する汚染指標生物です。ただしヒトの目でその活性度を評価することは技術的に難しいといわれます。本講座では、写真やスペクトルなどの光学的方法を用いて藓苔類を見ることで、その環境について、どの程度、何が分かるかについて紹介します。</p>

※第8回講座終了後に閉講式を行います。

# のうぎょうと 農業委員会 第46号

岡農業委員会事務局  
☎51-6740



## 新体制がスタートしました

6月の市議会定例会で同意された19人が、7月20日付けで小山田久市長から農業委員に任命されました。引き続き開催された総会で農業委員の互選により、箕輪展忠会長と外山康仁会長職務代理者が選出されました。

また、農地利用最適化推進委員14人を委嘱し、新体制の農業委員会がスタートしました。任期はいずれの委員も令和8年7月19日までです。

農業委員は、農地の賃借・売買、農地転用許可などについて総会で審議を行います。農地利用最適化推進委員は、担当区域において農地パトロールや新規参入の支援などを行います。

農業委員と農地利用最適化推進委員は密接に連携し、農地などの利用の最適化を推進していきます。

### 会長就任の挨拶



みのわのぶただ  
箕輪 展忠

改選に伴い、7月20日に開催された総会において、新たに会長に選出されました。

以前から叫ばれている高齢化と人口減少が本格化する中で、労働力の確保と優良農地を次世代に継承していくことが課題となっております。農業委員会では、農地利用の最適化を推進し、担い手への農地の集積・集約化、遊休農地の発生防止・解消、新規参入の促進を柱として、関係機関と連携しながら活動してまいります。

今後とも、皆さまからご指導、ご協力をいただきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

## 農業委員・農地利用最適化推進委員の主な活動を紹介します

農業委員・農地利用最適化推進委員は、農業従事者や消費者の立場から魅力ある農業を目指し、地域農業の発展に努めています。

主な活動は以下の通りです。

- ▶ 農地パトロールの実施
- ▶ 農業従事者と農地の実情・意向の把握と記録
- ▶ 農業従事者からの相談対応、経営継承の支援
- ▶ 農地の利用・権利関係の調整・あっせん
- ▶ 農業者と地域に根差した農政活動
- ▶ 農業者年金の加入推進
- ▶ 移動農業委員会の開催、農業情報の提供
- ▶ 地域計画の集落座談会への参加、個別相談



移動農業委員会の様子

農地パトロールの様子



# 委員の紹介

農業のことならお気軽にご相談ください。

※お問い合わせは農業委員会事務局まで。

## 大深内地区



芋田 一弘 立崎 和寿



斗沢 信一 大平 靖四郎

## 東部地区



小田 正喜 山端 潤一

## 深持地区



沢目 勝弘 中野 雄一郎 古谷 朝直

## 三本木地区



脊戸 潤子 山崎 誠一 米内山 義治 山端 敏行

## 十和田湖地区



沢井 清治 奥山 博 外山 康仁 白山 雄治郎 中屋敷 光男

## 藤坂地区



稲田 優憲 竹浦 寿広 市崎 貴之



## 切田地区



山田 利昭 杉山 秀明 若沢 弘幸 田中 稔

## 六日町地区



箕輪 展忠 平館 龍徳

## 四和地区



米田 拓実 力石 堅太郎 工藤 優美子

## 伝法寺地区



小笠原 松寿 野崎 さち子 小笠原 一成

農業委員

農地利用  
最適化  
推進委員

# 公式ポスターデザイン募集!

申問 第80回国民スポーツ大会準備委員会事務局 (県国  
スポ・障スポ局総務企画課内) ☎017-734-9184

県では、令和8年に開催する「青の煌めきあおもり国スポ (第80回国民スポーツ大会)」および「青の煌めきあおもり障スポ (第20回全国障害者スポーツ大会)」の公式ポスターデザインを募集します。

**募集作品** 統一感のあるポスターデザインとするため、①②いずれも2点1組でご応募ください。①②を合わせた4点での応募も可能です。



**1**

- ▶青の煌めきあおもり国スポ用
- ▶青の煌めきあおもり障スポ用

2点1組

**2**

- ▶青の煌めきあおもり国スポ冬季大会 (スキー) 用
- ▶青の煌めきあおもり障スポ冬季大会 (スケート・アイスホッケー) 用

2点1組

**応募資格** 県内に在住・在学・在勤の人、またはその経験がある人  
※個人・グループ・部活動・サークル活動、法人、プロ・アマを問いません。

応募方法など  
詳しくはこちら

**応募期間** 9月1日(金)~令和6年1月31日(水) ※当日消印有効

**賞および賞金**

最優秀賞 (2組)	優秀賞 (6組)
賞状・副賞、賞金 20万円	賞状・副賞、賞金 3万円
※参加賞 (応募者全員) 大会グッズ	



青の煌めきあおもり  
国スポ・障スポホームページ

## ぐるっとNAVI



### ~上十三・十和田湖広域定住自立圏情報~

上十三・十和田湖広域定住自立圏内のイベント情報をお届けします♪



#### 三沢市 三沢基地航空祭

とき 9月10日(日)  
ところ 三沢基地内  
※詳細は三沢基地ホームページ  
でお知らせします。  
問 航空自衛隊三沢基地 第3航空団司令部管理部  
広報班 ☎ 53-4121 (内線 4998)



#### MISAWA BBQジャンボリー2023 ~地産地消みさわ~

とき 10月8日(日)  
午前9時45分~午後3時30分  
ところ 道の駅みさわ 斗南藩記念観光村  
※詳細は三沢市観光協会ホームページを  
ご確認ください。  
問 (一社) 三沢市観光協会 ☎ 59-3009



#### 六ヶ所村 村治佳織ギター・リサイタル

とき 9月23日(土)  
午後2時30分開演 (午後2時開場)  
ところ 六ヶ所村文化交流プラ  
ザ・スワニー  
プレイガイド スワニー・ショッ  
ピングモール REEV・六ヶ所村特  
産品販売所六旬館・六ヶ所村立  
屋内温水プールろっぷ、ローソ  
ン (Lコード: 20004)  
申問 六ヶ所村文化交流プラザ・  
スワニー ☎ 0175-72-3400



#### おいらせ町 問おいらせ町商工観光課 ☎ 0178-56-4703

##### おいらせ百石まつり

とき 9月15日(金)~18日(月)  
ところ 本町地区周辺、おい  
らせ町中央公園

##### おいらせ下田まつり

とき 9月22日(金)~24日(日)  
ところ 下田駅前、三田地区  
周辺

#### 小坂町 ワイナリー創業祭

とき 10月7日(土)、8日(日)  
ところ 明治百年通り「国際交流広場  
特設テント」  
問 小坂七滝ワイナリー創業祭事務局  
☎ 0186-29-5522





～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

# 更生保護ボランティア“十和田地区更生保護女性会”

〒十和田地区更生保護女性会・東 ☎22-5721



## 「更生保護」って、どんな活動？

犯罪や非行に陥った人たちに対し、社会の中で立ち直りに向けた指導や支援を行うことにより、再犯を防ぐとともに、社会復帰と自立を助ける活動です。



## 「更生保護女性会」のこと

戦前から少年保護などを行っていた女性団体が前身となり、戦後、犯罪や非行に陥った子どもたちを母性と慈しみをもって救おうと、全国各地で結成されました。以来、更生保護女性会は60年以上にわたり、全国の地域社会に根差して活動しています。青森県には22地区に団体があり、十和田地区更生保護女性会もそのうちの一つです。

十和田地区更生保護女性会では、更生保護への理解と協力を得るための活動や、立ち直りの支援を行っています。また、次世代を担う青少年の健全な成長を願って、非行防止、健全育成や子育て支援も行っています。



十和田地区更生保護女性会の皆さん

## 十和田地区更生保護女性会

昭和45年に結成されて以来、53年間にわたり市内を中心に活動している団体です。現在は、28人の女性会員が参加しています。

令和4年12月に、これまでの地域社会での活動が評価され「厚生労働大臣賞」を受賞しました。

十和田地区更生保護女性会の活動や、活動を通して感じていることについて、会長の東さんへお話を伺いました



十和田地区更生保護女性会  
会長 東 静 さん

## 奉仕活動で感じた「普通の人」

県内の更生保護女性会が持ち回りで行っている活動の中に、月に1回程度、更生保護施設での奉仕活動があります。施設で生活している人たちにご飯を作り、一緒に食べて、おしゃべりをします。

はじめは「刑務所から出所した人だ」と多少怖さを感じるかもしれませんが、一緒に食事をして、会話をすると、彼らも「普通の人」なのだと分かります。「おふくろの味が久しぶりだった」なんて感想もいただきました。彼らと実際に会って、ご飯を食べて、他愛もない話をするのが、彼らへの理解や、社会の中での立ち直り、自立につながると思います。

## 「ひまわり」に思いを込めて

太陽に向かって花を咲かせるひまわりには、いつも温かく見守っているようなイメージがあり、更生保護のシンボルマークだと私たちは考えています。「見守っているよ」という思いを込めて、私たちはひまわりのプローチを手作りして、活動の際に身に付けています。

