

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田



とわだ

1

No. 267

2025



特集

P4-5

写真と年表で振り返る
十和田市



P26-27

広報とわだブラッシュアップ企画
2025シークワーズ

市LINE公式アカウント
QRコードから友だち
追加してね!



おゆうぎ会のリハーサル(12月3日／第二友愛保育園)

本番用の衣装を身に着けた園児たちは、時折緊張した表情
を見せながらも、一生懸命覚えたダンスや劇を披露しました。

広報とわだ 目次

- | | |
|----|------------------------|
| 3 | 1月19日(日)は十和田市長選挙の投票日です |
| 6 | とわだ未来プロジェクト |
| 15 | お知らせ |

謹賀新年

あけましておめでとうございます。

新しい年を健やかに迎えのこととお喜び申し上げます。

本年も多彩な地域資源を活かし、市民の皆さまと連携・協働を図りながら、「住みたい」「住み続けたい」「訪れたい」まちとして支持されるよう取り組みを推進してまいりますので、一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

市民の皆さまのご健勝とご多幸を祈念申し上げ、年頭のごあいさつといたします。

令和7年元旦

十和田市

十和田市議会

1月19日(日)は十和田市長選挙の投票日です

※十和田市議会議員の欠員の状況によっては、十和田市議会議員補欠選挙を併せて行う場合があります。

〒十和田市選挙管理委員会事務局 ☎0176-51-6778

忘れずに投票を！



◆ 投票日当日の投票時間

午前7時～午後8時まで

※第39投票区投票所十和田湖観光交流センター「ぶらっと」、第40投票区投票所十和田湖小学校・中学校は、午前7時から午後6時までです。

◆ 選挙権のある人

平成19年1月20日以前に生まれた人で、令和6年10月11日以前に本市に転入の届け出をし、引き続き本市に住所を有する人です。

◆ 投票所入場券（はがき）

入場券は1月8日(水)以降に郵送します。投票（期日前投票を含む）するときにお持ちください。

※入場券を忘れた場合でも投票できます。

◆ 開票

とき 1月19日(日) 午後9時20分～
ところ 市立北園小学校 体育館
※参観は、十和田市選挙人名簿に登録され、十和田市選挙管理委員会が発行する「参観券」を持つ人が可能です。参観券は当日会場で午後9時から受け付けし、先着20人までに発行します。

◆ 投票の仕方

十和田市長選挙の投票日当日は、投票用紙に印刷された候補者の氏名の上の欄に○印スタンプを押して投票します。

期日前投票、不在者投票、十和田市議会議員補欠選挙の投票は候補者の氏名を書く「自書式」です。けが、病気などにより候補者の氏名を書くことができない人は代理記載の方法で投票ができます。また、点字による投票もできますので、投票所で申し出ください。

◆ 期日前投票

投票日当日に仕事や冠婚葬祭、買い物や旅行などの私用、病気やけが、妊娠などの理由で投票できない人は、期日前投票をすることができます。

期間 1月13日(月)～18日(土)
とき・ところ

▶午前8時30分～午後8時

▷市役所別館1階 会議室

▶午前10時～午後7時

▷西コミュニティセンター

▷市民交流プラザ「トワレ」（展示室）

▷イオンスーパーセンター十和田店

◆ 不在者投票

▶ 他市区町村の選挙管理委員会・指定病院などにおける不在者投票

仕事や旅行などのため他市区町村に滞在している人や指定病院、指定保護施設に入院・入所している人などは不在者投票ができます。

▶ 郵便などによる不在者投票

身体障害者手帳や戦傷病者手帳の交付を受けている人のうち、身体に重度の障がいがある人、介護保険法上の要介護状態区分が要介護5の人は、郵便などによる不在者投票ができます。

▶ 電子申請による投票用紙などの請求ができます

不在者投票を希望する人は、投票用紙などの請求が1月15日(水)までとなりますので、早めにお問い合わせください。

請求に必要な物など、詳しくは市ホームページをご確認ください。

市ホームページはこちらから▶



にんにくめいすいくん



バラ焼きめいすいくん

投票日当日の投票所一覧

投票区	投票所	投票区	投票所	投票区	投票所
第1投票区	市民交流プラザ「トワレ」（展示室）	第16投票区	八郷会館	第31投票区	六日町生活改善センター
第2投票区	東小稲会館	第17投票区	中矢コミュニティセンター	第32投票区	藤坂小学校（仲よし会）
第3投票区	三本木小学校（体育館）	第18投票区	赤沼会館	第33投票区	藤島会館
第4投票区	十和田中学校（拓心館）	第19投票区	下切田構造改善センター	第34投票区	伝法寺地区農村会館
第5投票区	十和田商工会館	第20投票区	半在池集会所	第35投票区	米田地区集落総合センター
第6投票区	北園小学校（仲よし会）	第21投票区	夏間木地区会館	第36投票区	館集会所
第7投票区	みどり会館	第22投票区	晴山公民館	第37投票区	平山集会所
第8投票区	保健センター	第23投票区	深持ふれあいセンター	第38投票区	月日山林業会館
第9投票区	西十四番町会館（旭町会館）	第24投票区	中村集会所	第39投票区	十和田湖観光交流センター「ぶらっと」
第10投票区	南コミュニティセンター	第25投票区	羽立福祉館	第40投票区	十和田湖小学校・十和田湖中学校
第11投票区	ちとせ小学校（仲よし会）	第26投票区	洞内和徳館	第41投票区	市民の家
第12投票区	井戸頭団地集会所	第27投票区	立崎公民館	第42投票区	大畑野生活改善センター
第13投票区	一本木沢会館	第28投票区	牛鍵公民館	第43投票区	西コミュニティセンター
第14投票区	東コミュニティセンター	第29投票区	東栄会館	第44投票区	段新集会所
第15投票区	稲吉集会所	第30投票区	学習等供用施設清水地区館	第45投票区	農村交流施設沢田悠学園

※第8投票区と第10投票区は、令和6年10月の衆議院議員総選挙の場所から変更になっていますのでご注意ください。

※令和6年12月24日(火)以降に転居した人は、転居前の投票所となります。

写真と年表で振り返る 十和田市

旧十和田市と旧十和田湖町との合併から20年を迎えるに当たり、
平成27年～令和6年にわたる10年を振り返ります。

新「十和田市」誕生からの10年を振り返る
「未来を拓く 十和田市のあゆみ」はこちらから▶



平成27年（2015）

- 1月 健康都市宣言
- 1月 市民図書館・教育研修センターオープン（写真①）
- 2月 市オリジナルナンバープレート交付開始
- 2月 セーフコミュニティ国際認証取得（2回目）
- 10月 「第10回ご当地グルメでまちおこしの祭典！B-1グランプリin十和田」開催

