

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田



とわだ

12

No. 254
2023



第54回十和田市民文化祭

(11月4日、5日／市民文化センター)

市内で活動する文化団体や個人など44団体11個人が参加し、日頃の活動の成果を披露しました。

市LINE公式アカウント
QRコードから友だち
追加してね!



広報とわだ 目次

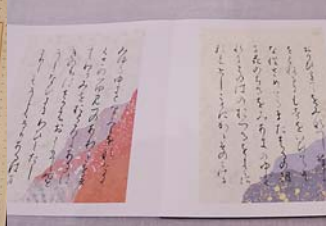
- 3 まちの魅力を再発見Vol.7
生涯学習センター プラネタリウム
- 6 【第3弾】電気料等高騰対策 十和田市民
応援券発行事業／子ども・子育て世帯応援
金給付事業
- 10 のうぎょうと農業委員会 第47号
- 14 お知らせ



文化でまちづくり 第54回十和田市民文化祭



掲載しきれなかった写真をアプリ「カタログポケット」で12月1日から公開しています。





生涯学習センター プラネタリウム

生涯学習センター（市民文化センター内）のプラネタリウムは、(株)五藤光学研究所製の投影機「GX-AT」を使用し、約6,000個の星を映すことができます。投影する番組は3カ月ごとに入れ替え、四季折々の星空を紹介しているほか、小学校向けの「学習投影」、幼稚園・保育園向けの「幼児投影」も行っています。

臨場感のある美しい星空をぜひお楽しみください。

市民文化センター ☎22-5200

開館 昭和61年5月
ドーム径 12m（水平型）
座席数 105席（一方向型）

◆投影時間

| 曜日 | 投影時間 | | | |
|---------------------|------|-------|-------|-------|
| 土・日曜日、休日 | 9:30 | 11:00 | 13:30 | 15:00 |
| 市内小学校の春・夏・冬休み期間中の平日 | - | 11:00 | - | 15:00 |

※年末年始（12月28日～令和6年1月4日）は休館となります。
※個人観覧は投影時間までに市民文化センター窓口にお越しください。
※団体観覧（平日のみ）は3日前までに市民文化センターに申し込みが必要です。

◆観覧料金

| 区分 | 個人 | 20人以上の団体 （1人につき） |
|-----------|------|---------------------|
| 3歳以上中学生まで | 55円 | 33円 |
| 高校生 | 160円 | 88円 |
| 一般・大学生 | 220円 | 110円 |



◀リクライニングする座席とドーム内部に設置されたスピーカーによって、臨場感のある星空と音響を楽しめます。

▶投影機の操作パネル。プログラムによる自動投影のほか、団体観覧では、職員による解説も行っています。



◀12月～令和6年2月は「宇宙（そら）へと続く道」と題し、ハワイ島マウナケア山に建設されている天文台と、冬の星座であるおうし座とふたご座の物語を紹介します。

人事行政の運営などの状況を公表します

☎総務課 ☎51-6705

市では、「十和田市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員の給与や任免、職員数、勤務時間その他の勤務条件、服務などを公表しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。



市ホームページは
こちらから

職員数などの状況

1 任免 (令和4年度)

採用者

| 試験採用 | 選考採用など | 合計 |
|------|--------|-----|
| 35人 | 12人 | 47人 |

退職者

| 定年 | 自己都合など | 合計 |
|-----|--------|-----|
| 21人 | 42人 | 63人 |

2 職員数

(各年4月1日現在)

| 区分 | | 令和4年 | 令和5年 | 増減 | |
|----------------|----------------|-----------|------|------|-----|
| 普通 会計 部門 | 一般 行政 部門 | 議会 | 6人 | 6人 | 0人 |
| | | 総務・ 企画 | 103人 | 106人 | 3人 |
| | | 税務 | 32人 | 32人 | 0人 |
| | | 民生 | 44人 | 47人 | 3人 |
| | | 衛生 | 26人 | 25人 | ▲1人 |
| | | 農林 水産 | 35人 | 35人 | 0人 |
| | | 商工 | 14人 | 14人 | 0人 |
| | | 土木 | 31人 | 31人 | 0人 |
| | | 小計 | 291人 | 296人 | 5人 |
| | 特別 行政 部門 | 教育 | 49人 | 52人 | 3人 |
| 小計① | | 340人 | 348人 | 8人 | |
| 公営企業等 会計部門 | 病院 | 404人 | 395人 | ▲9人 | |
| | 水道 | 22人 | 22人 | 0人 | |
| | 下水道 | 13人 | 13人 | 0人 | |
| | その他 | 27人 | 27人 | 0人 | |
| | 小計② | 466人 | 457人 | ▲9人 | |
| 合計 (①+②) | | 806人 | 805人 | ▲1人 | |

3 人事評価 (令和4年度)

職員の任用、その他の人事管理の基礎として活用するため、業績評価を年2回、能力評価を年1回行いました。

4 退職管理 (令和4年度)

退職者…63人 ▶うち届出義務対象者…14人

| 届出義務対象者の内訳 | | | |
|------------|-------------|-----|------|
| 市に 再就職 | 市以外に 再就職 | 小計 | 届出なし |
| 8人 | 2人 | 10人 | 4人 |

※令和4年度中に退職した職員で、県費負担教職員、臨時に任用された職員、条件付採用期間中の職員、非常勤職員の退職者を除きます。

※届出義務対象者は、退職時の職位が課長級以上の職員です。

5 研修 (令和4年度)

| 区分 | 研修名 | 参加者数 |
|----------|--|------|
| 一般 研修 | 新採用職員研修 新任係長研修 接遇研修 SDGs研修 など | 149人 |
| 派遣 研修 | (研修所名) 青森県自治研修所 市町村職員中央研修所 など | 195人 |

6 休暇・休業

年次有給休暇の取得 (令和4年)

| | |
|--------------|-------|
| 付与日数 (1年間) | 20日 |
| 繰越限度日数 (1年間) | 20日以内 |
| 平均取得日数 | 12.7日 |

育児休業などの取得 (令和4年度)

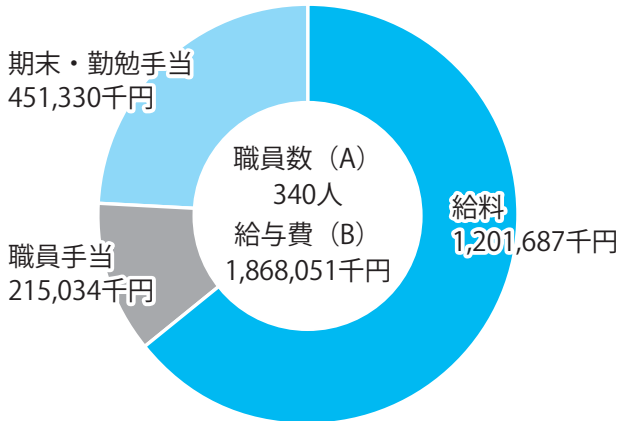
令和4年度中に新たに育児休業などが取得可能となった職員は、男性が17人、女性が24人です。

| 区分 | 育児休業 | 育児短時間 勤務 | 部分休業 |
|----------|------|-------------|------|
| 男性 職員 | 7人 | 0人 | 0人 |
| 女性 職員 | 24人 | 9人 | 5人 |

※取得者数には、同一の子について、育児休業などを取得後、令和4年度中に再び育児休業などを取得した職員数を含みます。

給与などの状況

1 給与費（令和4年度普通会計決算）



1人あたり給与費 (B/A) 5,495千円

参考) 令和3年度の1人あたり給与費…5,389千円
 ※職員手当には退職手当を含みません。

2 平均給料月額と平均年齢

一般行政職 (令和4年4月1日現在)

| 区分 | 平均給料月額 | 平均年齢 |
|-----|----------|-------|
| 市 | 297,000円 | 40.3歳 |
| 青森県 | 309,900円 | 42.6歳 |
| 国 | 323,711円 | 42.7歳 |

3 初任給

(令和4年4月1日現在)

| 区分 | 大学卒 | 高校卒 |
|-------|----------|----------|
| 一般行政職 | 182,200円 | 150,600円 |

4 特別職の報酬など

| 区分 | 給料・報酬月額 | 期末手当 |
|-------------|----------|---|
| 市長 | 861,000円 | 令和4年度 支給割合 6月期 1.575月分 12月期 1.675月分 計 3.250月分 |
| 副市長 | 700,000円 | |
| 教育長 | 631,000円 | |
| 病院事業 管理者 | 690,000円 | |
| 議長 | 450,000円 | |
| 副議長 | 391,500円 | |
| 議員 | 362,000円 | |

5 時間外勤務手当（令和4年度普通会計決算）

| | |
|------------------|----------|
| 支給実績 | 96,105千円 |
| 1人当たりの 平均支給年額 | 317千円 |

6 特殊勤務手当（令和4年度普通会計決算）

| | |
|-----------------------|--|
| 職員全体に占める 手当支給職員の割合 | 9.4% |
| 支給実績 | 227千円 |
| 手当の種類 | 感染症等防疫作業手当 福祉業務手当 市税徴収手当 行旅死亡人等処置手当 用地取得交渉手当 |

※医師に支給されるものを除きます。

7 期末・勤勉手当（令和4年度支給割合）

| 区分 | 期末手当 | 勤勉手当 |
|------|---------|---------|
| 6月期 | 1.200月分 | 0.900月分 |
| 12月期 | 1.200月分 | 1.000月分 |
| 合計 | 2.400月分 | 1.900月分 |