## 私たちが知ってもらうために

私たちは、社会を明るくする運動や、市社会福祉協議会が主催する夏休み子どもの居場所づくり「寺子屋」への協力、大会への参加など更生保護に関わる活動のほか、発表会で健康ダンスを踊るなど、私たちが身近に感じてもらえるよう、さまざまな場面で活動しています。

これから行われる秋まつりや、東コミュニティセンターまつりにも参加して、活動をPRする予定です。

## 楽しんで活動することで「地域のチカラ」になりたい

お互いが参加できる範囲で、楽しみながら活動することが、次へつながる力になると思っています。私たちの活動に興味がある人は、ぜひご連絡ください。一緒に、明るい地域社会をつくっていきましょう。



活動の様子



## サテライト会場 space 展覧会「三野新 <sup>みのあらた</sup> 外が静かになるまで」

三野新は、土地や風景の歴史、人々の記憶を読み解いて戯曲を書き、さらにそれを身体的なパフォーマンスや写真・映像と組み合わせたインスタレーションへと展開するなど、領域横断的な表現活動を行ってきました。

以前から日本に駐留する米軍の存在へと関心を寄せ、沖縄を題材とした作品も発表してきた三野は、今回、同じく米軍基地を擁する青森県三沢市へのリサーチを行いました。本展では、リサーチから新たに書き起こした戯曲を、インスタレーションとして発表する予定です。



**とき** 9月16日(土)～12月17日(日) 午前10時～午後5時  
※毎週月曜日(祝日の場合はその翌日)は休館日です。

**会場** space (西三番町 18-20)

**観覧料** 無料

### ◆アーティストトーク

**とき** 9月16日(土) 午後2時～3時  
**ところ** 美術館 市民活動スペース

～市民無料デーに合わせて開催～

### ◆対話型鑑賞プログラム げんびさんぽ

美術館スタッフと一緒に常設展示作品を鑑賞します。

**とき** 9月10日(日) 午前11時～正午

**鑑賞作品** チェ・ジョンファ 《フラワー・ホース》

**定員** 20人(要予約・先着順)

**集合場所** 美術館 エントランス

### ◆9月10日(日)は常設展示市民無料デー

マイナンバーカード、運転免許証など住所が確認できるものを受付に提示してください。

### ◆館長鷲田めるろによる常設展ギャラリートーク

**とき** 9月17日(日) 午前11時～正午

**定員** 10人(要予約・先着順)

**集合場所** 美術館 エントランス

**料金** 無料 ※常設展チケットが必要です。

## 十和田市食生活改善推進委員会 おすすめレシピ Vol.14 健康増進課 ☎51-6791

市民の皆さんが元気な生活を送るため、栄養や食生活の改善や普及を図る十和田市食生活改善推進委員会が、おすすめレシピを紹介します。今回は **簡単・お手軽** ▶ゆかりチャーハン◀ です。



### 材料 (2人分)

ご飯	300g
豚ひき肉	80g
ゆかり	2.5g
サラダ油	小さじ1
コショウ	適量

### 作り方

- ① フライパンを熱し、油をひき、豚ひき肉を炒める。
- ② 火が通ったら、ご飯、ゆかりを入れ、炒める。
- ③ コショウを振り、味を調える。

疲れた体にもやさしい  
さっぱりとした味付けです

### ● 1人分の栄養価

エネルギー 374kcal、タンパク質 11.1g、脂質 9.8g、炭水化物 55.8g、食物繊維 0.5g、カルシウム 7.0mg、食塩相当量 1.2g

## あなたの街の

# 法律相談

～第69回～



市民の皆さんの身近な事柄を取り上げ、法律の面から弁護士が解説します。今回は「古い抵当権の抹消手続」です。

問まちづくり支援課 ☎51-6777

**Q** 私が相続した土地に知らない人の抵当権が設定されていました。いずれこの土地を処分したいと思いますので、今のうちにこの抵当権を抹消しておきたいのですが、どうすればいいでしょうか。

**A** 通常、抵当権の登記を抹消するためには、抵当権者を登記義務者、土地の所有者を登記権利者として、管轄の法務局で抵当権抹消の登記申請を共同で行います。抵当権者

が既に亡くなっている場合には、その相続人を登記義務者として共同で登記申請を行います。

**Q** 抵当権を抹消することについて抵当権者の協力が得られない場合にはどうすればいいでしょうか。

**A** 被担保債権（抵当権により担保している債権）が弁済や時効で既に消滅している場合には、その抵当権は無効です。そこで、裁判所に抵当権の抹消登記手続請求訴訟を提起して抹消登記手続を命ずる判決を得ることにより、単独で抹消登記申請をすることができます。

**Q** 登記を確認したところ、抵当権が設定されたのは100年以上前のことでした。このような古い抵当権の場合にはどうすればいいでしょうか。

**A** これだけ古い登記ですと、抵当権者の相続人を調査して相続人に協力を求めることも難しい

と思われます。そこで、このような場合には休眠担保権の抹消手続の利用を検討します。

**Q** 休眠担保権の抹消手続とはどのような制度ですか。

**A** 休眠担保権の抹消手続とは、①登記義務者の行方が知れず、②被担保債権の弁済期から20年を経過し、③その期間を経過した後に債権・利息・損害金の全額に相当する金銭を供託し、①②③の要件を証明する書面を添付することで、土地の所有者が単独で法務局で抵当権の抹消登記を申請することができる制度です。債権全額を供託する必要がありますが、当時と今とは貨幣価値が違うので、それほど多額にはならない場合も多いでしょう。

(文責 弁護士 橋本 明広)  
弁護士法人青空と大地  
☎21-5162

すべての人が輝くまちの実現をめざして

問総務課 ☎51-6702



## 男女共同参画

お互いのことを分かり合うために

～〇〇さん一家のある週末のお話～

〇〇さんは専業主婦で、夫と2人の子（4歳と1歳）の4人家族です。  
ある日…



オレは日曜日、仕事だよ

じゃあ私、子どもたちをピクニックに連れて行こうかな



うん、わかった

日曜日の朝、〇〇さんはピクニックの準備をし、出掛けようとしてました。

行ってきまーす！



「××××××××」

さて、ここで問題です。夫はこの時、何と言ったでしょう。



①楽しんでおいで！ ②あれ、オレの飯は？  
③一緒に行けなくてごめんね ④その他

では、あなたが夫なら何と言いますか。また、あなたが〇〇さんなら、何と言ってほしいと思いますか。ご自身の性別にかかわらず、両方の立場で想像してみてください。

モヤッ

オレは今日仕事に行くんだから、朝食くらい作ってくれてもいいだろう



私一人で小さな子どもたちを連れて出掛ける大変さを分かっ  
てほしい。せめて自分のことは自分でやってくれないかな…



モヤッ

モヤッ

ちなみに、この時の夫の答えは②でした。

もしもあなたに似たようなことが起こった場合、お互いのすっきりしない気持ちを解決する方法はありますか。

市では「すべての人が輝くまちづくり」を推進しています。まずはご自身や家族が輝くため、お互いの思いを伝え合うなど、小さな取り組みから始めてみませんか。

# お知らせ

## ❖十和田市役所の住所

〒034-8615  
十和田市西十二番町6番1号  
※土・日曜日、休日は閉庁

## ❖市ホームページ

<https://www.city.towada.lg.jp/>

QRコードはこちら▶

QRコードは関デンソーウェブの登録商標です。



## ❖お知らせの表記

☎…申込先

☎…問い合わせ先

※費用の記載がないものは無料です。  
乱丁・落丁がある場合はお取り換えしますので、ご連絡ください。

# 暮らし

## 中小企業退職金共済制度

独立行政法人勤労者退職金共済機構では、中小企業退職金共済法に基づき、中小企業の振興と従業員の福祉の増進を図るため、中小企業退職金共済制度を運営していますので、まずはご相談ください。

☎中小企業退職金

共済事業本部

☎03-6907-1234

ホームページはこちら▶



## マンモサンデー（乳がん検診）を実施します

中央病院では、平日に時間が取れない女性のために、休日に乳がん検診を年1回実施します。

とき 10月15日(日) 午前9時～正午  
ところ 中央病院健診センター

内容 マンモグラフィー

費用 4,100円

※本市発行の割引クーポンと助成制度を利用できます。

定員 45人（先着順）

申込期限 9月29日(金)

申し込み受付時間 午前10時～午後3時

※既に市へ乳がん検診の申し込みをした人は受診できません。

☎☎中央病院健診センター

☎23-5763

## 相続登記が義務化されます

令和6年4月1日から、相続登記の申請が義務化されます。義務化以前に発生している相続は義務化の日から、それ以降に発生した相続は相続が発生したことを知った日から、3年以内に相続登記の申請が必要です。