平成28年（2016）

- 3月 「桜流鏝馬」ふるさとイベント大賞（内閣総理大臣賞）受賞
- 4月 十和田地方卸売市場民営化
- 7月 十和田八幡平国立公園が環境省「国立公園満喫プロジェクト」に選定
- 7月 八戸・十和田・小坂間、地域高規格道路整備促進期成同盟会※設立

※現在は「八戸・十和田・小坂間、高規格道路整備促進期成同盟会」

平成29年（2017）

- 3月 第2次十和田市総合計画策定
- 3月 十和田市食と農の推進条例制定
- 4月 市の誘致企業（株）日本の窓 竣工
- 9月 「あおり10市大祭典in十和田」開催（写真②）
- 9月 青撫山トンネル（避難坑）工事着手
- 11月 歌手 菅原 都々子 さんが第1号市民特別栄誉賞受賞

平成30年（2018）

- 2月 「南部裂織保存会」ふるさとづくり大賞（総務大臣賞）受賞
- 4月 市内3圏域（東・北・西南）に地域包括支援センター設置
- 4月 十和田市中小企業振興基本条例施行
- 11月 作家 高橋 弘希 さんが市民栄誉賞受賞

平成31（令和元）年（2019）

- 3月 （一社）十和田奥入瀬観光機構（DMO）設立（写真③）
- 7月 市役所新庁舎オープン（写真④）
- 11月 市民交流プラザ「トワレ」入館者数100万人達成
- 12月 十和田市手話言語条例制定（写真⑤）



市民図書館・教育研修センター
（一社）十和田奥入瀬観光機構（DMO）設立



あおり10市大祭典in十和田



緑の屋根は旧庁舎（現 広場）

十和田市手話言語条例制定



ものまねタレント りんごちゃん
十和田奥入瀬観光大使就任



8

奥入瀬溪流館
リニューアルオープン



9

オリンピック聖火リレー



10

パラリンピック聖火フェスティバル



11

まちなか交通広場



12

志道館



13

地域交流センター「とわふる」



14

新紙幣発行記念イベント
とわだ円々とフェス



セーフコミュニティ4回目認証



16

おさとうりー《おれ・T(h)ree》



新紙幣モザイクアートの
作成に参加したよ

令和2年（2020）

- 2月 セーフコミュニティ国際認証取得(3回目)
- 3月 SDGs日本モデル宣言に賛同
- 4月 市街地循環バス・西地区シャトルバス
運行開始(写真6)
- 4月 Arts Towada (現代美術館・アート広場・
ストリートファニチャー)10周年
- 9月 屋内グラウンド「こまかいどーむ」オープン
(写真7)
- 9月 ものまねタレント りんごちゃん
十和田奥入瀬観光大使就任(写真8)

令和3年（2021）

- 4月 県立三本木農業恵拓高校開校
- 4月 奥入瀬溪流館リニューアルオープン(写真9)
- 6月 東京2020オリンピック聖火リレー(写真10)
- 8月 東京2020パラリンピック聖火フェスティバル
(写真11)

令和4年（2022）

- 4月 道の駅奥入瀬ろまんパーク
奥入瀬麦酒館・味薔館 民営化
- 4月 まちなか交通広場オープン(写真12)
- 4月 新「志道館」オープン(写真13)
- 8月 現代美術館入館者数200万人達成
- 9月 地域交流センター「とわふる」オープン
(写真14)

令和5年（2023）

- 3月 各種証明書のコンビニ交付サービス開始
- 4月 大深内小学校開校(小中一貫教育を導入)
- 4月 若葉公園バスケットボールコートオープン
- 10月 市LINE公式アカウント運用開始
- 12月 三本木霊園合葬墓完成

令和6年（2024）

- 3月 市の誘致企業 IHミートパッカー(株)
十和田ビーフプラント竣工
- 3月 休屋・休平地区が環境省「国立公園先端
モデル事業利用拠点」の第一弾に選定
- 4月 こども家庭センター開設
- 7月～新紙幣発行記念イベント開催
「とわだ円々とフェス」ほか(写真15)
- 11月 セーフコミュニティ国際認証取得(4回目)
(写真16)
- 12月 奥入瀬溪流温泉スキー場
センターハウスオープン



「自分が好き、ふるさと十和田市が好き」という気持ちを育む本市独自のキャリア教育事業は、市立小・中学校で各校の特色を生かして行われています。今号では、沢田小学校と甲東中学校の取り組みを紹介します。

※児童・生徒の感想は、ほぼ原文のまま掲載しています。



沢田小学校 「一校一心」～夢・希望・志をもち、郷土を愛する子どもの育成を目指して～

さぐろう！沢田の水～水めぐり学習～（4年生）

児童の感想



奥瀬堰土地改良区のご協力のもと、法奥小学校と合同で故郷の水めぐり学習を行っています。



いちさわ だいじろう

市澤 大三郎 さん

ぼくは「水めぐり」の学習で実験をして、十和田湖から沢田の地域まで流れてきている水がきれいだということが分かりました。あと、水の力で電気を作っている機械のモーターがとても大きくてもので音がしたので、ここで仕事をする方々は大変だなと思いました。

沢田の自然や水を大切にしながら様々なことに生かす方々がいる沢田地区をぼくも受け継いで未来へつなげていきたいです。



まる てるは

丸 輝波 さん

水めぐり学習では、十和田発電所の大きなモーターが1分間で600回も回って電気を起こしていることにびっくりしました。また、奥入瀬川の水を6か所ですべて検査したら、ほとんどの場所の水がきれいだったのですごくいいなと思いました。