※職制上の段階、職務の級などによる加算措置があります。

8 退職手当（支給割合）

| 区分 | 自己都合 | 応募認定・定年 |
|-------|-----------|-------------|
| 勤続20年 | 19.6695月分 | 24.586875月分 |
| 勤続25年 | 28.0395月分 | 33.27075月分 |
| 勤続35年 | 39.7575月分 | 47.709月分 |
| 最高限度 | 47.709月分 | 47.709月分 |

- ・在職区分に応じた調整額
- ・その他の加算措置
定年前早期退職特例措置
(2%~45%加算)
- ・1人あたり平均支給額…12,010千円

※退職手当の支給割合は「青森県市町村職員退職手当
 組合退職手当条例」の規定によるものです。

※退職手当の1人あたり平均支給額は、令和4年度に
 退職した全職種に係る職員に支給された平均額です。
 ※退職手当の支給割合は、令和5年3月31日現在のもの
 です。

【第3弾】電気料等高騰対策 十和田市民応援券 発行事業

問 商工観光課 ☎51-6773

電気・ガス・食料品などの価格高騰による影響を受けている市民の家計を支援するとともに、市内経済の活性化を図るため、市内各店舗などで利用できる商品券を発行します。

応援券内容

1世帯につき5千円分
(500円券×10枚綴り)

中小店専用6枚



全取扱店共通4枚



各世帯主宛てに、12月20日をめどに順次、引換券を郵送します。市内郵便局（八郷簡易郵便局・滝沢簡易郵便局は除く）へ引換券を持参の上、応援券と引き換えてください。

▶ **引き換え・利用期間** 12月20日(水)～令和6年2月29日(木)

▶ **必要な物** 市から送付された「引換券」、引き換え手続きをする人の本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証など）

詳しくはこちらから▶



※世帯主以外の方が応援券を引き換える場合は、窓口に来た人の本人確認書類と委任状の記入が必要です。

※引き換え開始直後は、各郵便局周辺道路や駐車場の混雑が予想されますので、徒歩でのご来店などご協力をお願いします。

子ども・子育て世帯応援金給付事業

《市からの給付》 問 子育て支援課 ☎51-6717

《県からの給付》 問 県子育て世帯応援金給付事務センター ☎0120-467-073

電気・ガス・食料品などの価格高騰による影響を受けている子育て世帯の負担を軽減するため、0歳から18歳（平成17年4月2日から令和6年2月29日生まれまで）の児童を養育する人へ、応援金を給付します。

給付額 児童1人につき
3万円

給付対象の要件によって、
応援金の給付方法が異なります



▲詳しくは、市ホームページをご覧ください

| 要件 | 市から給付 | 県から給付 |
|-------|---|--|
| 対象者 | ▶市から令和5年11月分の児童手当または特例給付（以降「児童手当等」）を受給する人 | ▶市からの応援金の給付を受けない人で、次の①～⑦のいずれかに該当する人（①～④は令和5年10月31日時点で県内に住所を有する人） ① 児童手当等を受給している人のうち、公務員の人 ② 中学生までの児童を養育する人で、所得要件により児童手当等を受給していない人 ③ 平成17年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた児童（以降「高校生等」）※を養育する人 ※高校生等のうち結婚している人を除く。 ④ 高校生等が委託されている小規模住居型児童養育事業者、里親または高校生等が入所もしくは入院をしている障害児入所施設などの設置者 ⑤ 令和5年11月1日から令和6年2月29日までの間に県外から転入した人 ⑥ 令和5年11月1日から令和6年2月29日までに生まれた児童を養育する人 ⑦ 単身赴任などの理由により、県外から児童手当等を受給している世帯で、市内に住所を有する児童を養育する人 |
| 申請の有無 | ▶申請は不要です ※12月18日(月)をめぐに、児童手当等と同じ口座へ振り込みます。 | ▶県子育て世帯応援金給付事務センターへ申請が必要 ※申請期限：令和6年3月15日(金) 詳しくは、県子ども・子育て世帯応援金給付事業特設サイトをご覧ください▶ |



「男女共同参画」を知る

申問総務課 ☎51-6702 FAX 22-5100



和泉浩さんプロフィール

仙台市生まれ。社会学を専門とし、大学などで男女参画に関する授業なども担当。秋田県内で男女共同参画に関する講演やワークショップなどを行うほか、弘前大学や青森県内の高校での模擬授業も実施している。

女の人って、これ以上強くなる必要あるの？

昔は「女は家庭、男は仕事」だったけど、今は「女は家事・育児・仕事、男は仕事だけ」？



男女共同参画って「男らしさ」「女らしさ」を否定してるの？

講師 ^{いずみひろし} 和泉浩さん (秋田大学教育文化学部 教授)

とき 12月20日(水) 午後1時30分～3時 (午後1時開場)

ところ 市民交流プラザ「タワーレ」

定員 50人 (先着順)

申し込み方法

電話、FAXまたは電子申請システムでお申し込みください。

申込期限 12月15日(金)



▲詳しくは、市ホームページをご覧ください



▲電子申請システムはこちら



北里大学獣医学部生物環境科学科「環境解析学研究室」です！

part13

問北里大学獣医学部北里会執行委員会情報局 ☎23-4371

環境解析学研究室では、ICT、IoT、AIを環境解析や牧草生産に適用する研究に取り組んでいます。今回は、卒業研究で取り組んでいる内容を紹介します。

1 エゾノギシギシの発見と防除の自動化



牧草地のエゾノギシギシ※をドローンを使って発見し、ロボットを利用して最小限の農薬を散布することで、牧草地への化学物質の投入を最小限にする研究に取り組んでいます。

※エゾノギシギシは、家畜の餌である牧草の生育を阻害し、牧草の収量減の原因となる植物です。

種を付けた状態のエゾノギシギシ▶



2 田代平湿原の地下水位や地形変化の観測



環境省の許可を得て、青森市と十和田市の境界付近にある田代平湿原の地下水位や地形の変化を毎年記録し、近年の気候変動の影響との関係を調査しています。

3 一本木沢ビオトープに飛来する野鳥の鳴き声の識別



野鳥の種類や生息数、飛来時期が気候変動の影響を受けているかどうかを解析するため、鳴き声で個体を識別できないか研究しています。

卒業研究は「山」また「山」の連続です

卒業研究では、3年生までに学んだ内容を基に学生が独自に研究を進めます。春から秋にかけては屋外で実験することが多く、気候も快適で学生も楽しんで実験に取り組みます。秋から冬にかけては実験結果の解析に注力しますが、研究であるために「これが正解」といったものがなく、手法が正しいのか、自分の仮説が検証できるのか悩みながら卒論発表会の準備をしています。発表会で納得のいく報告ができると、今までの苦労を忘れることができます。



十和田市 SDGs パートナー登録制度

申問政策財政課 ☎51-6712

市では、SDGsの達成に向けて積極的に取り組む法人や団体を「十和田市SDGsパートナー」として登録しています。登録には、市への申請が必要です。

《対象》

| | |
|--------|---|
| 地域事業者 | 市内に事業所があり、市内において事業活動を行う法人および個人事業主 |
| 地域活動団体 | 市内において、地域課題の解決に向けた活動を行う町内会などの団体で、次の要件を全て満たす団体 ▶ 団体の組織および運営に関する規約、会則などがあること。 ▶ 主な活動地域が市内であること。 |



▲市ホームページはこちら

※他にも要件がありますので、詳しくは市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

《登録すると…》

- ▶ 「十和田市 SDGs パートナー登録証」を交付します。
- ▶ 市ホームページなどで、パートナーの名称や所在地、SDGs への取り組み内容を公表します。



⚠ 定期購入トラブルに注意しましょう ☎市消費生活センター ☎51-6757

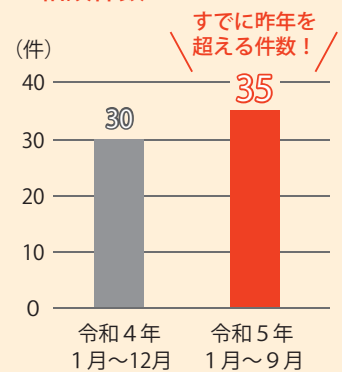
消費者白書によると、令和4年の通信販売の「定期購入」に関する相談件数は過去最多の75,478件で、**年齢を問わず消費者からの相談が増えています**。市内でも、9月末現在で昨年の件数を超える相談が寄せられており、注意が必要です。

《相談事例》

- ▶ インターネット広告を見て、**お試しのつもりで化粧品を注文したところ、2回目と3回目の商品も届いた**。解約手続きがうまくできない。どうしたらよいか。
- ▶ SNS の広告を見て、体力増強のためのサプリメントを購入した。**1回限りと確認して購入したにもかかわらず、4回の受け取りが条件の定期購入になっていた**。納得できない。



市内の定期購入に関する相談件数



※市消費生活センター調べ



購入前に確認を！トラブルを防ぐために、次のことを確認しましょう

- 定期購入が条件となっていないか
 - 支払い総額はいくらか
 - 解約の条件
 - 解約する場合の支払い手段
 - 返品可否とその条件
 - 利用規約の内容
- ⚠ インターネットを利用して購入した場合は、**注文時の最終確認画面**をスクリーンショットなどで**保存**しておきましょう。
 - ⚠ 通信販売には、クーリング・オフ制度が適用されません。