また、正当な理由なく申請を怠った場合は、10万円以下の過料が科せられることがあります。  
※詳しくは、法務省ホームページでご確認ください。

☎青森地方法務局十和田支局

登記部門担当 ☎23-2424



法務省ホームページ  
はこちら▶

## 定期労働相談会

労働者と事業主との間に生じた労働問題（解雇・賃金引き下げ・長時間労働・パワハラなど）について、青森県労働委員会委員が相談に応じます。

とき	ところ
9月5日(火) 13:30～15:30	青森県労働委員会（青森市新町2丁目2-11 東奥日報新町ビル4階）
9月24日(日) 10:00～12:00	
10月3日(火) 13:30～15:30	

☎☎青森県労働委員会事務局 ☎017-734-9832 FAX 017-734-8311

## ◆マイナンバーカード臨時窓口

とき 9月16日(土)、24日(日)

ところ 市民課（来庁の際は本館東側出入口をご利用ください）

※マイナンバーカード交付・申請サポートとマイナポータルでの健康保険証利用申し込みなどの支援以外の業務は行いません。

**要予約** マイナンバーカードの受け取り

定員 各日60人程度（先着順） 予約方法 電話または窓口（代理人可）

受付時間 午前8時30分～正午

※予約時に希望時間、来庁予定者の氏名などを確認します。

**予約不要** 顔写真撮影（無料）、マイナンバーカードの申請サポート

受付時間 午前8時30分～10時30分

## ◆マイナンバーカード出張申請

出張予約専用 ☎23-0781

とき	時間	ところ
9月4日(月)～8日(金)	9:30～12:30	スーパーカケモ西金崎店
9月11日(月)～15日(金)		スーパーカケモ三小通り店
9月19日(火)～22日(金)	10:00～13:00	ヤマヨ十和田店
9月25日(月)～29日(金)	10:00～12:30	ヤマダデンキ（テックランドNew十和田店）

## マイナポイント第2弾の 申込期限は9月30日(土)です



マイナちゃん

☎市民課

☎51-6755

### ◆必要な物

◇マイナンバーカード臨時窓口・出張申請いずれも

▶本人確認書類（運転免許証、または保険証と診察券の2点など）

※本人確認書類をお持ちでない場合は受け付けできません。

※15歳未満の人は同じ世帯の法定代理人も同伴してください。

◇マイナンバーカード臨時窓口

▶マイナンバーカードの受け取り後、マイナポイントの申し込みをする人

（2月末までにカードの申請をした人）

キャッシュレス決済サービスの情報、口座情報が分かるもの

▶公金受取口座の登録をする人

口座情報の分かるもの

あなたの国民年金を増やしませんか

■任意加入制度

老齢基礎年金を満額受け取るには、20歳～60歳の40年間保険料を納付する必要がありますが、40年に満たない場合、60歳から65歳まで任意加入をして納めることで、年金額を増やすことができます。また、海外に住所を置いている期間は年金を納める義務はありませんが、任意で納めることができます。(令和5年度保険料月額16,520円)

■付加年金制度

国民年金を納めている人は、毎月の保険料に付加保険料(月額400円)を上乗せして納付することで、将来の老齢基礎年金に付加年金が加算されます。ただし、国民年金基金加入中の人は対象外です。  
※いずれの制度もすでに老齢基礎年金を受給している人は対象となりません。

申問 八戸年金事務所 ☎ 0178-44-1742  
市民課 ☎ 51-6753

インターネット公売の実施

県では、動産や不動産などの差押財産について、KSI官公庁オークションを利用して売却するインターネット公売を実施しています。参加方法、公売日程などの詳細については、県ホームページをご覧ください。

申問 上北地域県民局納税管理課  
☎ 22-8111 (内線) 211-212・213・214

ホームページは  
こちらから▶



年金生活者支援給付金の新たな対象者は請求書の提出が必要です

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するため、年金に上乗せして支給されるものです。新たに年金生活者支援給付金の対象になる人には、日本年金機構から請求書(はがき型)が届きますので、請求書を提出してください。

対象 ①老齢基礎年金を受給し、次の要件を全て満たす人  
▶65歳以上 ▶世帯全員が市民税非課税 ▶年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下  
②障害基礎年金・遺族基礎年金を受給し、次の要件を満たす人  
▶前年の所得が約472万円以下(対象者に扶養親族がない場合)

請求方法 9月上旬から順次、日本年金機構から通知が届きますので、同封のはがきに必要事項を記入の上、返送してください(令和6年1月4日までに手続きが完了すると、令和5年10月分からさかのぼって受給できます)。※これから年金を受給し始める人は、年金の請求手続きと併せて市民課または八戸年金事務所で行ってください。

申問 八戸年金事務所 ☎ 0178-44-1742  
市民課 ☎ 51-6753

給付金専用ダイヤル(ナビダイヤル) ☎ 0570-05-4092



令和5年住宅・土地統計調査 <10月1日実施>

住宅・土地統計調査は、我が国の住宅・土地の現状を明らかにする5年に1度の統計調査です。

調査結果は、今後の住宅・土地政策に欠かせない基礎データのほか、最近の社会・経済課題に対応するための詳細なデータとして活用されます。

市では約2,500世帯を対象に行われます。調査対象として選定された世帯には、9月～10月に調査員が伺いますので、インターネットまたは紙の調査票での回答をお願いします。

なお、回答の内容は、統計法によって厳重に保護されますので、安心してご回答ください。  
※調査員は、調査員証を携帯して訪問します。

問情政策課 ☎ 51-6711

三八上北国有林の森林計画に関する住民懇談会

次期5年間の「三八上北国有林の森林計画」の策定に当たり、地域住民の皆さんから森林づくりなどに関するご意見をお聞きます。

とき 11月28日(火)

午後1時30分～4時

ところ 市民文化センター

定員 20人

(応募多数の場合は抽選)

申込期限 9月29日(金)

午後5時必着

申問 三八上北森林管理署・船津

☎ 23-3551

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係 ☎ 51-6702

**証明書がコンビニでも取得**できます

マイナンバーカードを使って、市が発行する証明書をお近くのコンビニなどで取得できます。

利用時間 **6:30~23:00** (各店舗の営業時間内※年末年始は除く) 令和6年9月31日まで 市役所窓口より200円お得!

<p>【利用できる店舗】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●セブンイレブン ●ファミリーマート</li> <li>●ローソン ●ミニストップ</li> <li>●マックスバリュ ●ユニバース ほか</li> </ul>	<p>【取得できる証明書】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●住民票の写し ●印鑑登録証明書</li> <li>●戸籍証明書 ●戸籍の附票の写し</li> <li>●課税証明書</li> </ul>
--	--

移住ポータルサイト「日々コレ十和田ナリ」

This Cherished Life.  
あなたらしい暮らしが  
ここ「とわだ」にあります。

- ・十和田市の魅力や暮らしの情報を発信
- ・移住者インタビュー記事を随時更新
- ・移住支援情報を掲載
- ・十和田市の風景が楽しめる画像を毎月更新

## 事業系ごみは適正に処理しましょう

会社・工場・事業所・店舗などから排出されるごみは、個人事業の場合も含め、規模の大小にかかわらず「事業系ごみ」になります。「事業系ごみ」は、法律により事業者自らの責任で適正に処理しなければなりません。

また、町内会や地域住民、アパートで管理しているごみ収集所は家庭ごみ専用です。「事業系ごみ」は出さないでください。

### 事業系ごみの分類と処分方法

▶**産業廃棄物**（廃プラスチック類、金属くず、汚泥など廃棄物処理法に定められた20種類のもの）

#### ▷処分方法

産業廃棄物処理施設へ自己搬入、または産業廃棄物収集運搬許可業者へ依頼

▶**事業系一般廃棄物**（産業廃棄物以外のごみ）

#### ▷処分方法

広域事務組合へ自己搬入、または一般廃棄物収集運搬許可業者へ依頼

☎（事業系一般廃棄物について）

まちづくり支援課 ☎ 51-6726

十和田地域広域事務組合 ☎ 28-2654（産業廃棄物について）

三八地域県民局 ☎ 0178-27-5111

## 「解決の糸口を見つけにいこう！」 相談会の開催

専門のスタッフや弁護士が「お金や暮らし」に関する悩みなどについて聞き取りし、一緒に解決の糸口を見つけます。

とき 9月30日(土)

午前10時～午後4時（要予約）

ところ 信用生協八戸事務所  
（八戸市一番町1-2-14 NIビル3階）

相談内容 多重債務、遺産相続、不動産売買、税金等公共料金の滞納、DV・離婚問題、その他暮らしに関する悩み事

☎ 信用生協八戸事務所

☎ 0120-102-084

## 暮らしとこころの無料法律相談会

とき 9月11日(月)～15日(金)

ところ 最寄りの地域の法律事務所

相談内容 多重債務、労働問題、離婚、DV、いじめなど生活や心の悩みに関する相談

予約受付期間 9月1日(金)～8日(金)