ぼくたちの沢田地区に来る水が大切に使われ、守られていることが分かったので、ぼくも大切にしていきたいです。

さわだけいまい

沢田鶏舞を伝えよう（6年生）

児童の感想



本校では4年生から6年生までの児童が、鶏舞保存会や沢田小OBの十和田湖鶏舞くらぶのご協力のもと沢田地区に伝わる「沢田鶏舞」の伝承に取り組んでいます。

今年度は沢田小学校創立150周年式典の祝舞として踊りました。

3学期になると、6年生は次年度から踊ることになる3年生に鶏舞の踊り方を教えます。



おとみち

音道 香乃 さん

私は鶏舞が大好きです。特に踊るときのお囃子がかっこいいです。太鼓や笛、手平鉦の音に合わせて踊っていると気持ちが高まってきます。また、みんなが「あーよいやさ、よいやさ、さっさっさ」と声をかけ、ぴったり合った時はとても気分がいいです。ただ、鶏舞衣装への着替えが30分以上もかかり、大変です。あと、踊りの中でずっときついポーズで耐える時がありますが「成功させたい」という思いで頑張っています。私は、大好きな鶏舞を下の学年にしっかりと伝えていきたいです。そして、いつまでも鶏舞が途切れないでほしいです。



さわい ひかる

沢井 光瑠 さん

鶏舞を踊るのは、とても大変です。理由は、いろいろな動きがあり複雑だからです。また、きついポーズのまま我慢しなければならぬところもあります。今年、150周年の記念式典で「三役」として披露することになり、練習したけれどなかなかうまく踊れませんでした。でも、本番でうまくできたのでとても嬉しかったです。ぼくは、鶏舞のお囃子が和風の曲っぽくて好きです。一人で踊る「タイシカ」も緊張するけれど、踊ると達成感があります。そんな「沢田っ子鶏舞」がいつまでも続いてほしいです。



生き方講話（全校）



元オリンピック金メダリストの高木菜那さんの講演を通じて、生徒たちが困難に立ち向かい、何度でも立ち上がる勇気と希望を持つことの大切さを学び、自分自身の未来に対する前向きな姿勢を育むことを目指した講演会を「創立50周年記念事業」の一環として実施しました。



生徒の感想



里村 星波 さん（3年）
大きな目標を決め、諦めずに小さいことから挑戦して最終的にはオリンピック出場、金メダル獲得して本気で夢を追いかけることはかっこいいと感じました。挑戦するのは怖いと思うんですけど、小さいことから挑戦し、失敗したときのリスクを下げて失敗の怖さを減らすことや、何度も深く考え続けることが大切と学びました。

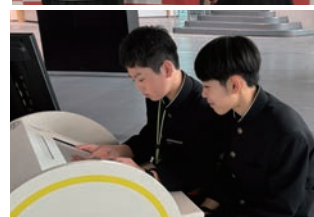


小山内 壮太 さん（3年）
思いやりの話は人間的、道徳的に成長できる話だったので、これからも謙虚に人を見下さずに生きていこうと思いました。「挑戦はだれでもできる」「自分の人生は自分のもの」「自分ならいける」という3つの名言を心にとめて、自分の人生の中で自分ならいけると、自信をもって挑戦して成功者になってやろうと思いました。

社会との関わりを考えよう（2年生）

本校では「関わりの中で生きる」をテーマに、郷土・社会・未来との関わりについて学ぶ学習を各学年で取り組んでいます。

2年生は、社会問題について調べ、修学旅行の際には問題点に関与する省庁や企業を訪問しました。



生徒の感想



櫻田 柚希 さん（訪問先：日本科学未来館）
外国人向けの工夫や取組がたくさんあって勉強になりました。また、人間の動きに応じて動くロボットは、少子高齢社会が進んでいる上に災害も多い日本にとって必要不可欠な存在になっていることを強く感じました。



赤崎 煌明 さん（訪問先：日本科学未来館）
ロボット目線で災害の仕組みや対応について学ぶことができて、学びを深めることができました。また、先端技術を用いた疑似体験はとてもリアルで、少子高齢社会の未来について、より身近に感じられるようになりました。



藤田 結愛 さん（訪問先：東京証券取引所）
普段見ているニュースで取り上げられている株の取引について説明を聞き、案外身近なものだと思いました。株式を通じて、会社が私たちや社会とつながっていることが具体的にイメージできるようになりました。

体験が子どもたちを成長させる

学校以外でもさまざまな活動に挑戦しています

☎スポーツ・生涯学習課 ☎0176-58-0186

市では「交流」、「体験」をスローガンに、「郷土に誇りと深い愛情をもち、たくましく未来を切り拓いていく人づくり」を目指して多様な社会教育事業を行っています。友好都市などとの交流事業、寺子屋稲生塾、リーダー研修会などを通じて、子どもたちは意欲的にチャレンジをし、豊かな学びに触れています。小中高生の皆さん、参加してみませんか。



土佐町親善交流事業
さめうら湖でのSUP体験



第2回寺子屋稲生塾
宇樽部キャンプ場での火起こし体験



中高生が企画する子ども会リーダー研修会
いろいろな学校の児童が集まり仲間づくり



▲詳しくは、市ホームページをご覧ください



体調急変時の安心のために 救急医療情報キットを備えませんか

申問 高齢介護課 ☎0176-51-6720、生活福祉課 ☎0176-51-6718

救急医療情報キットとは

高齢者や避難行動要支援者名簿に登録している人などのかかりつけ医療機関・持病といった医療情報や、緊急連絡先などの情報を専用の容器に入れ、自宅の冷蔵庫の中に保管しておくものです。

救急医療情報キットは、救急隊員が必要と判断した場合に活用します。



救急隊員の声

令和6年4月から10月末までに救急医療情報キットの活用は3件ありました。

救急車出動の際には、玄関の扉の内側に「玄関用シール」が貼ってあることを確認し、キット内の氏名・生年月日・緊急連絡先を活用して搬送先の病院との調整を行っています。

救急医療情報キットがあることで、受け入れ先の病院も緊急連絡先や飲んでいる薬を確認することができ、スムーズな治療につなげることができています。

救急医療情報キットの内容

- 1 保管容器 2 救急医療情報用紙 3 冷蔵庫用マグネット 4 玄関用シール

高齢介護課・生活福祉課で 無料配布中



救急医療情報キットをお持ちの皆さんへ 定期的な情報更新をお願いします

- ▶ 救急医療情報用紙に記載している情報に変更がある場合は、変更箇所を書き直しましょう（担当課への連絡は必要ありません）。
- ▶ 新しい救急医療情報用紙が必要な人は、担当課で配布しているほか、市ホームページからダウンロードできます。
- ▶ 診察券（写し）や薬の情報に変更がある場合は、最新のものに交換してください。
- ▶ 救急医療情報キットを紛失した場合は、担当課へご相談ください。

十和田市高齢者あんしん見守り協力隊として 活動する団体を募集しています

問 高齢介護課 ☎0176-51-6720

市では、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるように、緊急事態や気がかりなときに適切かつ速やかに対応する見守りの仕組みづくりに取り組んでいます。