トラブルになったときは、一人で悩まず早めに消費生活センターに相談しましょう。



十和田市食生活改善推進員会 おすすめレシピ Vol.15 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員会が、おすすめレシピを紹介します。

今回は **フレイル※予防に!**  **ごぼう入りつくねバーグ**  です。

※筋力や心身の活力が低下した健康と要介護の間の虚弱な状態のこと



● 1人分の栄養価

エネルギー 362kcal、タンパク質 23.1g、脂質 23.6g、
炭水化物 12.0g、食物繊維 3.7g、食塩相当量 0.8g

❖フレイル予防の食事ポイント❖

タンパク質を意識して、毎食1品は主菜(肉・魚・卵・大豆製品をメインとした料理)を取り入れましょう。

■材料 (4人分)

| | |
|--------------|----------|
| 豚ひき肉 | 320g |
| ゴボウ | 100g |
| ナガイモ | 40g |
| 高野豆腐 (粉末タイプ) | 20g |
| 牛乳 | 大さじ2と1/2 |
| 白いりゴマ | 小さじ1 |
| オリーブ油 | 小さじ4 |
| 豆苗 | 40g |
| コショウ | 少々 |
| ミニトマト | 8個 |
| 大根おろし | 80g |
| しょうゆ | 0.8g |


| | | |
|---|-----|------|
| A | 卵 | 1個 |
| | みりん | 小さじ2 |
| | みそ | 16g |

■作り方

- 1 ゴボウは皮をむき、みじん切りまたはすりおろしにする。
- 2 ナガイモは皮をむき、すりおろす。
- 3 高野豆腐は牛乳でふやかす。
- 4 ボウルに豚ひき肉、①、②、③、Aを入れ、粘りが出るまで混ぜる。混ぜたら8等分し、円形に整え、白いりゴマを片面にまぶす。
- 5 フライパンを熱し、3~4cmに切った豆苗をしんなりするまで炒め、コショウで味付けし、皿に移す。
- 6 同じフライパンにオリーブ油をひき、④をゴマのついた面を下にして並べ、中火で3分焼く。上下を返し、水大さじ1 (分量外)を加え、ふたをして弱火で8~10分焼く。
- 7 焼き上がったら皿に移し、豆苗とミニトマト、大根おろしを添える。大根おろしにしょうゆをかける。

おやこの食育教室

主催 十和田市食生活改善推進員会

健康増進課 ☎51-6791

内容 クリスマスメニューの調理実習

対象 保育園・幼稚園年長児~小学校6年生の子どもとその保護者

とき 12月24日(日) 午前9時30分~午後1時

ところ 東コミュニティセンター 実習室

持ち物 エプロン、三角巾

参加費 無料

定員 親子10組 ※事前にお申し込みください

申込期間 12月5日(火)~15日(金)



のうぎょうと 農業委員会 第47号

岡農業委員会事務局

☎51-6740

遊休農地を増やさないために

■農地パトロールを実施しました

農地パトロールは、地域の農地利用を総点検する取り組みで、遊休農地の実態把握と発生防止、違反転用の早期発見などを目的として、農業委員会が毎年実施しています。8月28日から30日までの3日間、農業委員、農地利用最適化推進委員および農業委員会事務局職員で実施したところ、新たな遊休農地が確認されました。今後は遊休農地の所有者などに利用意向を尋ね、あっせんや指導を行い、遊休農地の解消に向けた取り組みを引き続き進めていきます。



▲農地パトロールの様子

■農地を遊休化させないために

農地がいったん遊休化すると、耕作可能な農地への復旧には多大な投資と労力がかかります。また、景観の悪化や病害虫の発生など付近の農地にも悪影響を及ぼします。さらに、評価額の変更により**固定資産税の額が現行の1.8倍になる場合もあります。**

高齢や労力不足などで自ら耕作できない場合は、農地の売却や農地中間管理機構を通じた貸し付けなどをご検討ください。各地区の農業委員や農地利用最適化推進委員、農業委員会事務局が相談に応じますので、お気軽にお問い合わせください。

SNS活用セミナーを開催しました

9月3日、農業者、飲食業者および農産物加工業者を対象に、農産物のPR力向上のためのSNS活用セミナーを開催し、32人が参加しました。講師に、県内在住のインフルエンサーである平沼^{かなこ}菜子さんを招き、写真の撮影方法や加工の仕方、目を引くSNSの投稿などについて学びました。

今後、農業振興や農業後継者対策について、さまざまな取り組みを展開していきます。



▲SNS活用セミナーの様子

家族経営協定を締結しませんか

●家族経営協定とは…

仕事と生活の区別があいまいになりがちな農業経営において、やりがいと働きやすい環境づくりのため、労働時間や役割分担・報酬・休日などについて、家族でルールを決めることです。

市では、これまでに130組が締結しています。

●こんな人へおすすめ

- ・農業の後継者で、就農や結婚をした人
- ・農業者の親世帯、または子世帯との同居を考えている人
- ・新規就農を目指している人
- ・家族全員で、生活設計・農業経営の将来を話し合いたい人

●締結のメリット

- ・認定農業者の共同申請を行うことができます。
- ・農業者年金保険料の一部について、一定の要件を満たせば補助を受けることができます。

家族経営協定に興味のある人は
農業委員会事務局にご相談ください



耕作証明書、農地台帳の写しの交付申請には本人確認書類が必要です

交付場所 農業委員会事務局（別館4階） ※西コミュニティセンターでは交付できません。

申請に必要な物 本人確認書類（マイナンバーカードや運転免許証など）

※同一世帯でない人が申請する場合は委任状が必要です。

交付手数料 無料

農地情報（令和5年11月現在）

次の地域の農地について、受け手を募集しています。価格などの条件は交渉できる場合がありますので、希望する農家の人はご連絡ください。農地情報は市ホームページにも掲載しています。

受け手を探しています

☎農業委員会事務局 ☎51-6740

| No. | 区分 | 希望地域 | 登記地目 | 現況地目 | 合計面積 (㎡) | 10 a当たりの希望価格 |
|--------|--------|----------|--------|------|----------|----------------------|
| R 4-6 | 売却 | 西二十一番町 | 2筆 田 | 田 | 2,439 | 要相談 |
| R 4-7 | 売却 | 三本木字間遠地 | 1筆 田 | 田 | 2,339 | 20万円 |
| R 4-9 | 売却 | 相坂字高清水 | 1筆 田 | 田 | 2,961 | 要相談 |
| R 4-10 | 売却 | 相坂字高清水 | 2筆 田 | 田 | 5,845 | 要相談 |
| R 4-11 | 貸付 | 切田字西大沼平 | 1筆 畑 | 畑 | 3,450 | 5,000円 |
| R 4-12 | 貸付 | 奥瀬字生内 | 8筆 田・畑 | 田・畑 | 24,955 | 5,000円 |
| R 4-14 | 貸付・売却 | 法量字山ノ下 | 2筆 田 | 田 | 1,707 | 貸付 1,000円 売却 要相談 |
| R 4-17 | 貸付・売却 | 洞内字沼田野 | 2筆 田 | 田 | 4,841 | 要相談 |
| R 4-20 | 貸付 | 三本木字下平 | 2筆 畑 | 畑 | 7,533 | 1万円 |
| R 4-21 | 貸付 | 相坂字箕輪平 | 3筆 田・畑 | 田・畑 | 7,719 | 1万円 |
| R 4-22 | 売却 | 三本木字野崎 | 2筆 田 | 田 | 2,525 | 50万円 |
| R 4-26 | 貸付・売却 | 切田字前谷地 | 1筆 田 | 田 | 9,927 | 貸付 5,000円 売却 要相談 |
| | | 切田字横道 | 3筆 | | | |
| R 4-27 | 売却 | 三本木字並木西 | 1筆 田 | 田 | 291 | 要相談 |
| R 4-29 | 貸付 | 東十一番町 | 2筆 田 | 田 | 5,185 | 1万円 |
| R 4-30 | 貸付 | 沢田字種井沢 | 1筆 田 | 田 | 5,229 | 1万円 |
| | | 沢田字番屋 | 1筆 | | | |
| R 4-32 | 貸付・売却 | 深持字相内 | 1筆 畑 | 畑 | 1,258 | 貸付 9,400円 売却 10万円 |
| R 5-1 | 売却 | 三本木字稻吉 | 4筆 田・畑 | 田・畑 | 20,772 | 要相談 |
| | | 相坂字小林 | 1筆 田 | 田 | | |
| | | 相坂字相坂 | 1筆 | | | |
| R 5-2 | 貸付 | 西二十三番町 | 1筆 畑 | 畑 | 460 | 要相談 |
| R 5-3 | 貸付 | 三本木字野崎 | 1筆 田 | 田 | 10,007 | 6,000円 |
| R 5-4 | 売却* | 三本木字一本木沢 | 1筆 田 | 田 | 2,939 | 20万円 |
| R 5-5 | 売却* | 相坂字高清水 | 5筆 田 | 田 | 14,228 | 20万円 |
| R 5-6 | 売却* | 沢田字篠沢山 | 4筆 田 | 田 | 8,917 | 要相談 |
| R 5-8 | 貸付・売却 | 東十三番町 | 2筆 田・畑 | 田・畑 | 14,446 | 要相談 |
| | | 三本木字下平 | 1筆 田 | 田 | | |
| R 5-9 | 売却* | 洞内字後野 | 5筆 田 | 田 | 10,093 | 20～50万円（要相談） |
| R 5-10 | 売却 | ひがしの二丁目 | 1筆 畑 | 畑 | 807 | 10万円～（要相談） |
| R 5-11 | 売却* | 奥瀬字堰道 | 1筆 田 | 田 | 1,868 | 20万円程度（要相談） |
| R 5-12 | 売却* | 三本木字稻吉 | 9筆 田・畑 | 田・畑 | 7,538 | 要相談 |
| R 5-13 | 売却* | 奥瀬字下川目 | 1筆 畑 | 畑 | 499 | 要相談 |
| R 5-14 | 貸付・売却* | 赤沼字下平 | 1筆 畑 | 畑 | 980 | 貸付 1万円 売却 要相談 |