午前9時～午後5時（平日のみ）

※予約時に「暮らしとこころの相談希望」と伝えてください。

※予約受け付け後、地域の担当弁護士から日程調整の連絡があります。

☎ 青森県弁護士会事務局

☎ 017-777-7285

## こころと暮らしの相談会

問題解決に向け、生活困窮者自立相談支援員などと保健師が対応します。一人で悩まずどんな些細なことでもお話してください。

とき 9月12日(火) 午後5時～8時

ところ 保健センター

対象 こころや経済・生活についての悩みを相談したい人

※直接会場にお越しください。

☎ 健康増進課 ☎ 51-6791

## 宝くじ助成金で備品を整備しました



（一財）自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業を活用し、次の団体が備品を整備しました。

地域の拠点施設の機能の強化が図られ、高齢者や住民が憩う集いの場の充実、地域コミュニティ活動の活性化が期待されます。

### ◆西十四番町町内会◆

エアコン、照明器具、和机ほか

☎ まちづくり支援課 ☎ 51-6725

## 八戸盲学校・八戸聾学校 協働 相談支援センター サテライト教室のお知らせ

盲学校・聾学校教員が「見え、聞こえ、ことば、発達」などに関する相談支援を無料で行います。

とき 9月14日(木)

午後1時30分～4時30分

ところ 教育研修センター

対象 乳幼児～成人（家族や担任の先生も可）

※事前に予約が必要です（保健センターに申し込み用紙があります）。

☎ 八戸盲学校・八戸聾学校相談支援センター ☎ 0178-43-3962

FAX 0178-43-3942

## 自死遺族のつどいのご案内

このつどいは「誰かに話を聞いてほしい」「話をしたい」ときに安心して話せる語り合いの場です。

その場において、お話を聞くだけでも構いません。

とき 9月10日(日)

午後1時30分～3時30分

ところ 八戸ユートリー  
4階研修室

☎ 青森県立精神保健福祉センター

☎ 017-787-3951（完全予約制）

## 「法の日」週間 記念行事を開催します

とき 10月12日(木) 午後1時30分～4時ごろ（午後1時10分から受け付けを開始します）

ところ 青森地方裁判所  
（青森市長島1丁目3-26）

内容 裁判員模擬裁判

定員 30人程度（先着順）

申し込み受付時間

午前9時～午後4時30分（平日のみ）

※9月25日(月)から申し込みできます。

☎ 青森地方裁判所事務局総務課

☎ 017-722-5421

ハロウィンジャンボ5億円  
（1等3億円・前後賞各1億円合わせて）  
ハロウィンジャンボミニ5,000万円  
（1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて）  
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。  
9月20日(水)2種類同時発売!  
発売期間 9/20◎～10/20◎  
抽せん日 10/27◎  
公益財団法人青森県市町村振興協会 各1枚 300円

## 募 集

### 新紙幣発行記念イベント市民委員会の委員を募集します

市にゆかりのある偉人の肖像を使用した新紙幣の発行記念イベントに、市民の皆さんの意見を反映するため、委員の一部を募集します。

**応募資格** 4月1日現在で18歳以上の市内在住者で、委嘱期間中に市外へ転出する予定がない人

**募集人数** 若干人

**任期** 委嘱の日から委員会終了まで（9月下旬から令和6年3月下旬までの平日の日中に2回程度開催予定）

**報酬** 日額6,000円（所得税控除前）

**応募方法** ①②を郵送、メール、FAX、持参のいずれかにより提出してください。

①応募動機を400字程度にまとめたもの②任意様式に住所・氏名（ふりがな）・年齢・性別・職業・電話番号を記入したもの

**応募締切** 9月15日（金）午後5時必着

**申問政策財政課** ☎ 51-6710

FAX 24-9616

メール seisakuzaisei@city.towada.lg.jp

### 未活用の市有財産について活用アイデアを募集しています

市では、未活用となっている市有の土地・建物について、民間事業者による事業化の可能性など市場性を把握し、今後、市が検討する方針や公募条件の参考とするためのサウンディング型市場調査を実施しています。

市有地を取得しての利活用などに興味のある事業者のご提案をお待ちしています。

**受付期限** 9月15日（金）

※詳しくは市ホームページをご覧ください。ただか、お問い合わせください。

**申問管財課** ☎ 51-6707

ホームページはこちら▶



### 障害者を対象とした 会計年度任用職員（事務補助員） の登録を受け付けします

**対象** 高卒以上の人

**登録期間** 令和6年3月31日まで

**勤務時間** ①②のいずれか

①午前9時～午後5時

②午前9時～午後4時

**報酬** ①月額139,600円～149,600円  
②時給922円～985円

**面接試験** 9月29日（金）

※詳しくは申し込み時にお知らせします。

**申込期限** 9月26日（火）必着

**申し込み方法** 登録申込書に必要事項をご記入の上、障害者手帳の写しを添えて、持参または郵送により提出してください。

※詳しくは募集要項をご覧ください。

※募集要項と登録申込書は総務課に備え付け、または市ホームページに掲載しています。

**申問総務課** ☎ 51-6705

### 令和6年4月採用 市社会福祉協議会職員募集

**募集職種・採用人数** 一般事務  
1人程度

**申込期間** 9月11日（月）～10月5日（木）

**申問市社会福祉協議会**  
☎ 23-2992

詳しくはこちら▶



### 令和6年4月採用の市職員追加募集

**募集職種および募集人数**

▶一般行政（大卒程度）

▷事務 若干人 ▷建築 若干人

▷土木 若干人

**試験案内（募集要項）・受験申込書**  
総務課、市役所本館1階で配布

**申し込み方法** 電子申請（推奨）、  
郵送、持参のいずれか

**申込期限** 9月19日（火）

※郵送の場合は、当日消印有効。

◆第1次試験

とき 10月15日（日）

ところ 十和田市役所

**申問総務課** ☎ 51-6705

詳しくはこちら▶



### 会計年度任用職員（事務補助員） の登録を受け付けします

**対象** 高卒以上の人

**登録期間** 令和6年3月31日まで

**勤務時間** 1日7時間（週5日）

**報酬** 月額139,600円～149,600円

**面接試験** 9月29日（金）

※詳しくは申し込み時にお知らせします。

**申込期限** 9月26日（火）必着

**申し込み方法** 総務課に備え付け、または市ホームページからダウンロードした登録申込書に必要事項を記入の上、持参または郵送により提出してください。

**申問総務課** ☎ 51-6705

### 「とわだ生涯現役プロジェクト事業」取り組み団体追加募集

**申問高齢介護課** ☎ 51-6720

**対象団体** 地域コミュニティ活動団体（町内会など）、市民活動団体（ボランティア団体・NPO法人など）のうち、次の要件を全て満たす団体

▶構成員が5人以上であること ▶会則があること ▶公共の利益に反する行為を行わない団体であること ▶主な活動場所が市内であり、構成員の2分の1以上が市内に在住、勤務していること

**対象事業** 令和5年7月～令和6年3月に実施され、次のいずれかに該当する事業

①生活支援型 地域で生活する高齢者の生活課題に対し、住民全体の地域貢献活動により支援を行うもの（買い物、ごみ出し、除雪、声掛け、電球の交換、見守り・安否確認、通院などの外出支援など）

②生きがい対応・健康づくり型 高齢者の社会参加と健康づくりを促進するために、交流の場を提供するもの（集会所などを利用したおしゃべり、ゲーム、体操、軽スポーツ、物づくり、学習会の開催など）

**募集期限** 9月22日（金）

**募集数** 新規4団体（審査により決定）

**補助額** 1団体につき初年度10万円（2年目・7万円／3年目・5万円）

※活動は1年以上継続し、月1回以上行うものであること。農閑期を利用した短期集中の取り組み（4カ月程度）も対象です。

※詳しくはお問い合わせください。

## 三本木霊園の墓地使用者を募集します

申問まちづくり支援課 ☎ 51-6726

**申し込み要件** 次の全てに該当する人

- ①本市に住民登録がある人
  - ②三本木霊園墓地を使用していない世帯の人
- 注意事項** ▶ 1世帯につき1区画限りです。  
▶ 3年以内に墳墓工作施設を設置してください。  
▶ 埋葬する遺骨がある人を優先します。  
※合葬墓については令和6年2月ごろにお知らせ予定です。

**必要書類** ▶ 本人確認書類（マイナンバーカードや運転免許証など）  
▶ 埋葬許可証（遺骨がある人）  
**申込期限** 9月22日(金)  
※必要書類を持参し、お申し込みください。応募者が多数の場合は抽選になります。

墓地種類	募集数	永代使用料	年間管理料
1種(2m×3m)	14区画	147,000円	4,290円
2種(2m×2m)	39区画	97,650円	2,460円

## 市営住宅入居者募集

※特定公共賃貸住宅

申問都市整備建築課 ☎ 51-6738

団地名	所在地	戸数	階	間取り	家賃
寺向	西十三番町	1	4階建て	3DK	17,800～26,500円
八甲	三本木字西金崎	1	3階建て	3DK	19,000～28,300円
井戸頭	洞内字井戸頭	7	3階建て	3DK	13,000～20,500円
奥瀬	奥瀬字下川目	1	平屋	3DK	12,600～18,800円
小沢口	奥瀬字小沢口	1	平屋	3LDK	15,600～23,200円
小沢口	奥瀬字小沢口	2※	平屋	3LDK	28,000円
田屋	沢田字下洗	2※	平屋	3LDK	32,000円