十和田市高齢者あんしん見守り協力隊とは

業務活動の中で地域の高齢者などの異変に気づいた場合、市や地域包括支援センターに連絡します。市内の事業者など247団体が登録しています。

十和田市高齢者安心見守り協力隊 として活動している業種（例）

郵便、宅配、商店、薬局、スーパーマーケット、ガス・灯油販売など



高齢者の見守り活動に貢献した団体として、**十和田ガス㈱が「令和6年度十和田市健康長寿活動表彰」を受賞しました**

- 平成25年8月から同協力隊に登録。
- 顧客訪問の際に、ガス点検や保安周知のほか、高齢者への声掛けやさまざまな相談に乗るなど、見守り支援活動を会社全体で実施。
- 十和田警察署と連携して特殊詐欺防止のパンフレットを配布。



▲表彰式の様子



災害時の「もしも」に備えて

避難行動要支援者名簿に登録しましょう

申問生活福祉課 ☎0176-51-6718

避難行動要支援者名簿とは

市では、災害時に自力で避難することが難しく、支援を必要とする人の情報を記載した「避難行動要支援者名簿」を作成しています。また、自身の個人情報を提供することに同意した人の名簿を地域の避難支援等関係者※と共有し、平常時からの見守りや災害発生に備えた避難支援の体制づくり、災害時の安否確認などに活用しています。

対象となる人は、「もしも」に備えて避難行動要支援者名簿に登録しましょう。 ※消防、警察、民生委員、町内会など

■名簿の登録対象者

災害時に自力で避難することが難しく、支援を必要とする人で、次のいずれかに該当する人（施設などに入所している場合を除く）。

- ▶ 満70歳以上の1人暮らしの人、または満70歳以上の人で構成された世帯の人
- ▶ 介護保険の要介護認定3以上の人
- ▶ 身体障害者手帳等級1・2級の人（心臓・腎臓の障がいのみの人を除く）
- ▶ 愛護手帳A判定の人
- ▶ 精神障害者保健福祉手帳等級1級の人
- ▶ その他支援を必要とする人（難病を有する人など）

※登録を希望する場合はご相談ください。

■申請方法

- ▶ 生活福祉課に備え付け、または市ホームページからダウンロードした申請書に必要事項を記入の上、申請してください。
- ▶ 本人の申請が難しい場合は、家族などによる代理申請もできます。

市ホームページは
こちらから▶



普段から地域の つながりを

大規模な災害が発生したときは、公的機関の支援がすぐには行き届かないことが想定されます。そのような中で、大きな力となるのは地域での助け合いです。

普段から町内会活動などを通じて近所の人とコミュニケーションを深めましょう。

中央病院
TOPICS

地域医療連携部を紹介します

問中央病院（地域医療連携部） ☎0176-23-5121

中央病院には、病院内および地域の保健・医療・福祉機関との連携を円滑に行うための窓口として「地域医療連携部」が設置されています。各種相談にも応じていますので、お気軽にご相談ください。

入院、通院や紹介に関する相談

- ▶ 一定以上の経験を積んだ看護師と、医療社会福祉士が相談に応じます。

【相談例】 退院後の生活が心配、介護保険の説明が聞きたい、どんなサービスが利用できるのか

がんに関する相談

- ▶ がんに関する相談窓口として「がん相談支援センター」を設置しています。専従のがん相談員が相談に応じます。

【相談例】 医師の説明を聞いたが難しくてよく分からなかった、仕事を続けられるか心配、治療の副作用が怖い、治療のための費用が心配

毎月開催「がんサロン」「頭皮ケア・ウィッグ相談会」

がんサロンを1月8日(水)、頭皮ケア・ウィッグ相談会を1月23日(木)に開催します。詳しくは24ページ（その他の催し）をご覧ください。

医療・介護事業者向けの相談

- ▶ 市民が住み慣れた地域で安心して生活できるように市内医療機関、介護事業者などとの連携をサポートしています。

【相談例】 安心して最期まで自宅で過ごせる仕組みを整えたい、もっと気軽に訪問看護を利用してもらえようようにしたい

開設時間 月～金曜日（土・日曜日、休日を除く）

午前8時30分～午後5時

利用方法 地域医療連携部に直接お越しになるか、電話でお問い合わせください。

中央病院ホームページ
地域医療連携部の詳細はこちらから▶



認可保育所・認定こども園の 4月からの利用申し込みを受け付けします

申問 こども支援課 ☎0176-51-6717

4月から認可保育所、認定こども園（保育所機能部分）への入所、入園を希望する人の利用申し込みを1月9日(木)から受け付けします。

なお、認定こども園の幼稚園機能部分を利用する場合は、各認定こども園へお問い合わせください。

※施設ごとに定員があるため、利用希望を踏まえて市が調整を行います（先着順ではありません）。

※希望する施設の見学を済ませてから、お申し込みください。

1 受け付け日時

期間	時間	申込先
1月9日(木)、10日(金)、14日(火)～17日(金) 1月20日(月)～24日(金)、27日(月)～31日(金)	8:30～17:15	こども支援課 (保健センター内)
1月26日(日) ※休日受け付け	9:00～12:00	



2 保育の認定（入所・入園できる基準）

認定を受けるためには、保護者のいずれかが次のような事由に該当する必要があります。

- 月48時間以上の就労、求職活動、就学
- 妊娠・出産
- 病気や障がい、親族の看護・介護、災害復旧など

3 利用者負担額（保育料）

保護者の市民税額を基に算定します。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▶



4 提出書類

申し込みに必要な「教育・保育給付認定申請書」や「保育利用申込書」は、こども支援課で配布しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

※提出書類は保育の認定理由により異なりますので、詳しくはお問い合わせください。



利用施設一覧 ※見学を希望する場合は、施設に直接お問い合わせください。

認可保育所

0歳児～就学前の保育が必要な子どもを、保護者に代わって保育する施設です。

友愛保育園	☎ 0176-23-3098
第二友愛保育園	☎ 0176-23-4514
第三友愛保育園	☎ 0176-23-4792
豊ヶ岡保育所	☎ 0176-27-3466
白菊かねざき保育園	☎ 0176-23-4369
白菊保育園	☎ 0176-23-2997
第二白菊保育園	☎ 0176-23-3829
第三白菊にこにこ保育園	☎ 0176-23-3363
第四白菊保育園	☎ 0176-27-2508
第五白菊保育園	☎ 0176-22-1903
八郷保育園	☎ 0176-22-6206
とわだこ中央保育園	☎ 0176-70-3061
さくら保育園	☎ 0176-58-5482
すずらん保育園	☎ 0176-22-2590
十和田つくし保育園	☎ 0176-25-1294