*本年度中に作付けなどがあるため、売却や貸し付けの時期はお問い合わせください。

農業者年金に加入しましょう！

詳しくは、(独)農業者年金基金のホームページ、農業委員会またはお近くのJAまで！

ポイント1 農業者なら誰でも入れる**終身年金**です。

ポイント2 支払った保険料の**全額が社会保険料控除の対象**です。

ポイント3 保険料は**月額2万円（35歳未満は月額1万円）**から加入できます。



(独)農業者年金基金
ホームページ

集まろう！ 集いの場

問 高齢介護課 ☎51-6720

自主的に健康づくり、介護予防の取り組みや地域貢献活動をしている「集いの場」を紹介します。

清水町内会「ラ・クラック」

(代表：中野 栄子さん)

会員数 10人

活動場所 清水集会所

活動内容 料理、環境整備、花見など



▲フレイル予防教室



▲フレイル予防の体操

代表の中野さんの声

今年の春に活動を始めました。現在は、男性2人、女性8人で活動しています。

いろいろな行事の際に、みんなで楽しめるような活動を工夫して行っています。これからも無理のない範囲で続けていこうと思っています。



集いの場に行ってみたい人、集いの場を始めたい人はお問い合わせください。

地域での仲間づくりや閉じこもりの防止、孤立防止につながっています。

楽しく運動して
筋力アップ！

いきいき体操

申問 高齢介護課 ☎51-6720

市では、介護予防指導員を配置し、介護サービスを利用していない65歳以上の人に向けて「いきいき体操」を市内6カ所の会場で実施しています。

「いきいき体操」では、筋力トレーニングや脳トレーニング・^{こうくう}口腔体操・歌体操などを通して、楽しみながら認知症予防や、体力づくりを行っています。

見学だけでも大歓迎ですので、ぜひお問い合わせください。

ところ 市民交流プラザ「タワーレ」、西コミュニティセンター、南コミュニティセンター、東コミュニティセンター、志道館、沢田悠学館

持ち物 手拭いまたはタオル、飲み物

参加費 無料

※人数制限があるため事前にお申し込みください。

※定員、時間は会場ごとに異なります。詳しい時間などはお問い合わせください。

いきいき体操の様子



歌体操動画を配信中！

市のホームページで、いきいき体操スタッフによる2種類の「体操動画」を公開しています。

YouTube「十和田市公式チャンネル」からも見ることが出来ます。



◀市ホームページ
はこちらから

十和田市 歌体操 検索

水道管の凍結にご注意ください!

☎水道課 ☎25-4515

寒さ対策に慣れていない12月と1月は、毎年水道管の凍結件数が多くなります。外気温が氷点下になる夕方から翌朝にかけては、凍結しないよう特に注意しましょう。

❖ 凍結を防ぐには…

就寝前や留守のときは、元栓（水抜栓・不凍結水栓）を完全に閉め、蛇口を解放して水抜きをします。瞬間湯沸器なども忘れずに水抜きしましょう。

水抜栓・不凍結水栓のハンドルは、**確実に全開または全閉しないと水抜き口から漏水することがあります。**

むき出しの水道管は特に注意が必要です。市販の保温材や毛布などで保温しましょう。

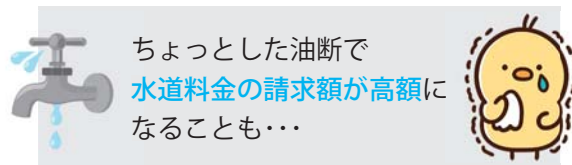
❖ 万が一、凍結したら…

凍結（漏水）などにより修理が必要なときは、「**十和田市指定給水装置工事事業者**」に直接依頼してください。

※水道メーターから各家庭につながっている水道管の修理については使用者の負担となります。

❖ 水道（給水装置）の維持管理をしましょう

配水管から各家庭に引き込みをしている給水管や蛇口などの給水装置（メーターは除く）は、使用する人の大切な財産です。使用者自身で維持管理しましょう。



十和田市指定給水装置工事事業者（10月末現在）

市内事業者 県内事業者 県外事業者

| 事業者名 | 電話番号 |
|----------------|---------|
| (有)赤坂推建工業 | 24-2147 |
| アストモスリテイリング(株) | 20-7181 |
| (株)小川鉄工 | 22-7229 |
| (株)オキタ工業 | 23-6840 |
| (株)上坂水道工業 | 23-1205 |
| 管設備工業(株) | 23-4887 |
| 北日本管工業(株) | 23-2119 |
| 県南環境保全センター(株) | 22-2061 |
| (有)県南設備工業 | 22-6204 |
| 桜田設備工業(株) | 23-3889 |
| ササキ石油販売(株) | 72-2026 |
| (有)佐野水道設備 | 23-3603 |
| 佐義建設工業(株) | 23-4773 |
| (有)三豊設備工業 | 22-1760 |
| 白浜水道(株) | 23-7164 |
| (株)タナカ設備 | 22-2231 |
| (株)テクノユー | 22-4330 |
| 東陽工業(株) | 23-6610 |
| 友住設備工業(株) | 23-1748 |
| (有)十和田住建 | 22-6210 |
| (有)十和田浄化槽センター | 23-0424 |
| 中沢水道設備工業(株) | 22-3695 |
| 中正設備 | 22-6209 |
| (株)中由設備 | 58-0733 |
| (株)成田設備 | 23-1176 |
| (株)PlanB | 25-6549 |
| マイタック設備 | 73-2328 |
| (株)三浦設備工業 | 23-5398 |
| (有)村中水道設備 | 72-2652 |
| (有)明水冷暖設備工業 | 27-2510 |

| 事業者名 | 電話番号 |
|--------------|--------------|
| (有)共同設備工業 | 54-4722 |
| (有)大栄設備 | 52-5259 |
| (有)田中水道工業所 | 53-5953 |
| (有)中野設備 | 54-2024 |
| (有)西館設備工業 | 57-4355 |
| (有)丸勝工業 | 58-7061 |
| 石田産業(株) | 62-2103 |
| (有)蛭名水道 | 56-2321 |
| (有)小野寺水道設備工業 | 55-4789 |
| 川尻商会 | 55-3918 |
| (有)橋住建設工業 | 58-2722 |
| (有)三共設備工業 | 56-5307 |
| 下田水道設備 | 55-3235 |
| (株)シンコー | 62-4518 |
| (有)日研設備 | 55-4752 |
| 東住設 | 68-4742 |
| (株)三輪建設 | 62-6111 |
| (有)吉田設備 | 55-2516 |
| (有)宮古設備工業 | 57-2477 |
| (有)清水バーナー設備 | 0175-78-2063 |
| (有)田畑設備工業 | 0178-52-2898 |
| 不二興管工業(株) | 0178-56-3231 |
| (有)松本水道 | 0178-52-2375 |
| アクア設備(株) | 0178-72-1500 |
| (株)朝日設備 | 0178-28-9275 |
| (有)エイユーテック | 0178-25-1886 |
| (株)三久工業 | 0178-27-6333 |
| (有)創水舎 | 0178-22-9944 |
| (株)平設備 | 0178-30-1092 |
| (株)テクノワーク | 0178-23-5400 |

| 事業者名 | 電話番号 |
|-----------------|---------------|
| (株)天幸住設 | 0178-96-1386 |
| (有)浪岡設備工業所 | 0178-43-3024 |
| (株)ライフスタイルカンパニー | 0178-28-8082 |
| (有)類政設備工務店 | 0178-45-8221 |
| 西浦水道建設工業(株) | 0178-22-5167 |
| (有)日建設備 | 0178-45-8889 |
| (有)八戸水洗サービス | 0178-43-5155 |
| (有)北桜水道建設 | 0178-82-2106 |
| (株)壬生設備 | 0178-71-8668 |
| (株)リプラス | 0178-38-9373 |
| LIKE BASE | 090-9632-5683 |
| (株)松本工務店 | 0178-76-2623 |
| (株)オータ水道 | 0178-62-5033 |
| (有)カネタケ | 0178-62-5225 |
| (株)秀栄工業 | 0178-68-3109 |
| (株)村下建設工業 | 0178-78-3311 |
| 東北水道設備工業(株) | 017-762-1811 |
| (株)日水設備工業 | 017-742-6614 |
| (株)クラシアン | 0120-500-500 |
| (株)北斗住機 | 017-755-3779 |
| (株)イトウ建材店 | 0186-35-2096 |
| (株)コステー鹿角 | 0186-23-2748 |
| (有)柳澤施設工業 | 0186-37-3792 |
| (株)管文 | 0195-23-5110 |
| (株)イースマイル | 06-7739-2525 |
| (株)アクアライン | 082-502-6644 |
| 水道ワークス | 0120-900-832 |

年末年始は事業者も休業しますのでご注意ください。

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

❖十和田市役所の電話番号

(代表) 0176-23-5111

※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QR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