**申し込み方法** 必要書類を都市整備建築課へ提出（世帯状況により必要書類が異なるため、事前にお問い合わせください）。

**申込期間** 9月1日(金)～14日(木)

**選考方法** 申し込み多数の場合は抽選

**入居者資格** 次の要件を全て満たす人

▶ 収入基準を超えないこと（特定公共賃貸住宅にあっては収入基準内であること）▶ 住宅に困窮していることが明らかなこと（持ち家がないなど）▶ 税金を滞納していないこと▶ 暴力団員ではないこと▶ 特定公共賃貸住宅にあっては同居親族などがあること（単身入居不可）

◆お知らせ 「青森県パートナーシップ宣誓制度」を利用した人も市営住宅へ入居できます。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

## 令和6年度

### コミュニティ助成事業の活用団体募集

申問まちづくり支援課 ☎ 51-6725

令和6年度の助成事業の申請を受け付けしますので、活用を希望する団体は、ご相談ください。

**申請期限** 9月13日(水)（地域国際化推進助成事業は10月13日(金)まで）  
※ご相談の場合は事前の連絡をお願いします。なお、事業内容が変更になる場合があります。



事業名／補助額	内容
一般コミュニティ助成事業 100万～250万円	町内会が、コミュニティ活動に直接必要な備品などの整備を行う場合
コミュニティセンター助成事業 対象事業費の5分の3以内 (上限1,500万円)	町内会が、集会施設を建設整備する場合
青少年健全育成助成事業 30万～100万円	町内会が、青少年の健全育成のため、主として親子で参加する事業を実施する場合
地域国際化推進助成事業 200万円まで	多文化共生、国際理解推進など、地域レベルでの国際化の推進に資する活動を行う場合

## 講座・教室

### 第3回さわやか健康講座



とき 9月14日(木)

午後1時30分～3時30分

ところ 保健センター

演題 「しあわせな人間関係づくり～聴く・伝える” 勇気づけ”～」

講師 みちのくエンカレッジの会  
鳴海 敏之 代表

定員 80人（先着順）

主催 青森県（民間団体ネットワークによる県民の心の健康づくり普及啓発事業）

問健康増進課 ☎ 51-6791

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係 ☎ 51-6702

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田



有料広告募集中

【2色印刷】

1号広告 30,000円  
(縦5.0cm×横18.3cm)

2号広告 18,000円  
(縦5.0cm×横9.0cm)



## 健康とわだポイントラリー はこのマークが目印です▶



ポイントラリー応募用紙をお持ちの人は持参してご参加ください。  
**健康増進課** ☎ 51-6791

## ストレッチ体操とニュー スポーツ教室（前期）



**とき・内容** ▶ 9月1日(金) パドルバドミントン ▶ 8日(金) きばれえ ▶ 15日(金) ネオテニス  
 いずれも午後7時～9時  
**ところ** 総合体育センター  
**申し込み方法** スポーツ・生涯学習課に備え付け、または市ホームページからダウンロードした申し込み用紙にてお申し込みください。  
**申込期限** 各開催日の前日まで  
 ※傷害保険は各自で加入してください。  
 ※後期は12月に開催予定です。  
**健康スポーツ・生涯学習課**  
 ☎ 58-0187

## フィットネス教室（後期）

**とき** 9月25日～令和6年2月26日までの毎週月曜日（毎月第1月曜日と休日、12月25日を除く全14回）  
 ①リズム＆フィットネス  
 午後2時～3時30分  
 ②ナイターフィットネス  
 午後7時～8時30分  
**ところ** 総合体育センター  
**内容** エアロビクス  
**対象** 18歳以上の市民  
**定員** ①②各35人（先着順）  
**費用** ▶新規の人 ▷65歳未満2,500円 ▷65歳以上1,800円（保険料を含む）▶前期に参加した人 ▷65歳未満650円 ▷65歳以上600円  
**持ち物** ヨガマット、飲み物  
**申し込み方法** 参加料持参の上、申し込みください（電話、代理での申し込みは不可）。  
**申込期間** ▶新規の人 9月5日(火)～21日(木) ▶前期に参加した人 9月12日(火)～21日(木)  
**申込時間** 午前9時～午後8時（休日は午後4時まで）  
**健康総合体育センター** ☎ 25-5555

## 中央病院 「市民健やかゼミナール」



**とき** 9月21日(木) 午後4時～5時  
**ところ** 中央病院別館2階 講堂  
**演題** 糖尿病の合併症予防と治療について  
**講師** 看護局 成田 圭子 看護師長（糖尿病看護特定認定看護師）  
 ※直接会場にお越しください。  
 ※講演終了後、転倒予防の運動を10分程度行います。  
**健康中央病院業務課**  
 ☎ 23-5121（内線 3220）

## 第3回十和田市民 「あんしん生活活用講座」



**とき** 9月15日(金)  
 午後6時30分～7時30分  
**ところ** 中央病院エントランス  
**内容** 「笑って！学んで！認知症を理解しようー認知症の症状とその対応ー」じゅんちゃん一座寸劇「姑VS嫁 絶対おまえが盗ったんだ！！～救急医療情報キットバージョン～」  
**講師** 中央病院メンタルヘルス科診療部長 竹内 淳子 医師  
**開催方法** 来場（先着50人）、オンライン（Zoom）  
**申込期限** 9月11日(月)  
**健康医療介護連携相談支援センター（中央病院内）**  
 ☎ 23-5121



▲申し込みはこちらから

## 原子力施設関連業務の研修

原子力施設関連業務への参入に当たって必要とされる専門的な技術や資格などを持つ人材を育成し、県内企業の原子力施設関連業務への参入を促進するための研修を開催します。原子力施設関連業務の知識・経験のない人も歓迎しますので、お気軽にお問い合わせください。  
**主な研修** 第2種電気工事士受験対策講習、弁保修訓練など  
**申込期限** 各研修の申込期限についてはお問い合わせいただくか、ホームページをご確認ください。  
**健康青森原燃テクノロジーセンター** ☎ 0175-63-4671



申し込みはこちらから▶

## 十和田地域市民後見人養成講座 の受講者を募集します

認知症、知的障がい、精神障がいなどの理由で判断能力が十分ではない人を支援する「成年後見制度」に関して、身近な立場で後見活動を行う「市民後見人」を養成するため、「市民後見人養成講座」を行います。  
**とき** 10月26日(木)～令和6年2月15日(木) おおむね午前9時～午後4時（実習を含む全11回）  
**ところ** 市民図書館 ほか  
**定員** 20人（応募多数の際は抽選）  
**市民後見人養成講座の事前説明会を実施します**

市民後見人養成講座の受講を希望する人は、説明会にご参加いただき、講座の趣旨をご理解の上、お申し込みください。

また、日程が合わずに参加できない場合には個別説明を行います。

**とき** 9月22日(金)  
 午後1時30分～2時30分  
**ところ** 市民図書館  
**定員** 30人（先着順）  
**申込期限** 9月15日(金)  
 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。  
**健康高齢介護課** ☎ 51-6728

## NPO法人 八甲田自然塾 エコヘルス連続講座

**第4回「食べて知る！北の里自然牛」**  
**とき** 10月14日(土)  
 正午～午後2時30分  
**ところ** 牛楽館（東三番町1-27）  
**参加費** 3,000円  
**第5回「自分を診る～漢方医から体の診かたを学ぶ～」**  
**とき** 11月11日(土)  
 午後2時～4時30分  
**ところ** 農園ナチュロープ（大字馬洗場字下町92）  
**講師** 十和田第一病院 整形外科 笹尾 はな 医師  
**参加費** 1,000円  
**第4回、第5回いずれも**  
**申込期限** 開催日の2週間前  
**健康NPO法人八甲田自然塾・小川**  
 ☎ 080-1831-4828

催し

あおもりマッチングシステム  
「AIであう」に登録しませんか  
女性限定 Marriage Café  
(マリッジカフェ) in 十和田

県と市町村が共同運営するマッチングシステム「AIであう」の紹介から登録までのサポートが受けられるイベントです。登録に必要な本人確認および面談のほか、プロフィール写真の撮影やメイクアップ講座などのサポートも行います。スイーツとドリンクの提供もありますので、お気軽にご参加ください。

とき 9月17日(日)  
午後1時～5時30分  
ところ サンバスタンド  
(東三番町3-15)

参加対象 18歳以上の独身女性  
(4月1日時点で18歳以上の人)

定員 50名(先着順)

主催 青森県、あおもり出会いサポートセンター

申し込み方法 電話、メール、FAXのいずれかより申し込みください。

申込締切 9月13日(水)

申問 あおもり出会いサポートセンター  
☎ 017-721-1250

FAX 017-763-5523

メール event@adsc.jp



プラネタリウム特別企画  
「ほしぞら講座」



■第3回  
「プラネタリウムで宇宙の旅」

今年は、プラネタリウムがドイツで誕生してから100年になる記念の年です。デジタルプラネタリウムで宇宙旅行をしながら、プラネタリウムの歴史について解説します。

また、明石市立科学館の館長、井上毅先生による、オンラインミニ講演会も行います。

とき 9月17日(日)  
午後6時～7時

ところ 市民文化センター

定員 80人(先着順・指定席)