認定こども園

幼稚園と保育所の両方の役割を果たす施設で、教育と保育を一体的に提供する施設です。

チビッコハウス保育園	☎ 0176-23-6333
緑と太陽の保育園	☎ 0176-24-3088
小さな森こども園	☎ 0176-23-4793
認定こども園さつき幼稚園	☎ 0176-22-1636
まきばのこども園	☎ 0176-22-1456
認定こども園生きがい十和田	☎ 0176-51-0019
認定こども園北園幼稚園 (3歳児～受け入れ可)	☎ 0176-22-1871
まるくこども園	☎ 0176-21-4703
みきの保育園	☎ 0176-51-0171
十和田めぐみ保育園	☎ 0176-22-0141
ひかり保育園	☎ 0176-23-3446
認定こども園十和田みなみ幼稚園	☎ 0176-23-3797
ほなみ保育園	☎ 0176-22-2589

動物行動学研究室では、動物福祉に配慮して、動物と人との関係をより良い形へとしていくための研究をしています。今回は、研究室での取り組みの一部を紹介します。

1 新しい動物介在療法の開発



人は動物と触れ合うことで、ストレスが軽減されたり脳の働きが活性化されることが分かっています。そのような効果を人の治療に活用する「動物介在療法」の新たな手法を開発するため、病院と協力し、ウマやイヌを用いた研究に取り組んでいます。

◀ウマをなでると健康に対するさまざまな効果が期待できます

2 展示動物の飼育環境改善



全国各地の動物園と協力して、多様な動物種それぞれが暮らしやすい環境を整えるための工夫や、それを評価するための手法を確立するための研究に取り組んでいます。

◀動物園でニホンザルの行動を観察

3 動物が持つ特性のさらなる理解



12の研究は、動物が持つ特徴の正しい理解に基づいていることが不可欠です。そのため、ウマの被毛やひづめなどへのストレスの表れ方や、イヌの周囲の環境への注視の向け方など、動物について深く理解するための研究もしています。

◀刺激に対する行動からその動物を深く知ることもできます

動物福祉とは

動物の幸福の状態について、科学的にアプローチしていく考え方です。

産業動物※1や伴侶動物※2、動物園で飼育されている動物、実験動物など動物に関わるさまざまな場面で採用されている基本的な概念となっています。

※1 ウマ、ウシ、ブタなど人々の暮らしや生活に関わる動物

※2 家庭でペットなどとして飼育される動物

研究を通して分かること

動物は人にさまざまなメリットをもたらしてくれます。動物が持つ能力を最大限に引き出すとともに、動物福祉に配慮した飼育をすることで、動物と人とのより良い関係を実現できます。

あなたの街の

法律相談

～第77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「任意後見制度」についてです。

問まちづくり支援課 ☎0176-51-6777

Q 前回（第76回※）は成年後見制度についてお聞きました。専門職（弁護士、司法書士、社会福祉士など）が選任される場合と家族などが選任される場合があり、申立書に成年後見人候補者を記載することもできますが、家庭裁判所が候補者をそのまま成年後見人に選任するとは限らないとのことでした。

これまで本人の生活を支えてきた家族が本人の財産を管理できるようにしたいのですが。

A 任意後見という制度があります。本人と任意後見人候補者が契約を交わしますので、将来、後見人になってもらう人を自由に決めることができます。

Q 契約はどのように交わすのでしょうか。

A 本人に正常な判断能力があるうちに、将来、任意後見人となる人の間で、委任する事務の内容を定めて契約を交わします。委任事務の内容は、自己の生活、療養看護、財産管理などです。本人と任意後見候補者が一緒に公証人役場に行き、公証人に契約書を公正証書で作成してもらいます。任意後見契約締結後、公証人の申請により、任意後見契約の登記がなされます。

Q その後の手続きについて教えてください。

A 本人の事理弁識能力（自己の生活や療養看護、財産管理などについての判断能力）が失われたとの医師の判断がなされた後、任意後見人候補者が家庭裁判所に対して任意後見監督人の選任の申し立てを行います。家庭裁判所は、任意後見人が本人から委任を受けた事務を適正に処理しているかを監督するために、任意後見監督人を選任します。任意後見監督人に選任されるのは後見事務に通じた弁護士などです。

家庭裁判所が任意後見監督人を選任することで任意後見契約の効力が生じ、任意後見人は本人のために契約で委任された事務を開始します。任意後見人は、任意後見監督人に対し、定期的に委任事務の遂行状況を報告する必要があります。