特殊詐欺の被害をなくそう **注意**

身に覚えのないお金の話は一人で対応せず、家族や知人、十和田警察署または交番・駐在所に相談しましょう。

警察相談専用電話 # 9110

または 017-735-9110

☎十和田警察署 ☎ 23-3195



県税部窓口開設時間の変更

窓口受付 午前8時45分～午後5時

電話受付 午前8時30分～

午後5時15分

開始時期 令和6年1月4日(木)

☎上北地域県民局 ☎ 23-4241

◆ 年末年始の業務案内 ◆

| 施設名 | 休日 | 問い合わせ先 |
|-----------------------|---------------------------|----------|
| 市役所 | 12月29日(金)～ | ☎23-5111 |
| 中央病院 | 令和6年1月3日(水) | ☎23-5121 |
| 現代美術館 | 12月25日(月)～ | ☎20-1127 |
| 市民の家 | 令和6年1月1日(月) | ☎74-2007 |
| 道の駅奥入瀬 (四季彩館/味楽工房) | 12月31日(日)、 令和6年1月1日(月) | ☎72-3201 |
| 道の駅とわだ | 令和6年1月1日(月) | ☎28-3790 |
| 観光物産センター (AST内) | 令和6年1月1日(月) | ☎24-3006 |
| 馬事公苑「駒っこランド」 | | ☎20-6020 |
| | | ☎20-6022 |
| 地域交流センター「とわふる」 | | ☎51-3201 |
| 市民交流プラザ「トワール」 | | ☎58-5670 |
| 南コミュニティセンター | 12月29日(金)～ | ☎22-4416 |
| 東コミュニティセンター | 令和6年1月3日(水) | ☎24-9000 |
| 西コミュニティセンター | | ☎72-2311 |
| 郷土館 | | ☎72-2340 |
| 十和田湖民俗資料館 | | ☎74-2547 |
| 沢田悠学館 | | ☎73-2012 |
| 市民文化センター | | ☎22-5200 |
| 総合体育センター | | ☎25-5555 |
| 屋内グラウンド「こまかいどーむ」 | 12月28日(木)～ | ☎27-1270 |
| おらんどーむ | 令和6年1月4日(木) | ☎27-3277 |
| アネックススポーツランド | | ☎74-1616 |
| 志道館 | | ☎23-2387 |
| 市民図書館 | | ☎23-7808 |

■市役所 死亡、婚姻などの届け出は、宿直室で受け付けします。

※本館休日は夜間出入り口（北側）からお入りください。

■中央病院 救急患者は通常どおり対応します。

■市民図書館 図書の返却（CD、DVD、紙芝居、大型絵本、他館図書借用資料を除く）は、入り口の返本ポストに返却してください。ただし、**休館中は駐車場は有料となります**ので、令和6年1月5日(金)以降にサービスカウンターに返却していただいても構いません。

【有料広告欄】

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



QRコード

10言語対応「広報とわだ」 デジタルブックで配信中！

Available in 10 Languages!



This Public relations magazine can be read in 10 languages

○ ブラウザでもアプリでも、
スマホやタブレットで読める

○ 読みやすいUDフォントで
表示し、サイズも調整できる

○ 動画や写真も楽しめる

○ 10言語で読める・聞ける
(音声読み上げ対応※)

無料

FREE APP



※【音声読み上げ】ブラウザによっては対応していない場合があるため、専用ビューア「Catalog Pocket (カタポケ)」《無料》をご利用ください。



ご確認ください!!

◆年末年始、令和6年1月の家庭ごみの収集日程◆

◆燃えるごみの収集は次のとおりです。 圃まちづくり支援課 ☎ 51-6726
収集日以外のごみを出さないでください。

| | 月・木の収集地区 | 火・金の収集地区 |
|----------|-------------|-------------|
| 年内の最終収集日 | 12月28日(木) | 12月29日(金) |
| 新年の収集開始日 | 令和6年1月4日(木) | 令和6年1月5日(金) |

◆1月の「燃えないごみ」と「資源ごみ」の収集は次のとおりです。
ごみ収集日が月・火・水曜日の地域は1週先送りになりますのでご注意ください。

| 収集地区 | 第1回目の週 | 第2回目の週 | 第3回目の週 | 第4回目の週 |
|------|--------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| 収集日程 | 令和6年1月 4日(木) 〽 10日(水) | 令和6年1月 11日(木) 〽 17日(水) | 令和6年1月 18日(木) 〽 24日(水) | 令和6年1月 25日(木) 〽 31日(水) |

◎年末年始は、各収集所の収集時間が通常時と異なる場合があります。
ごみは午前8時までに出してください。
(ごみ収集は午前8時から始まります)

収集曜日など詳しくは「家庭ごみ収集日程表」
や「ごみ収集アプリ」でご確認ください。



App Store からダウンロード Google Play マジックスキャン
▲ごみ収集アプリ QR コード

第75回人権週間

青森地方法務局・青森人権擁護委員協議会では、毎年12月4日～10日を入権週間とし、世界人権宣言の周知と人権尊重思想の普及高揚を図っています。

同週間に併せて「ハンセン病を正しく知るためのパネル展」を開催します。ぜひこの機会にハンセン病について考えてみませんか。

とき 12月4日(月)～8日(金)
午前10時～午後3時

ところ 青森第二合同庁舎 1階
共用会議室(青森市長島一丁目3-5)

圃青森地方法務局人権擁護課
☎ 017-776-9024

令和5年中に土地・家屋の状況に変更があった人は申告が必要です

●土地の申告

▶地目変更の申告

対象 土地の用途を変更した人
※登記した人は不要です。

申告期限 12月28日(木)

●家屋の申告

▶建築・増築・滅失の申告

対象 建物を建てた(増築を含む)、
または取り壊した人

▶家屋用途変更の申告

対象 家屋の用途を変更した人
※いずれも登記した人は不要です。

▶未登記家屋名義変更の申告

対象 相続・売買などにより未登記家屋の名義を変更した人
※登記家屋の増築部分や車庫・物置などが未登記である場合があります。
※未登記家屋は、税務課に名義変更の届け出をする必要があります。

申告期限 12月28日(木)

圃税務課 ☎ 51-6768、51-6769



狂犬病予防注射をしましょう

圃まちづくり支援課 ☎ 51-6726

「狂犬病予防法」により、犬の飼い主は1年に1度、飼い犬に狂犬病予防注射をすることが義務付けられています。令和5年3月2日以降、まだ注射をしていない場合は、動物病院で注射をしてください。

令和5年度の接種期限 令和6年3月1日(金)

| 病院名 | 住所 | 電話番号 | 休診日 |
|-------------|------------------|----------|---------------|
| 小笠原犬猫病院 | 元町西四丁目 7番36号 | ☎22-3346 | 木曜日、日曜日・休日の午後 |
| 小山田獣医科クリニック | 相坂字白上 248番地82 | ☎23-3040 | 水・日曜日・休日の午後 |
| 草野動物病院 | 東十四番町 26番10号 | ☎22-1594 | 土・日曜日、休日 |
| ふれあい動物病院 | 西二十二番町 5番1号 | ☎51-0911 | 土曜日の午後、日曜日・休日 |
| ポー動物病院 | 三本木字下平 144番地2 | ☎51-3754 | 土・日曜日・休日の午後 |

※年末年始の休診日については、各病院にお問い合わせください。

※市外の動物病院で注射をした場合などは、病院から交付される「狂犬病予防注射済証」を持参の上、必ずまちづくり支援課で注射済票(手数料:550円)の交付申請をしてください。注射済票の交付を受けない人は未注射と見なされますので、忘れずに手続きをお願いします。



広報とわだ 11月号の訂正

16ページに掲載した「総合体育センター休館について」の記事中に誤りがありましたので次のとおり訂正します。

(誤) 令和6年8月～ (正) 令和6年7月～

関係者の皆さまや市民の皆さまにご迷惑をお掛けしましたことを深くお詫び申し上げます。

圃スポーツ・生涯学習課 ☎ 58-0187

ひとり親家庭の親の就業を支援します

市内に住むひとり親家庭の父または母で、就業やスキルアップのための講座などを受講する人へ「自立支援教育訓練給付金」の給付を行っています。

対象となる講座 ハローワークで指定する教育訓練講座

対象者 20歳未満の子を持ち、児童扶養手当の支給を受けている、または同等の所得水準にある人

支給額 入学料と受講料の合計の60%（上限20万円）

※受講前に事前相談が必要ですので、お問い合わせください。

申問 こども支援課 ☎ 51-6716

12月1日～7日は^{なだれ}雪崩防止週間です

雪崩の危険は家の裏、生活道路や通学路、スキー場などのレジャー区域など、さまざまな形で身近な場所に潜んでいます。兆候を発見したら早めの避難を心掛けてください。

雪崩の前兆現象の例

■雪の張り出し（^{せつび}雪庇）ができています

■斜面をころころと雪のかたまり（スノーボール）が転がってきた

■斜面に雪の割れ目（クラック）ができた

問 総務課 ☎ 51-6703

県河川砂防課

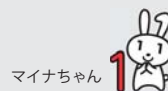
☎ 017-734-9670

市ホームページはこちらから▶



◆マイナンバーカード臨時窓口

申問 市民課 ☎ 51-6755



とき 令和6年1月6日(土)

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 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 |
|------------------|-------------|-----------------------------|
| 12月4日(月)～8日(金) | 9:30～12:30 | ユニバース十和田東店 |
| 12月11日(月)～15日(金) | 10:00～12:30 | イオンスーパーセンター十和田店 |
| 12月18日(月)～22日(金) | 10:00～12:30 | ヤマダデンキ (テックランド New 十和田店) |

◆いずれも必要な物

▶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）

▶【臨時窓口】口座情報が分かるもの（公金受取口座の登録を希望する人）

※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。

合葬墓の見学会を実施します

とき 12月25日(月)

①午前10時～ ②午後2時～

ところ 三本木霊園

（東十三番町45-1）

定員 各回30人（先着順）

申し込み方法 まちづくり支援課窓口または電話にてお申し込みください。

申込期間 12月1日(金)～22日(金)

午前9時～午後5時

※見学会への参加により合葬墓の使用が優先されるものではありません。

申問 まちづくり支援課 ☎ 51-6726

令和6年新年祝賀会を開催します

とき 令和6年1月4日(木)

午後5時30分～

ところ サン・ロイヤルとわだ

定員 400人（先着順）

会費 6,000円

申込期限 12月8日(金)

※会費を添えて、次のいずれかにお申し込みください。

申問 秘書課 ☎ 51-6780

十和田商工会議所 ☎ 24-1111

十和田商工会議所十和田湖支所

☎ 72-2201



【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。

おいしい十和田の Instagram 発信中!!