申込期間 9月4日(月)～11日(月)  
※プラネタリウム観覧料が必要です。

申問 スポーツ・生涯学習課  
☎ 58-0184 FAX 24-3954

UIターンを検討している家族や  
知り合いにお知らせください  
青森県UIターン・交流フェア

県・市町村・関係機関が出展する移住フェアです。移住に関する「お金」や「仕事」をテーマとしたセミナーや、先輩移住者によるトークイベントなどを実施します。本市も出展し、移住に関する相談会を行います。

とき 9月24日(日)  
午前10時～午後4時30分

ところ 東京交通会館12階  
ダイヤモンドホール

(東京都千代田区有楽町2丁目10-1)  
※直接会場にお越しください。

申問 県地域活力振興課 ☎ 017-734-9174

第40回市発明工夫展

とき 9月8日(金)～10日(日)  
午前9時～午後6時  
ところ 市民交流プラザ「タワーレ」  
十和田市発明協会事務局  
(商工観光課内) ☎ 51-6773

東コミュニティセンターまつり

とき 9月16日(土)、17日(日)  
午前9時～午後4時(17日は午後3時まで)

ところ 東コミュニティセンター  
内容 ▶館内▷ステージ発表▷展示▷体験など▶ふれあい広場▷フリーマーケット▷屋台▷演舞など▶その他▷軽食堂▷講座体験コーナーなど

申問 東コミュニティセンター  
☎ 24-9000



▲令和4年度東コミュニティセンターまつりの様子

「十和田ゆかりの偉人たち展」  
を郷土館で開催します

本市の発展に影響を与えた偉人の業績や生き方をパネルやゆかりの品を通して紹介する企画展です。

とき 9月23日(土)～11月23日(日)  
午前9時～午後5時

ところ 郷土館(月曜日休館)  
申問 スポーツ・生涯学習課 ☎ 58-0184  
郷土館 ☎ 72-2340

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係 ☎ 51-6702

十和田市公式ホームページに  
バナー広告を掲載しませんか



ひと月あたり掲載料  
3,000円  
縦 60ピクセル×  
横 120ピクセル



詳しくは市ホームページをご覧ください。

ネットで予約や空き状況が確認できる  
十和田市 公共施設予約システム



■詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
※予約については、各施設へお問い合わせください。

メンテナンス時を除き  
24時間利用可能!





本市初！！

第1回駒っこランド ティラノサウルスレース

閩馬事公苑（駒っこランド）☎ 26-2100

ティラノサウルスのスーツを着て、全力疾走しましょう！

とき 9月17日(日)

午前9時～正午

※雨天延期日9月24日(日)

ところ 馬事公苑（駒っこランド）

定員 ①②③各グループ30頭(人)  
(先着順)

①成獣の部・オス(中学生以上男性)

②成獣の部・メス(中学生以上女性)

③幼獣の部(小学生以下)

費用 1,000円(保険料込み)

持ち物 ティラノサウルススーツ、  
タオル、着替え、飲み物

申し込み方法 馬事公苑ホームページの内容をご確認の上、エントリーフォームよりお申し込みください。

申込期限 9月10日(日)

注意事項 ティラノサウルススーツは空気で膨らむ全身タイプのもを各自でご用意ください。

露店もあるよ！  
応援しに来てね。



詳しくはこちらから▶



令和5年度子ども民俗芸能大会

県内の子どもたちが一堂に会し、地元の民俗芸能を披露します。  
お誘い合わせの上、ぜひご観覧ください。

とき 10月1日(日) 午後1時～  
(午後0時30分開場)

ところ 市民文化センター

出演 沢田鶏舞保存会(十和田市)、高田獅子踊保存会、鶴田町西中野組獅子舞保存会、五代獅子舞保存会、高館駒踊保存会、新町錦子ども会、晴山獅子舞保存会(十和田市・大人の団体)

※直接会場にお越しください。

閩県教育庁文化財保護課

☎ 017-734-9920

NHK東北ココから「あなたの町の映像アルバム」上映会 in 十和田

申閩NHKエンタープライズ東北☎ 022-215-1732

「あなたの町の映像アルバム」では、NHKが過去に撮影した十和田地域の映像を上映し、地元の歴史を振り返りながら皆さんで語り合うイベントを開催します。また、市内各所で映像の上映展示を行います。

■上映イベント

とき 9月18日(月) 午後1時30分～

ところ 地域交流センター「とわふる」

定員 160人(事前予約制)

■上映展示

とき・ところ 9月6日(水)～20日(水)

▶市役所 午前9時～午後4時30分(平日のみ)

▶十和田市観光物産センター(AST内) 午前9時～午後7時

▶十和田湖観光交流センター「ぷらっと」 午前9時～午後5時

手話を覚えよう(第21回)

本年度は「防災」に関する手話単語を紹介します。

今月の手話は「津波」です。

①左手は、手のひらを  
下に向け水平に置く。

②右手はその上を越えて  
前に出す。



アレコホール特別フラメンコ公演「抱擁の哀しき果て」

とき 9月17日(日)、18日(月)

午後7時開演 午後6時30分開場

ところ 県立美術館アレコホール(青森市安田字近野185B2F)

内容 本県出身フラメンコダンサー工藤朋子による初の青森公演。「アレコ」をテーマにしたフラメンコ公演を、フラメンコの伝統曲、津軽三味線、ピアノの演奏でお届けします。

チケット 一般4,500円 高校生以下2,500円(税込)

※全席指定、事前購入のみ。

申閩県立美術館☎ 017-783-5243

詳しくはこちらから▶



【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係☎ 51-6702

十和田の“おいしい”を発信中。

あなたの“食べたい！”がきっとここに 있습니다。

みなさんも

#おいしい十和田

をつけて投稿してください！



十和田市農林商工部  
とわだ産品販売戦略課

## 十和田古道企画展

令和元年に発見された十和田湖への旧参詣道、十和田古道について、これまでの調査結果に新しい情報を加えたリバイバル展示です。古道にまつわる風習や自然と人との関わりを紹介します。

**とき** 9月16日(土)～令和6年1月8日(月) 午前9時～午後4時30分

**ところ** 十和田ビジターセンター(大字奥瀬字十和田湖畔休屋486)

**問** 十和田ビジターセンター運営協議会 ☎ 75-1015



## 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。掲載希望の団体、サークルの人はホームページをご覧ください。

**参加費用の記載がないものは無料**です。

### 大町桂月の作品を読む会

多くの作品を残した桂月が、葛温泉で永眠して98年の歳月が流れました。一緒に作品に親しんでみませんか。

**とき** 9月11日(月)、10月16日(月)、11月13日(月)、12月4日(月)、令和6年1月15日(月)(全5回) 午後2時～3時30分

**ところ** 市民文化センター

**費用** 1,000円(5回分の資料代)

※事前にお申し込みください。

**問** 大町桂月を語る会事務局・谷川 ☎ 090-7327-6343

### ポラリスフラ設立10周年 ハワイアンスペシャルステージ 輝け!北極星!!

**とき** 10月8日(日) 午後1時～4時

**ところ** 市民文化センター

**出演** ポラリスフラ

**ゲスト** 太極拳中央くらぶ、YDK65

**スペシャルゲスト** 日本クラウン 北野 好美

**問** ポラリスフラ・下山

☎ 090-7527-1777

### 研修会「子育てでつまずいた 時に思い出してほしいこと」

マーブル親の会では、乳幼児を子育て中の親御さんを対象とした研修会を行います。子育てでつまずいたときのためのお守りになるようなお話ですので、ぜひご参加ください。

**とき** 9月16日(土) 午前10時～正午

**ところ** 市民交流プラザ「トワレ」

**対象** 乳幼児を子育て中のお父さん、お母さん

**定員** 20人

**申込期限** 9月13日(水)

※託児スペースを設置しますので、利用を希望する人はご相談ください。

**問** マーブル親の会

☎ 090-7325-9721

メール marble.oyanokai@gmail.com

### 「読書へのアニメーション」を体験しませんか

1冊の絵本を読み、ゲームのように楽しみながら、読解力・表現力・コミュニケーション力を引き出します。初心者も歓迎します。小学生から大人まで、ぜひ体験してみてください。

**とき** 9月16日(土)

午後1時30分～3時

**ところ** 市民図書館

**対象** 小学生以上の市民

**定員** 20人

**申込期限** 9月12日(火)

**問** 親子読書会「わっこの会」

☎ 090-7324-8742

### 全日本柔道少年団十和田市分団 団員募集

一緒に柔道で心と体を鍛えませんか。初心者・経験者どちらも歓迎します。いつでも体験できますので、ぜひ見学に来てみてください。

**とき** 毎週火・水・金曜日

午後6時30分～8時

**ところ** 志道館

**対象** 市内在住の幼児(年長)、小中学生

**費用** 年会費として10,000円以内(保険料込み)

**持ち物** タオル、飲み物

(道着の貸し出しもあります)