（文責 弁護士 橋本 明広）
弁護士法人青空と大地
☎0176-21-5162

市の財政状況をお知らせします

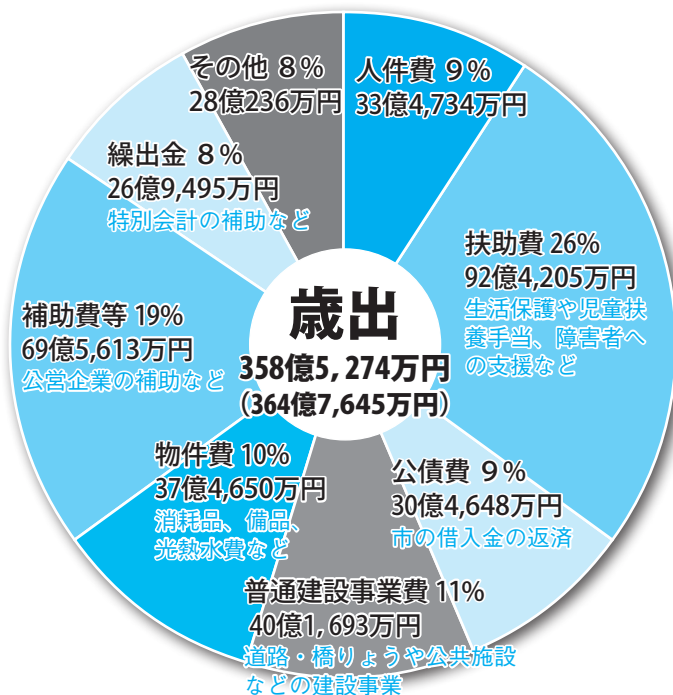
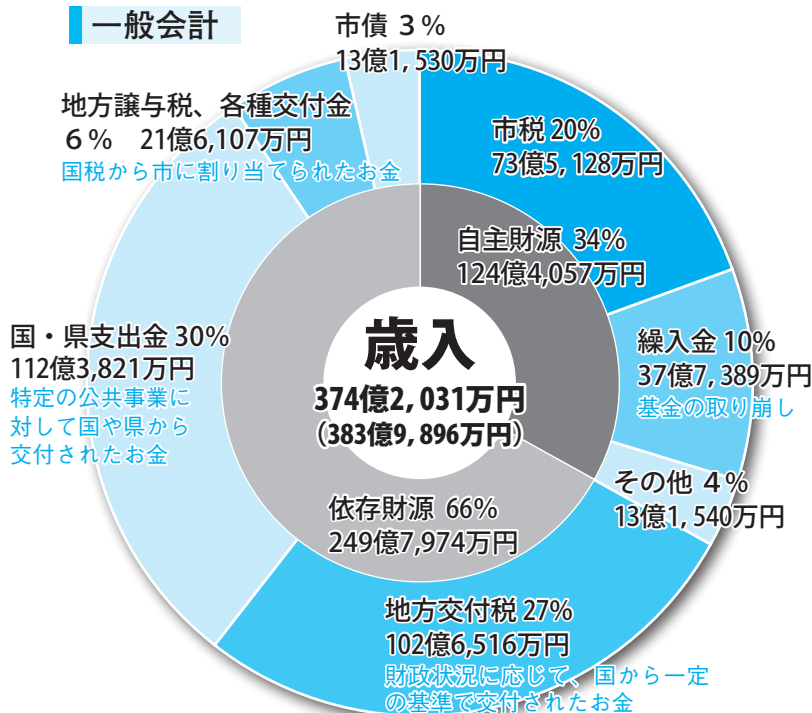
市では、財政の運営状況や各会計の予算の執行状況を年2回公表しています。今号では、令和5年度決算状況および令和6年9月30日現在の令和6年度予算執行状況をお知らせします。

固政策財政課 ☎0176-51-6713

令和5年度決算状況

※1万円未満は四捨五入
() 内は前年度数値

一般会計



基金残高：153億9,499万円 (167億2,610万円)

市債残高：329億6,899万円 (345億8,563万円)

令和5年度の一般会計決算を日本の1世帯当たりの平均所得524万円の家計簿に例えると次のとおりになります。
(厚生労働省「令和5年国民生活基礎調査」参考)

家計簿に
例えると



収入内訳		524万円
給料	市税	105万円
パート収入	使用料、手数料など	5万円
親からの援助	地方交付税、国・県支出金など	330万円
借金	市債	16万円
貯金引出	繰入金	52万円
その他	財産収入、寄附金など	16万円

支出内訳		502万円
食費	人件費	47万円
光熱水費	物件費	53万円
医療費	扶助費	129万円
仕送り	繰出金、補助費など	135万円
家の改築など	普通建設事業費	56万円
借金の返済	公債費	43万円
その他	維持補修費、出資金など	39万円

貯金残高	基金残高	216万円
------	------	-------

借金残高	市債残高	462万円
------	------	-------

特別会計

会計	歳入	歳出
国民健康保険事業	62億6,125万円	61億2,116万円
後期高齢者医療	8億5,647万円	8億2,125万円
介護保険事業	77億2,586万円	75億6,229万円
温泉事業	5,180万円	4,861万円

公営企業会計

会計	収入	支出	企業債残高
水道事業	収益的 17億494万円	14億758万円	64億5,496万円
	資本的 5億7,763万円	9億8,644万円	
下水道事業	収益的 25億992万円	23億2,639万円	155億8,069万円
	資本的 11億4,956万円	21億8,945万円	
病院事業	収益的 87億9,336万円	94億1,857万円	95億7,271万円
	資本的 8億7,743万円	12億4,933万円	

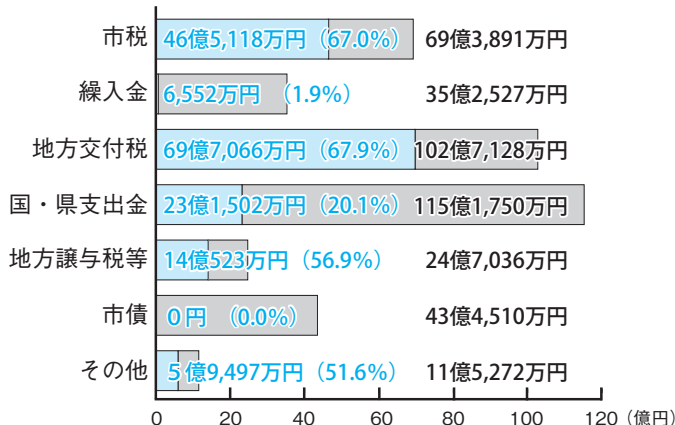
※収益的とは運営にかかるもの、資本的とは設備にかかるものです。

令和6年度予算執行状況

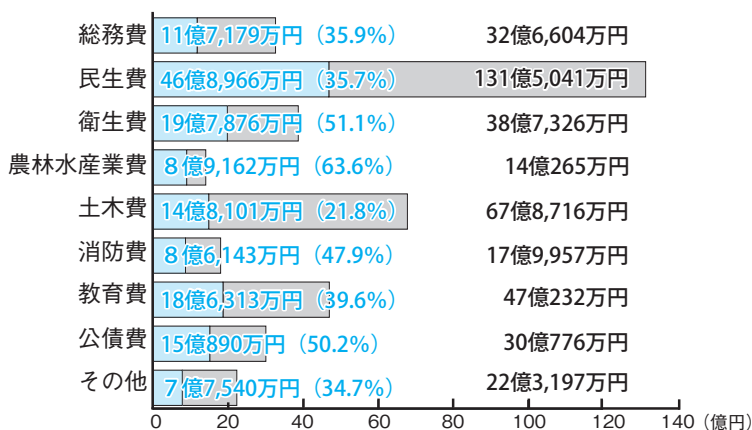
※令和6年9月30日までの収入・支出済額
1万円未満は四捨五入

一般会計（歳入・歳出とも令和5年度からの繰越分を含む）

歳入 予算現額 402億2,114万円
収入済額 160億258万円（収入率39.8%）



歳出 予算現額 402億2,114万円
支出済額 152億2,170万円（執行率37.8%）



市税と歳出を
市民1人当たりと
1世帯当たりになると

令和6年9月30日現在の人口57,520人、
世帯数28,158世帯で算出

市税 市民1人当たり 8万861円（市税収入済額÷人口）
1世帯当たり 16万5,181円（市税収入済額÷世帯数）

歳出 市民1人当たり 26万4,633円（歳出の支出済額÷人口）
1世帯当たり 54万581円（歳出の支出済額÷世帯数）

特別会計

会計	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険事業	60億9,935万円	21億7,837万円	35.7%	23億1,858万円	38.0%
後期高齢者医療	9億6,582万円	3億7,473万円	38.8%	1億9,754万円	20.5%
介護保険事業	78億9,072万円	32億2,859万円	40.9%	32億4,299万円	41.1%
温泉事業	1億1,878万円	983万円	8.3%	3,018万円	25.4%