#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

Follow me!! → OISHITOWADA

☆ 募 集

令和6年4月採用
市社会福祉協議会職員募集

採用人数 1人程度
業務内容 地域福祉に関する多種事業および事務に従事
申込期限 12月27日(水)
甲南市社会福祉協議会
☎ 23-2992



詳しくはこちらから▶

令和5年度十和田市体育・スポーツ賞候補者の推薦

教育委員会では、体育・スポーツの振興に功績があった人およびスポーツ活動において優秀な成績を収めた人に対し、その功績を顕彰しています。

推薦基準や申請書様式などはスポーツ・生涯学習課窓口または市ホームページに掲載していますので、該当する候補者を推薦くださるようお願いいたします。

推薦期限 12月13日(水)
対象期間 令和5年中の功績
表彰式 令和6年2月23日(金)
甲南スポーツ・生涯学習課
☎ 58-0187



詳しくはこちらから▶

県営住宅上平団地入居者募集

募集住居 1DK
(2階建て1階玄関) 1戸
入居予定日 令和6年2月1日(木)
募集期間 12月1日(金)～8日(金)
家賃 14,900～29,300円
(駐車場代は別途1台1,300円)
選考方法 申し込み多数の場合は抽選
※応募資格など詳しくはお問い合わせください。
甲南上北地域県民局建築指導課
☎ 22-8111 (内線266)

安全な雪下ろしや除雪作業を
心掛けましょう

除雪中の事故防止のための十か条

- ① ヘルメットや命綱など安全な装備で
 - ② はしごはしっかり固定する
 - ③ 作業は家族や隣近所と協力して2人以上で行う
 - ④ 足場の確認を行う
 - ⑤ 雪下ろしのときは周りに雪を残す
 - ⑥ 晴れの日ほど屋根からの落雪に注意
 - ⑦ 道具は小まめに手入れ・点検をする
 - ⑧ 除雪機はエンジンを切ってから雪詰まりを取り除く
 - ⑨ 携帯電話を身に付ける
 - ⑩ 作業開始後と疲れた頃は特に慎重に
- 甲まちづくり支援課 ☎ 51-6777

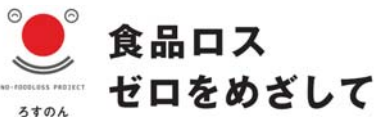


食事は、楽しくおいしく残さずに！
料理は食べきる月間

日本では、食料自給率が低いにもかかわらず、生産、製造、販売、消費などの各段階で大量の食品ロスが発生しています。

食品ロスは日本で年間約522万tと推計され、これを国民一人一日あたりに換算すると、おにぎり1個分に相当する113gとなります。12月～1月は、会食をする機会が増えるため、会食の最初の30分間と最後の10分間に料理を食べる時間を設ける3010 (さんまるいちまる) 運動の活用や、食べきることのできる量を注文するなど、おいしく残さず食べきりましょう。

甲まちづくり支援課 ☎ 51-6726



すぐにたべるなら、手前をえらぶ。

『てまえどり』にご協力ください。

みんなで目指そう、地球にやさしいお買い物。
消費者庁 農林水産省 環境省

土壌診断料の一部を補助します

対象 出荷・販売を目的とした野菜生産に取り組む農家

補助内容 土壌診断に係る経費(2分の1以内)

申請期限 令和6年2月9日(金)

必要な物 申請書、土壌診断書の写しなど

※十和田おいらせ農業協同組合で土壌診断した人は申請不要です。

※既に実施している「おいしい十和田野菜の健康な土づくり事業」と併用できます。

甲南十和田市地域農業再生協議会 (農林畜産課内) ☎ 51-6742

宝くじの助成金で
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。

◆万内町内会◆

エアコン、液晶テレビ、冷蔵庫、電子レンジほか

甲まちづくり支援課 ☎ 51-6725

交通事故に気を付け
ましょう



冬は路面凍結や視界不良などによる交通事故が起こりやすくなります。ドライバーは横断歩道前の一時停止と早めの点灯、歩行者は横断歩道を渡る際意思表示(手を挙げる)と反射材の着用を心掛けましょう。

忘年会などで飲酒の機会が増えますが、飲酒運転は絶対にしてはいけません。

甲まちづくり支援課 ☎ 51-6777

市営住宅入居者募集

☎ 市営都市整備建築課 ☎ 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 | 1※ | 平屋 | 3LDK | 32,000円 |

入居者資格 次の要件を全て満たす人

※特定公共賃貸住宅

- ▶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

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 12月1日(金)～15日(金) 選考方法 申し込み多数の場合は抽選

◆「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。

地域包括支援センター運營業務委託法人の募集

☎ 市営高齢介護課 ☎ 51-6720

募集圏域 ▶東地域 ▶北地域 ▶西南地域

委託期間 令和6年4月1日～令和9年3月31日 ※詳しくは市ホームページ

参加意向表明書の提出期限 12月18日(月) をご覧ください。

海上自衛隊八戸航空基地

令和6年度 防衛・基地モニター募集

モニターの種類 ▶防衛モニター

防衛や自衛隊に関するモニター

▶基地モニター 海上自衛隊や八戸航空基地に関するモニター

対象 次の全てに該当する人

▶自衛隊の活動内容を知りたい人

▶八戸市と近隣市町村に住む人

▶公務員ではない20～59歳の人

委嘱期間 令和6年4月から2年間

申込期限 令和6年1月10日(水)

※詳しくはお問い合わせください。

☎ 市営海上自衛隊第2航空司令部広報室 ☎ 0178-28-3011(内線2331)

航空自衛隊三沢基地モニター募集

対象 三沢基地周辺市町村に在住する人※国会議員、地方公共団体の議会議員、公務員などを除く。

定員 5人

委嘱期間 令和6年4月から2年間

主な活動 基地内および職場見学、航空機体験搭乗、アンケート調査およびモニター会議など

申込期限 令和6年1月19日(金)

※詳しくはお問い合わせください。

☎ 市営航空自衛隊三沢基地渉外室

☎ 53-4121(内線3053)

「生涯学習出前講座」の市民講師募集

主な講義・指導分野 芸術、文化、家庭、生活、スポーツ、健康、教養、その他生涯学習に関すること
対象 次の要件を満たす人

▶市内に在住または在勤する18歳以上の個人、または市内で活動する主に市民で構成された団体

▶専門分野または特別な領域で優れた知識、経験、技術などを有していること

申し込み方法 申請書を持参、郵送、FAXのいずれかの方法で提出してください。

※申請書・しおりはスポーツ・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することができます。

※申し込みは随時受け付けています。

☎ 市営スポーツ・生涯学習課

☎ 58-0186 FAX 24-3954

放送大学令和6年4月入学生募集

放送大学は正規の通信制大学です。「大学を卒業したい」「働きながらスキルアップしたい」など、それぞれの目的でさまざまな年代や職業の人が学んでいます。

授業はインターネットやBS放送で視聴して、1科目から学ぶことができます。

出願期限 令和6年3月12日(火)
※詳しくは放送大学ホームページ(<https://www.ouj.ac.jp>)をご覧ください。

☎ 市営放送大学八戸サテライトスペース ☎ 0178-70-1663

【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
令和6年3月31日まで
市役所窓口より200円お得!
(各店舗の営業時間内※年末年始は除く)

【利用できる店舗】

- セブンイレブン ●ファミリーマート
- ローソン ●ミニストップ
- マックスバリュ ●ユニバース ほか

【取得できる証明書】

- 住民票の写し ●印鑑登録証明書
- 戸籍証明書 ●戸籍の附票の写し
- 課税証明書

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!