※動きやすい服装で、直接会場にお越しください。

**問** 全日本柔道少年団十和田市分団・沢内 ☎ 090-1068-8019

### 子育てについて、いろんな角度から考えてみませんか

学校に行かなくなった娘さんとの8年間のお話を、産業心理カウンセラーの岡部あゆみさんからお聞きします。そして、子育てへの思いを語り合ひましょう。

**とき** 9月26日(火)

午後7時～8時30分

**ところ** 市民交流プラザ「トワレ」

**対象** 関心のある人はどなたでも

**定員** 20人(先着順)

**費用** 500円

**申込期限** 9月20日(水)

**問** とわだわくわく子育て応援隊

☎ 090-2953-1098

### バイオリンサークル会員募集

バイオリンの基礎を練習しながら、色々な曲をみんなで演奏し、楽しむサークルです。

**とき** 9月2日(土)、29日(金) 月2回 午後6時30分～8時30分

**ところ** 市民交流プラザ「トワレ」

**対象** 大人

**費用** 施設使用料・冷暖房費

**申し込み方法** 電話でお申し込みください。

**問** バイオリンサークル・田村

☎ 080-5566-3038

### 子ども神輿担ぎ手募集

秋まつり初日の神輿運行に参加する子ども神輿の担ぎ手を募集しています。当日は軽食とお土産を準備していますので、奮ってご参加ください。

**とき** 9月8日(金) 午後5時～7時(午後4時までに集合)

**集合場所** 十和田市建設業会館

**対象** 3歳～小学6年

(小学3年までは保護者同伴)

**定員** 30人(先着順)

**申込期限** 9月6日(水)

※動きやすい服装でお越しください。※小学生以上の衣装(はんてん・帯)は貸し出します。

**問** 十和田市建設業協会建神會

☎ 22-1356



# 9月の市民無料相談

内容	とき
◆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	4日(月) 13:00～15:00 ※西コミュニティセンターでも実施
◆人権相談 いじめや差別、家庭内や隣近所とのめり事などの相談	8日(金)、22日(金) 13:00～15:00
◆法律相談 (定員7人) 相続、離婚、借金などの相談	27日(水) 13:00～16:00 ※20日(水)午前9時から予約受け付け開始
◆法テラス青森 (定員6人) 相続・離婚・借金・労働問題などの相談 (法律相談) ※資力基準に該当する人	12日(火)…対面、26日(火)…オンライン ※パソコンは市で用意します。 13:00～16:00 ※予約先 ☎050-3383-5552
◆司法書士相談 (定員4人) 登記、相続、離婚、借金などの相談	21日(木) 13:00～15:00 ※14日(水)午前9時から予約受け付け開始
◆不動産相談 (定員4人) 不動産売買、賃貸借などの相談	14日(木) 13:00～15:00 ※7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	13日(水) 10:00～16:00 ※12日(火)午後4時までに要予約
◆消費生活相談 悪質商法、架空請求、製品事故、クーリングオフなどの消費生活の相談	毎週月～金曜日 (休日除く) 8:30～16:30 ※来庁の場合、相談前に要予約 十和田市消費生活センター ☎51-6757
◆交通事故相談 交通事故による損害賠償、示談などの相談	毎週月～金曜日 (休日除く) 9:00～12:00、13:00～16:00 ※相談先：県庁 ☎017-734-9235

ところ まちづくり支援課 市民相談室

※予約は電話でも受け付けています。

申問まちづくり支援課 ☎51-6777

内容	とき
◆出張年金相談 年金の無料相談	28日(木) 10:00～15:00 ※要予約 (先着順) (次回は10月26日(木)に実施。実施日1カ月前から予約可) ※予約先 八戸年金事務所 ☎0178-44-1742

ところ 市役所本館2階会議室2

申問八戸年金事務所 ☎0178-44-1742 市民課 ☎51-6753

## ◆スマートフォン決済アプリで市税の納付ができます

収入納課 ☎51-6762

スマートフォンなどで、納付書のバーコードまたはeL-QRを読み込んで納付できます。

利用できるアプリや納付方法など詳しくはこちらから▶



## 10月2日(月)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

固定資産税第3期 / 国民健康保険税第3期  
介護保険料第3期 / 後期高齢者医療保険料第3期

## 動物愛護フェスティバル2023 楽しく学ぼう動物のこと

聞県動物愛護センター ☎017-726-6100

とき 9月23日(土)、24日(日) 午前10時～午後4時

ところ 県動物愛護センター (青森市大字宮田字玉水119-1)

内容 ▶犬のしつけ方教室 ▶うさぎふれあい体験、乗馬体験、工作コーナー ▶動物のお医者さんなりきり体験ほか

## その他の催し <>…開始時間

8日(金)	▶精神障がい者家族会「とわだ家族会」<10:00>～ 市民交流プラザ「トワーレ」 (聞健康増進課 ☎51-6791)
9日(土)	▶こころの広場「ルピナス」<10:00>～市民交流プラザ 「トワーレ」 (聞健康増進課 ☎51-6791)
11日(月)	▶おしゃべりサロン「クローバー」 <①10:00、②13:30>～市民交流プラザ「トワーレ」 (聞健康増進課 ☎51-6791) (10月2日(月)も開催)
15日(金)	▶NPO法人スマイルラボ・大人のしゃべり場<18:30> ～市民交流プラザ「トワーレ」 (聞NPO法人スマイルラボ ☎090-5231-7570)
22日(金)	▶精神障がい者家族会「とわだ家族会」 「家族による家族 学習会」第1回目<13:00>～市民交流プラザ「トワーレ」 (聞健康増進課 ☎51-6791)
24日(日)	▶普通救命講習会<9:00>～消防庁舎 (要予約) (聞十和田消防署 ☎25-4115)

### ◆各施設の催しはこちらから



市民図書館▶



市民文化センター▶

### ◆まちなか交通広場待合室の使用制限について

聞政策財政課 ☎51-6710

定期清掃のため9月25日(月)の午前8時～正午は待合室を使用できません。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

### 花巻市探訪ツアー参加者募集

申問十和田観光電鉄株式会社観光社 ☎23-6102

友好都市・岩手県花巻市を訪れ、歴史文化に親しむツアーの参加者を募集します。

とき 11月11日(土) 集合場所 市役所北側駐車場 別館側

行程 高村光太郎記念館・山荘→金婚亭→花巻新渡戸記念館→宮沢賢治童話村→道の駅「石鳥谷」

定員 30人 (先着順)

費用 高校生以上3,000円、中学生以下1,000円 (当日集金)

申込期限 10月13日(金) ※電話でお申し込みください。



▲令和4年度花巻市探訪ツアーの様子

### 海上自衛隊八戸航空基地開隊66周年記念基地一般開放

聞海上自衛隊八戸航空基地広報室 ☎0178-28-3011 (内線2331)

とき 9月17日(日) 午前8時30分～午後3時

ところ 海上自衛隊八戸航空基地

内容 開隊66周年記念式典、P-3Cによる祝賀

飛行ほか



### 中小企業者向け「エネルギー価格高騰対策事業者支援給付金」の申請期限は9月29日(金)です

(聞商工観光課 ☎51-6773)

# 9月ほけんのページ

## ●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	とき	ところ・問い合わせ
◆4か月児健診 対象者には個別通知します	12日(火) ※バスタオル持参	保健センター 問健康増進課 ☎51-6792
◆1歳6か月児健診 対象者には個別通知します	20日(水)	
◆2歳児発達健診 対象者には個別通知します ★歯科診察で「フッ化物歯 面塗布」を実施しています。	21日(木) ※歯ブラシ持参	
◆3歳児健診 対象者には個別通知します	19日(火)	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生と保護者	28日(木) ※21日(木)までに要予約	
◆ほっとマミーサロン 妊娠を考えている女性 妊婦や生後8か月までの乳児 のお母さんとその家族	◆おっぱいケア ◆親子ふれあい 11日(月) 13:30~15:30 定員8組※要予約	市民交流プラザ 「トワレ」 問健康増進課 ☎51-6797
◆パパママ教室 妊婦とその家族	◆妊娠期コース 15日(金) 18:30~20:30 定員8組※要予約	保健センター 問健康増進課 ☎51-6797

※1歳6か月児・2歳児・3歳児健診の対象者は、歯みがきを済ませてから受診してください。

※発熱や体調不良、感染症治療中のときは、翌日以降に受診してください。

※第2中央駐車場をご利用の場合は、駐車無料券を配布します。

◆子育てをもっと楽しく！

「とわだ子育てアプリ」



とわだ子育てアプリ

検索

## ●献血のお知らせ

問健康増進課☎51-6790

実施予定日	時間	ところ
3日(日)	10:00~12:00	イオンスーパーセンター十和田店
	13:30~16:00	
27日(水)	14:00~16:00	十和田第一病院

## ●休日当番医

問健康増進課☎51-6790

3日(日)	高松病院 (三本木字里ノ沢1-249)	☎23-6540
10日(日)	えと内科医院 (西三番町1-28)	☎23-2727
17日(日)	十和田外科内科 (穂並町1-5)	☎22-5151
18日(月)	西十一番クリニック (西十一番町40-38)	☎51-3911
23日(土)	十和田北クリニック (元町東5丁目8-54)	☎21-3741
24日(日)	石川ファミリークリニック (稻生町19-4)	☎27-1351