公営企業会計

会計		収入			支出		
		予算現額	執行額	執行率	予算現額	執行額	執行率
水道事業	収益的	17億1,628万円	8億628万円	47.0%	16億5,636万円	3億7,404万円	22.6%
	資本的	13億6,851万円	6,908万円	5.0%	17億6,863万円	2億4,429万円	13.8%
下水道事業	収益的	27億2,995万円	16億1,477万円	59.2%	25億9,104万円	3億4,020万円	13.1%
	資本的	18億8,621万円	2億3,037万円	12.2%	26億1,075万円	7億6,722万円	29.4%
病院事業	収益的	99億9,709万円	42億8,306万円	42.8%	102億5,891万円	38億3,009万円	37.3%
	資本的	9億239万円	3億3,847万円	37.5%	13億3,972万円	5億7,880万円	43.2%

市債および企業債残高

会計	金額
一般会計	315億1,633万円
公営企業会計	水道事業 62億1,355万円
	下水道事業 148億6,336万円
	病院事業 90億5,107万円

一時借入金の状況

病院事業会計：10億5,000万円

※一時借入金とは、一会計年度内に現金が不足した場合に借り入れるお金であり、公営企業会計では3月31日までに償還しなければならないものです。

一般会計・特別会計の財産

土地	建物
1,706万3,604㎡ 	28万6,118㎡
出資金	財政調整基金
2億8,984万円 	66億2,426万円

▼健全化判断比率と資金不足
比率は市ホームページをご
覧ください。



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コードは関デンソーウェブの登録商標です。



❖お知らせの表記

申…申込先

問…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。

県税納税証明書交付申請時の

本人確認・委任関係確認を行っています

県では、納税証明書の交付申請の際、窓口に来た人の本人確認および代理人申請の場合の委任関係確認を行っています。

◆納税証明書の交付申請に必要な物

証明書の種類	必要な物	本人確認書類 (※)	青森県 収入証紙 (400円分/1部)	自動車 検査証 (写し可)
個人事業税・法人県民税・事業税・特別税		○	○	
自動車税種別割 (滞納がない旨の証明)		○	○	○
自動車税種別割 (継続検査用)		○		○

※マイナンバーカード、運転免許証などの顔写真付き公的書類（顔写真が付かない書類の場合は、2枚の提示が必要です。）

●代理人が申請する場合は、家族または従業員であっても、本人（法人の場合は代表者）からの委任状が必要です。

納税証明書は、納税者の皆さんの大切な情報を証明するものですので、ご理解とご協力をお願いします。

県税手続きでマイナンバーを記載した申告書などを提出する際は本人確認が必要です

提出の際は、マイナンバーカードを提示していただくか、運転免許証などの本人確認書類を提示していただきますので、ご協力をお願いします。



暮らし

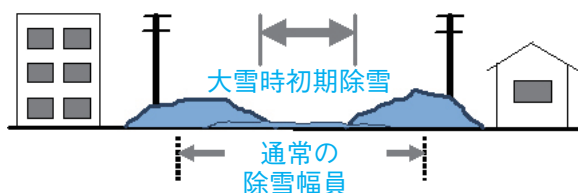


大雪時の道路除雪作業にご理解を！

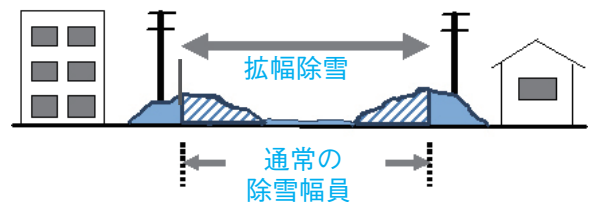
問土木課 ☎ 0176-51-6730

大雪時には、早期の通行確保を優先した除雪を行います

1 緊急車両が通行できる最低限の幅員を早急に確保し、すれ違いができるよう待避所を設けます。



2 順次走行車線の幅を広げるなど、通行の支障とならない状態を確保します。



3 一時閉鎖路線と歩道を除雪します。
❖「一時閉鎖路線」には看板を設置します。

※大雪時の除雪作業の実施については市 LINE 公式アカウントなどでお知らせします。

大雪時は通行への影響を最小限に抑えるため、上記のとおり段階的に除雪を行います。移動が困難になることがありますので不要不急の外出を控えるなど、市民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

※夜間、土・日曜日、休日のお問い合わせは、市役所代表（☎ 0176-23-5111）をお願いします。

滑りやすい路面に注意しましょう！

除雪作業直後は路面が滑りやすくなります。

凍結した道路や横断歩道などの滑りやすい場所を歩く際は転倒に注意しましょう。



マイナンバーカードの特急発行が始められました

特に速やかな交付が必要な人を対象に1週間程度でマイナンバーカードを発行できます。

対象 1歳未満の乳児、カード紛失などによる再交付、国外から転入した人など

交付方法 転送不要の簡易書留郵便で、地方公共団体情報システム機構から自宅へ送付します。

手数料 無料 ※紛失などによる再交付の場合は手数料2,000円（電子証明書発行手数料を含む）がかかります。

申問市民課 ☎ 0176-51-6755

詳しくは市ホームページをご覧ください▶



繰り下げ受給をすることで年金を増額することができます

老齢基礎年金と老齢厚生年金は、65歳で受け取らずに、66歳から75歳までの間で繰り下げて受け取ることができ、繰り下げた期間に応じて年金額が増額されます。老齢基礎年金と老齢厚生年金を別々に繰り下げすることもできます。