講座・教室

女性のためのスマートワーク

とき 12月8日(金)
午後2時～4時30分
ところ 市民交流プラザ「トワール」
演題 自分らしい働き方で職場に貢献する
対象 就業している女性、再就職を考えている女性など
定員 30人(先着順)
申し込み方法 商工観光課に備え付け、または市ホームページからダウンロードした申込書に必要事項を記入の上、申し込みください。
申問 商工観光課 ☎ 51-6773
メール shokokanko@city.towada.lg.jp



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。
申問 健康増進課 ☎ 51-6791

中央病院「市民健やかゼミナール」



とき 12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 「安全な輸血について」
講師 中央病院臨床検査科 三浦 創 臨床検査技師
※講演終了後、転倒予防の運動を10分程度行います。
※直接会場にお越しください。
申問 中央病院業務課 ☎ 23-5121 (内線 3220)

第6回十和田市民「あんしん生活活用講座」



とき 12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 地域を支える総合診療について
講師 弘前大学 総合地域医療推進学講座 米田 博輝 医師
開催方法 来場(先着50人) オンライン(Zoom)
申込期限 12月11日(月)
申し込み方法 電話またはQRコードから申し込みください。
申問 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▶



市民の広場

**池坊いけばな教室
クリスマスの花を楽しみましょう**

とき 12月16日(土)
午後1時30分～3時
ところ 市民交流プラザ「トワール」
内容 花で赤鼻のトナカイを作り、花をいけ、星を飾ります。完成作品は器のまま持ち帰ることができます。
対象 小学生～一般(小学生は保護者同伴)
定員 20人(先着順)
費用 1,100円(花材代)
持ち物 おしぼり大のタオル
申込期限 12月13日(水)
申問 池坊十和田支部・松田 ☎ 090-2369-7831

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。
掲載希望の団体、サークルの人は市ホームページをご覧ください。

とわだわくわく子育て講座

子どもの個性とどう向き合っていくたらよいか、一緒に学んでみませんか。
とき 12月13日(水)
午後6時～7時30分
ところ 市民交流プラザ「トワール」
演題 「一人一人の豊かな成長のために」
講師 市教育委員会 指導課 対馬 拓也 指導主事
対象 子育て中の人、関心のある人
定員 20人(先着順)
費用 500円(会場費など)
申込期限 12月7日(木)
申問 とわだわくわく子育て応援隊 ☎ 090-2953-1098

第24回舞悠会演芸会

とき 12月2日(土)
午後1時～3時30分
ところ 沢田悠学館
内容 新舞踊、歌謡など
申問 舞悠会・新屋敷 ☎ 090-1061-6904

ゲートボールに触れてみよう

ゲート通過・ビンゴボードでゲーム感覚で楽しみながら、ゲートボールにふれてみませんか。「文部科学大臣杯2023年全日本選手権大会」では本市の「十和田西」チームが優勝しました。
とき 12月3日(日)
午前9時30分～11時30分
ところ 屋内グラウンド「こまかいどーむ」
※悪天候の際は、上履きをご持参ください。
申問 十和田市ゲートボール協会・蛸名 ☎ 090-2842-4979

【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

移住ポータルサイト「日々コレ十和田ナリ」

- ・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

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



広報



とわだ



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)

12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 | 14日(木) ※7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 | ◆骨盤ケア ◆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、翌月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 |
|--------|-------------|------------------|
| 2日(土) | 10:00~12:00 | DCMホームマック(株)十和田店 |
| | 13:30~16:00 | |
| 10日(日) | 10:00~12:00 | マックスバリュ十和田南店 |
| | 13:30~16:30 | |
| 17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 | |

■献血のご協力をお願いします

血液は長期間の保存ができず、献血によって必要な血液を確保しなければ、医療を支えることができません。

血液を必要としている患者さんのために、皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

※献血の日程は市ホームページにも掲載しています。



けんけつちゃん

●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) 14:00~15:00 ※4日(月)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 | 14日(木) 9:30~10:20~ 11:10~13:15~ 14:05~14:55~ ※12日(火)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 | 市役所本館2階 会議室1 問高齢介護課 ☎51-6720 |
| ◆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 | 13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 | 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 | 上十三保健所 エイズ専用 問☎23-8450 |
| ◆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 | 19日(火) ※要予約 13:30~14:30 | |

(※)40歳以上の市民は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。



休日当番医

問健康増進課☎51-6790

| | | |
|--------|-----------------------|----------|
| 3日(日) | 篠田医院(稲生町21-21) | ☎23-2022 |
| 10日(日) | えと内科医院(西三番町1-28) | ☎23-2727 |
| 17日(日) | 村木内科胃腸科医院(西三番町20-17) | ☎22-1010 |
| 24日(日) | 石川ファミリークリニック(稲生町19-4) | ☎27-1351 |
| 29日(金) | 十和田東病院(三本木字里ノ沢1-247) | ☎22-5252 |
| 30日(土) | 藤原内科(三本木字北平115-8) | ☎24-0770 |
| 31日(日) | 藤井産婦人科医院(東三番町9-59) | ☎22-5588 |

▶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。

▶医療機関により規模や診療科が異なるため、症状などによっては診察できない場合がありますのでご了承ください。

▶子どもの症状で、受診すべきかわからないときは小児救急電話相談#8000(ダイヤル回線・公衆電話からは017-722-1152)へお問い合わせください。

▶急を要さない場合は、平日の診療時間内に受診をお願いします。休日は受診できる医療機関が限られ、平日以上に混雑する場合があります。

冬の運動不足解消！「すき間時間」でからだを動かしましょう

問健康増進課 ☎51-6791

健康づくりに欠かせない運動ですが、仕事や家事に追われて実行できずにいる人も多いのではないのでしょうか。

特に冬場は自宅で過ごす機会が増え、運動不足による体重増加が心配されます。「すき間時間」を活用し、からだを動かしてみましょう。

ちょっとずつ毎日やろう



◆運動を取り入れるコツ◆

朝の目覚めにラジオ体操！

悪天候の日も室内でできます。



歩いて買い物！

車の場合は、入り口から遠い駐車場に停めて少しでも多く歩きましょう。



エレベーターやエスカレーターよりも階段を！



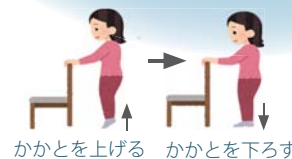
電子レンジの待ち時間や歯磨き中に「ながら運動」！

もも上げ30回



片足立ち1分間

かかと落とし30回



などなど

感染予防を心掛けましょう

問健康増進課 ☎51-6790

冬は季節性インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の流行が懸念されます。

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掛けましょう。また、手洗いなどの手指衛生、密の回避、換気、場面に応じた適切なマスクの着脱など、基本的な感染症対策をお願いします。

また、重症化予防が期待できるワクチン（インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症）についても、ご検討ください。



高齢者肺炎球菌予防接種を実施しています

問健康増進課 ☎51-6790

対象 市内に住所のある次の①か②に該当する人 ※これまでに肺炎球菌予防接種をしたことがある人は対象外です。

①令和5年度中に65、70、75、80、85、90、95、100歳になる人

②接種日において60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓、呼吸器の機能や免疫の機能に障害がある人（身体障害者手帳1級相当）

※①の人で対象となる人には、令和5年3月下旬に予診票を郵送しています。

実施場所 市内指定医療機関

接種費用 2,000円 ※生活保護受給者や市民税非課税世帯の人は無料です（証明書が必要です）。

持ち物 予診票、健康保険証 **接種期限** 令和6年3月30日(出)

麻しん・風しんの予防接種（無料）を忘れずに2回受けましょう

問健康増進課 ☎51-6790

接種期限を過ぎると無料で受けることができなくなるので、適切な時期に予防接種を受けましょう。

対象者と接種期限

▶ **第1期** **対象者**：生後12～24カ月に至るまでの人

接種期限：2歳の誕生日前日

▶ **第2期** **対象者**：来年度小学校へ入学する人

接種期限：令和6年3月30日(出)

12月1日は世界エイズデーです

問上十三保健所（エイズ相談専用） ☎23-8450

エイズはHIV（ヒト免疫不全ウイルス）に感染することで起こる病気です。治療法の進歩により、HIV陽性者は感染の早期把握、治療の早期開始・継続により発症を防ぐことができ、HIVに感染していない人と同等の生活を送ることが期待できるようになりました。上十三保健所では、相談・検査を匿名・無料で行っています。専用電話のほかインターネットによる予約を受け付けています。感染が心配な人は早めに検査を受けましょう。

また、ご希望により、性器クラミジア感染症、梅毒の検査も同時に受けられます。

詳しくは県庁ホームページ「相談・検査（青森県 STOP AIDS）」をご覧ください。お問い合わせください。

県庁ホームページはこちら ▶



奥入瀬渓流氷瀑ツアー 事前予約制 問(一社) 十和田奥入瀬観光機構 ☎24-3006 (午前9時～午後5時)

今年も氷瀑ツアーの季節がやって参りました。冬の奥入瀬渓流を楽しめる3つのコースを設定し、夜は幻想的なライトアップ、昼は白銀の世界をご覧ください。

全コースにネイチャーガイドが同行し、奥入瀬の森についてご案内いたします。

実施期間 12月15日(金)～令和6年3月10日(日) ※運休日あり。コースにより異なります。

冬の奥入瀬氷瀑ナイトツアー (市街地・奥入瀬渓流温泉発着)

冬の奥入瀬ネイチャーガイドツアー 昼運行 (七戸十和田駅・市街地・奥入瀬渓流温泉発着)

冬の奥入瀬氷瀑ナイトツアー (十和田湖発着)

お申し込み、詳しくはこちらから▲



アーツ・トワダ ウィンターイルミネーション

問商工観光課 ☎51-6772

とき 12月15日(金)～令和6年2月14日(水)
午後4時30分～9時

※初日の12月15日(金)は、午後5時50分
から点灯式を開催します。

ところ 現代美術館アート広場

同期間中は
地域交流センター「とわふる」も
イルミネーションを実施します。



現代美術館イベント情報

問 現代美術館 ☎20-1127 FAX 20-1138
メール info@towadaartcenter.com



荒木悠 LONELY PLANETS

旅をするように青森のリサーチを重ねた荒木が、現地の風景やモチーフを取り上げながら、4点の新作映像作品と過去作品3点を公開する予定です。



とき 12月9日(土)～令和6年3月31日(日)
ところ 現代美術館

■アーティスト・トーク

とき 12月9日(土) 午後2時～3時
ところ 地域交流センター
「とわふる」大ギャラリー
定員 30人 料金 無料
※要企画展チケット

美術館で“チェキ体験” アート作品を撮影!