▶診療時間：午前9時～午後5時 ※詳しくはお問い合わせください。

## ●各種相談

内容	とき	ところ・問い合わせ
◆こころの相談 悩みのある人とその家族	6日(水)、10月5日(木) 14:00~15:00 ※実施日の2日前までに要予約	保健センター 問健康増進課 ☎51-6791
◆栄養相談 栄養・食生活に関する相談を希望する人	7日(木) 9:30~10:20~ 11:10~13:15~ 14:05~14:55~ ※5日(水)までに要予約	
◆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	13日(水) 14:00~15:00 ※8日(金)までに要予約	
◆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 いて心配なお子さんの家族	27日(水) ※要予約 9:00~11:30	上十三保健所 問☎23-4261
◆B型およびC型肝炎検査(※) 過去にB型およびC型肝炎ウイ ルス検査を受けたことがない人	5日(火)、19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	20日(水) ※要予約 13:00~14:00	
◆HIV(エイズ)に関する相談 感染の心配やエイズに関する相 談を希望する人	5日(火)、19日(火) ※要予約 13:30~14:30	上十三保健所 エイズ専用 問☎23-8450

(※)市の検診でも検査ができます。詳しくは健康増進課(☎51-6790)へお問い合わせください。

## 10月から子ども・妊婦を対象にインフルエンザ 予防接種費用を一部助成します

問健康増進課☎51-6790

対象者へは9月下旬に助成券を個別送付します。

9月中に接種した場合、助成の対象外となりますのでご注意ください。

対象者 ①生後6か月～小学6年生…2回分を助成

②中学1～3年生および妊婦…1回分を助成

助成期間 10月2日(月)～12月28日(木)

実施場所 市内指定医療機関(個別通知でご確認ください)

助成額 1回につき上限2,000円

※高齢者(65歳以上)対象のインフルエンザ予防接種についても、例年通り実施予定です。

## 「結核」は過去の病気ではありません

問健康増進課☎51-6790

9月24日(日)～30日(土)は「結核予防週間」です。本県では令和3年に105人が新たに結核に感染しており、70代以上の患者が約7割を占めています。早期発見のために、咳が2週間以上続く場合は医療機関を受診しましょう。

抵抗力の弱い赤ちゃんが結核に感染すると重症になりやすく、生命に関わることもありますので、生後5～8か月までに達するまでにBCG接種を受けましょう。

対象となる人には次のとおり順次接種券を発送しています

▶ 65歳以上 令和5年春開始接種を行った人へ前回の接種日が早い順に発送 ▶ 64歳以下 令和4年秋開始接種または令和5年8月までに初回接種を終えた人へ年齢順に発送 ※過去に市から接種券が届き、その接種券を使用していない人には送付予定はありません。お持ちの接種券で予約・接種が可能です。

※万が一接種券を紛失された場合は再発行しますので市コールセンターへお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの同時流行も懸念されます

日頃から、体温や健康状態の確認など、セルフチェックを心がけましょう。また、手洗いなどの手指衛生、換気、適切なマスク着脱など基本的な感染対策をお願いします。

子どもを守り、子育てを支えるための事業紹介

問健康増進課☎ 51-6734

子育て世代親子支援センターでは、関係機関と連携しながら子育て家庭のさまざまな相談に応じています。子育て支援事業や制度の中から一部を紹介しますので、利用を希望する場合はご相談ください。

子育て短期支援事業（ショートステイ）

保護者が家庭において子どもを養育することが一時的に困難となった場合に、児童養護施設などにおおむね7日間程度預けることができます。

助産施設

生活保護世帯や市民税非課税世帯など、経済的理由により出産費用を支払うことができない妊産婦を対象に指定病院での出産費用を助成する制度です。

母子生活支援施設

18歳未満の子どもを養育している母子家庭や離婚やDVなどのさまざまな事情により子どもの養育が十分にできない場合に、母子で入所し、就労・生活・子育てなどの支援を受けながら自立するための施設です。

里親制度

親で暮らせない事情のある子どもたちを知事が認定した里親が、家族の一員として迎え入れ愛情をもって育てる子どものための制度です。

9月は健康増進普及月間です！

～健康づくりに取り組み、心身ともに充実した生活を送りましょう～

問健康増進課☎ 51-6791

■健康づくりのポイント「かきくけこ」

か からだに良い食事を取る き 喫煙しない く 苦しいときは相談する  
け 健診（検診）を受ける こ こつこつ運動を続ける



特に働き盛り世代は仕事を中心の生活で、自分の健康管理をつい後回しにしてしまう傾向があります。40歳ころから生活習慣病のリスクが高まるため、早いうちから意識して自分の健康管理をすることが大切です。

これからもいきいきと充実した生活を送るために、できそうなことから健康づくりに取り組みましょう。保健センターでは健診結果、食事のことやこころに関する相談も行っていますので、お気軽にお問い合わせください。

9月10日(日)～16日(土)は「自殺予防週間」です

いのちを守るゲートキーパー あなたの「気付き」で救えるいのち

問健康増進課☎ 51-6791

「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に気付き、声を掛け、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。市民一人一人が次の四つを実践し「ゲートキーパー」となることで、社会全体で自殺を防ぎましょう。

①家族や周囲の人の変化に気付き、声を掛ける

【いつもと様子が違う！気付いてほしいサイン】  
元気がない、疲れている様子 体調が悪そうだ  
よく眠れていない様子 飲酒量が増えた  
食欲がなさそう、痩せた  
身だしなみが乱れている など

②相手に寄り添って、話を聴く

否定したり、話をそらしたりせず、相手のペースに合わせてじっくり耳を傾ける。

③早めに専門機関などへの相談を勧める

●無理に押し付けない  
●可能であれば付き添ってあげる  
●具体的な相談先を示す  
※健康増進課では、毎月第1水曜日に精神科医による「こころの相談」を実施していますので、お問い合わせください。

④こころの健康回復を温かく見守る

「いつも見守っているよ」の一言を伝える。



▲十和田市相談窓口ガイドブック

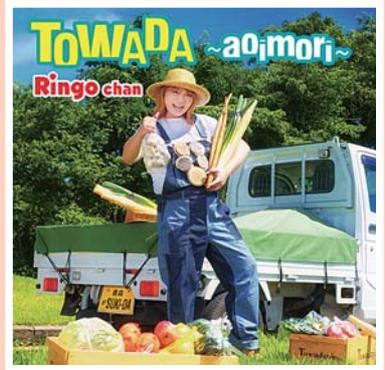




# 十和田市 秋まつり

9/8(金) ▶ 10(日)

十和田奥入瀬観光大使  
りんごちゃん  
パレード参加決定!  
9月10日(日) 午後2時～



CDデビュー曲披露!  
「TOWADA~aomori~」



詳しくは、秋まつりホーム  
ページをご確認ください▶

## 十和田市秋まつり日程

問十和田商工会議所 ☎24-1111

### 8日(金)

- ▶午後2時～  
《三本木大通り》  
旧国道4号八丁目交差点～パワーズU  
とみちのく銀行の交差点  
パレード・山車合同運行
- ▶午後5時30分～  
《官庁街通り》  
流し踊り・みこし・ダンス・  
よさこいなど

### 9日(土)

- ▶午後1時～5時  
《官庁街通り》  
山車などの展示
- ▶午後2時～  
《中央駐車場(西側)》  
十和田<sup>はやし</sup>囃子の披露
- ▶午後5時30分～  
《官庁街通り》  
薄暮運行・夜間運行開始  
※薄暮運行のみ運行する団体も  
あります。

#### 清掃ボランティア募集

- ▶9月11日(月)午前6時から、  
会場周辺のごみ拾いを行います。
- ▶ご協力いただける人は、十  
和田商工会議所前にお集ま  
りください。

### 10日(日)

- ▶午後2時～  
《三本木大通り》  
旧国道4号八丁目交差点～パワーズU  
とみちのく銀行の交差点  
流し踊り・みこし・パレード・  
少年駒踊り・山車合同運行
- ▶午後5時～  
《駒っこ広場》  
秋まつりフィナーレ 歌謡ショー

秋まつり期間中は市街地循環バス・  
西地区・東地区シャトルバスを迂回  
運行または運休します

運行情報など詳しくは、  
市ホームページをご覧ください。

問政策財政課 ☎51-6710



▲市ホームページ  
はこちら

#### 地域交流センター「とわふる」で 秋まつりの映像を映写します

映写時間 9月1日(金)～10日(日)  
午後7時～8時

※3日(日)および雨天を除く。  
※日没の時間によって映写の開始時間を  
変更する場合があります。

問商工観光課 ☎51-6773

人口と世帯	区分	人・世帯数	前月比	前年比
令和5年7月末 現在	人口	58,512人	-20人	-671人
	男	28,017人	-21人	-352人
	女	30,495人	+1人	-319人
	世帯	28,121世帯	+2世帯	+65世帯

#### 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