レトロな魅力たっぷりのチェキを使用してアート作品などを撮影します。

とき 12月10日(日) (各回45分)

- ①午前10時30分
- ②午前11時45分
- ③午後1時
- ④午後2時15分

参加費 1,500円

集合場所 美術館エントランス
※事前に申し込みが必要です。

げんびオーブンステージ2023

市民の皆さんが演奏や歌などを披露するミニコンサートです。

とき 12月16日(土) ▶「牛小屋音楽会」 午前11時30分～正午

▶「北里大学合唱同好会」 午後2時～2時30分

ところ 美術館カフェ ※直接会場にお越しください。

学芸員による

企画展ギャラリートーク

とき 12月16日(土) 午後1時～2時
ところ 企画展示室

定員 10人 ※事前予約制・先着順

※要企画展チケット

12月10日(日)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、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。

冬を楽しむ! イベント情報

ミニバレー教室

第2期/



とき 12月7日(木)、14日(木)、21日(木) 午後7時～9時頃
 ところ 総合体育センター
 講師 十和田市スポーツ推進委員
 申し込み方法 窓口または電話にて各開催日の前日までにお申し込みください。

※当日は上履きを持参し、動きやすい服装でお越しください。
 ※傷害保険は各自でご加入ください。
 ミニバレー…専用の柔らかいボールを使い簡単なルールで年齢や性別にかかわらず手軽に楽しめるスポーツ

☎ 甲 閩スポーツ・生涯学習課 ☎ 58-0187

ジュニアオーケストラ十和田 第19回定期演奏会

とき 12月17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
 演目 フィンランディア、パイレーツオブカリビアン、レイダース・マーチほか

指揮 大嶋 啓介
 ◆楽器体験コーナーもあります。

☎ ジュニアオーケストラ十和田事務局 ☎ 090-4042-9920



リフレッシュスポーツ教室

第3期/

とき 令和6年1月17日～2月21日の毎週水曜日 (全6回)
 ①午前10時～正午 ②午後1時30分～3時30分

ところ 総合体育センター

対象 18歳以上の市民

定員 ①②各25人 (先着順)

参加料 ▶新規の人▷65歳未満2,500円▷65歳以上1,800円 (保険料を含む) ▶2期に参加した人▷65歳未満650円▷65歳以上600円

申込期間 ▶新規の人 12月5日(火)～令和6年1月9日(火)

▶2期に参加した人 12月12日(火)～令和6年1月9日(火)

航空自衛隊三沢基地 クリスマスコンサート

とき 12月16日(土)
 ところ 三沢市公会堂

内容 ▶第一部「お子様と一緒に楽しめるクリスマスコンサート」午後1時30分～午後2時10分 (午後0時30分開場) ▶第二部「クリスマスナイトコンサート」午後5時～6時30分 (午後4時開場)
 ※第二部は小学生未満の入場はご遠慮ください。

☎ 航空自衛隊第3航空団渉外室 ☎ 0176-53-4121 内線 3053

市民初心者スキー教室

とき 令和6年1月6日(土)～7日(日) (全2日間) 午前10時～午後3時
 ところ 奥入瀬溪流温泉スキー場
 ※リフト券売り場前に午前9時30分までに集合

対象 小学生以上

定員 小・中学生30人程度
 高校生以上10人程度

参加料 小・中学生1,000円、高校生以上2,000円 (保険料を含む)

持ち物 スキー用具一式、昼食

申込期限 12月22日(金)

◆①②いずれも

申し込み方法 参加料を添えて直接申し込みください。(電話、代理の申し込みは不可です)

申込受付時間 午前9時～午後8時 (休日は午後4時まで)

☎ 甲 閩総合体育センター ☎ 25-5555

納税作品の展示会

市内小・中学校の児童・生徒の入賞作品を展示します。

とき 12月1日(金)正午～5日(火)正午

ところ 市民交流プラザ「タワーレ」

展示内容 習字、ポスター、作文
 ☎ 甲 閩収納課 ☎ 51-6762

駒っこランドのクリスマス

とき 12月1日(金)～24日(日)

◆ハズレなしのサンタくじ

ところ 駒っこ牧場
 対象 ▶駒っこ牧場で乗馬や馬車を体験した人
 ▶称徳館を有料で観覧した人

◆ミニサンタをさがそう

ところ 称徳館
 内容 称徳館の玩具館でミニサンタの人形を探し、数を見てた人には抽選で素敵なグッズが当たります。



◆クリスマス会

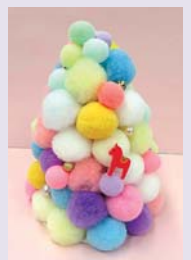
☎ 甲 閩馬事公苑称徳館 ☎ 26-2100

とき 12月17日(日) 午前10時～
 ところ 交流館

内容 ▶プチギフトプレゼント (中学生以下先着100人)
 ▶ビンゴ大会 ▶大型絵本・ハンドベル演奏 ▶ミニゲーム ▶出店ブースほか

◆体験教室 フェルトボールでクリスマスツリーをつくろう!

とき 12月3日(日)
 ①午前10時30分～ ②午後1時30分～
 ところ 称徳館



フェルトボールのクリスマスツリー



詳しくはこちらから▲

12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 | 18日(月) 13:00～15:00 |
| ◆人権相談 いじめや差別、家庭内や隣近所とのめめ事などの相談 | 22日(金) 13:00～15:00 |
| ◆特設行政・人権相談 行政機関などの業務に対する苦情・意見・要望や家庭内・隣近所とのめめ事などの相談 | 8日(金) 10:00～15:00 ※市役所本館2階会議室1で開催 |
| ◆法律相談(定員7人) 相続、離婚、借金などの相談 | 13日(水) 13:00～16:00 ※6日(水)午前9時から予約受け付け開始(例月は第4水曜日、今月は第2水曜日実施) |
| ◆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 |
| ◆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 | 20日(水) 10:00～16:00 ※19日(火)午後4時までに要予約(例月は第2水曜日、今月は第3水曜日実施) |
| ◆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 | 14日(木) 10:00～15:00 ※要予約(先着順) (次回は令和6年1月25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
☎ 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▶

12月25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
国民健康保険税第6期
介護保険料第6期/後期高齢者医療保険料第6期

| 人口と世帯 | 区分 | 人・世帯数 | 前月比 | 前年比 |
|------------|----|----------|------|--------|
| | 人口 | 58,462人 | -9人 | -649人 |
| 令和5年10月末現在 | 男 | 28,003人 | +5人 | -326人 |
| | 女 | 30,459人 | -14人 | -323人 |
| | 世帯 | 28,182世帯 | +6世帯 | +106世帯 |

その他の催しなど <>…開始時間

| | |
|--------|---|
| 2日(土) | ▶ ころのふれあいサロン「おあしす」<10:00>～市民文化センター(☎健康増進課 ☎ 51-6791) |
| 4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「タワーレ」(☎健康増進課 ☎ 51-6791) |
| 6日(水) | ▶ がんサロン<14:00>～中央病院別館(予約不要)(☎中央病院がん相談支援センター ☎ 23-5121) |
| 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「タワーレ」(☎健康増進課 ☎ 51-6791) |
| 9日(土) | ▶ ころの広場「ルピナス」<10:00>～市民交流プラザ「タワーレ」(☎健康増進課 ☎ 51-6791) (23日(土)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「タワーレ」(☎NPO法人スマイルラボ ☎ 090-5231-7570) |
| 21日(木) | ▶ 頭皮ケア・医療用ウィッグ相談会<13:00>～中央病院がん相談支援センター(予約不要)(☎中央病院がん相談支援センター ☎ 23-5121) |
| 22日(金) | ▶ 精神障がい者家族会「とわだ家族会」(個別相談会)<13:00>～市民交流プラザ「タワーレ」(☎健康増進課 ☎ 51-6791) (前日まで要予約) |

◆各施設の催しはこちらから



市民図書館▶

12月はクリスマス発表会や演奏会など、イベントが盛りだくさんです!



市民文化センター▶

市街地循環バス・西地区および東地区シャトルバス運休情報

※年末年始の運休日

12月30日(土)～令和6年1月3日(水)



詳しくはQRコードからご覧ください▶

◆配布活動が困難な地域で「広報とわだ」などのポスティングを実施しています

☎ 総務課 ☎ 51-6702



市では、「広報とわだ」などの刊行物を各町内会などで配布するのが困難な地域に対し、ポスティング業務委託による配布を行っています。

ポスティングの受託業者は使用する車両にステッカーを貼り、腕章と身分証を携帯しています。



▲車両ステッカー



▲腕章



▲ポスティングの様子

「広報とわだ」などの刊行物を配布するのが困難な町内会などや、広報とわだが届いていない世帯の人はお問い合わせください。