繰り下げた場合の増額率（受給率）や繰り下げの手続きについては、65歳の年金請求手続きの前にご相談ください。

国保年金課 ☎ 0176-51-6753

八戸年金事務所 ☎ 0178-44-1742

詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください▶



2025年農林業センサスを実施します〈令和7年2月1日現在〉

国の農林業・農山村地域の実態を明らかにし、今後の農林業の政策に役立てるため、農林水産省が5年ごとに実施する統計調査です。

1月下旬までに、調査員が農林業関係者を訪問しますので、調査票への記入などのご協力をお願いします。

調査票に記入された内容については、統計調査以外の目的には使用しません。

国情報政策課 ☎ 0176-51-6711

詳しくは農林水産省ホームページをご覧ください▶



農林業センサスマスコットキャラクター「つつー」

家電4品目は次の方法で処分してください

国まちづくり支援課 ☎ 0176-51-6726

エアコン・室外機、テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機は、家電リサイクル法によりリサイクルが義務付けられているため、燃えないごみや粗大ごみとして出すことはできません。次の方法で処分してください。

※処分にはリサイクル料金のほか、回収を依頼する場合、収集運搬料金がかかります。

●処分方法

買い替える場合	新しい製品を購入する販売店へ依頼
処分のみの場合	製品を購入した販売店か廃棄物処理業者へ依頼

自身で引き取り場所へ運搬する場合は、郵便局で家電リサイクル料金を振り込みの上、引き渡してください。

◆注意！不法投棄や無許可の回収業者への依頼は違法です。

●対応可能な廃棄物処理業者

(有)エコサービス 西十六番町29-9 ☎0176-22-9741	県南清掃(株) 三本木字野崎40-370 ☎0176-23-4351	(株)みどり 相坂字高清水78-455 ☎0176-23-9199
(株)遠藤商店 東十六番町5-3 ☎0176-23-4850	(株)十和田ビルサービス 赤沼字下平437-9 ☎0176-23-4982	(有)十和田環境サービス 相坂字高見125-25 ☎0176-22-7573
田中車輛(株) 三本木字中楸43-4 ☎0176-20-6210	(有)十和田クリーンサービス 赤沼字沼袋174-9 ☎0176-25-7451	(有)マルトシ運輸 法量字淵瀬56 ☎0176-74-2966

【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 ☎ 0176-51-6702



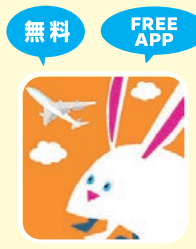
10言語対応「広報とわだ」 デジタルブックで配信中！

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※）



※【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。

家畜などを飼育している人は 定期報告が必要です

家畜などを飼っている人は、家畜伝染病予防法により、年1回飼育状況などを報告することが義務付けられています。令和7年2月1日現在の飼育状況を報告してください。

対象 牛、水牛、鹿、馬、綿羊、ヤギ、豚、イノシシ、鶏、アヒル、ウズラ、キジ、ダチョウ、ほろほろ鳥、七面鳥

※愛玩用（ペット）、1頭（1羽）の飼育でも報告が必要です。

提出方法 持参、郵送、FAXのいずれか、または農林水産省共通申請サービス（eMAFF）により提出
提出期限 2月7日（金）

※報告書の様式は、中央家畜保健衛生所（中央家保）または農林畜産課に備え付けてあるほか、中央家保ホームページからもダウンロードできます。

申問 農林畜産課 ☎ 0176-51-6745

FAX 0176-22-9399

上北地域県民局中央家畜保健衛生所
☎ 0176-23-6235 FAX 0176-23-3044



▲中央家保ホームページ



▲eMAFF

償却資産の申告を受け付けします

市内で事業（農業を含む）を営む個人および法人は、事業に使用している資産を償却資産として申告する必要があります。適正な固定資産税の算定のため、忘れずに申告してください。

申告期間 1月6日（月）～31日（金）

申問 税務課 ☎ 0176-51-6769

交通遺児援護金を支給します

交通事故によって父や母を失った交通遺児の保護者に援護金を支給します。

対象 令和7年1月1日時点で、義務教育終了前であって、市内に住所を有する交通遺児の保護者

援護金 15,000円

申請期間 1月6日（月）～31日（金）

※詳しくはお問い合わせください。

申問 こども支援課 ☎ 0176-51-6716

指名競争入札等参加資格審査申請書受付

各団体が実施する競争入札などに参加を希望する事業者などは、次により申請してください。提出要領や各指定様式などは各団体のホームページからダウンロードできます。

団体名		十和田市	十和田地域 広域事務組合
提出書類		市指定様式ほか	組合指定様式ほか
受付期間		1月15日（水）～2月17日（月） （土・日曜日、休日を除く）	
の有効申請区分年度	①建設工事	令和7年度	令和7・8年度
	②測量・建設コンサルタントなど	令和7・8年度	
	③物品など（※）	令和7・8年度	令和7年度
その他		①は毎年申請が必要です。 ②、③は定期受付となりますので、2年分の受け付けとなります。 ③は中間年の受け付けとなりますので、令和6年度の参加資格審査に申請済みの場合は必要ありません。 ※提出書類は2月17日（月）必着です。申請は持参または郵送・宅配便とし、メールでの受付はしていません。	
提出・問い合わせ先		管財課 ☎ 0176-51-6714	組合事務局 ☎ 0176-20-8100

※③の内容は、製造・売買・修繕・印刷・委託・賃貸借・除雪などです。

小型特殊自動車には標識（ナンバープレート）を取り付ける必要があります

乗用装置のあるトラクタやフォークリフトなどの小型特殊自動車は、軽自動車税の課税対象となり、標識の交付を受けなければなりません。

敷地内や田畑でしか使用せず公道を走行しない車両や、現在使用していない車両も対象となります。

該当する車両を所有する人は、速やかに標識の交付手続きを行ってください。

対象となる小型特殊自動車

種別	最高速度	該当する車両の例
農耕作業用	35km/h未満	トラクタ、コンバイン、田植機など
その他	15km/h以下	フォークリフト、ショベルローダなど

持ち物 購入日や車両情報などが分かる書類、本人確認書類

※詳しくはお問い合わせください。

申問 税務課 ☎ 0176-51-6765

あおもり若者定着奨学金返還支援制度

県内の対象企業に就職すると、企業と県が奨学金の返還を最大150万円支援します。事前登録が必要です。

申問 県若者定着還流促進課

☎ 017-734-9174

詳しくは「あおもり奨学金サポートサイト」をご覧ください▶



はちのへ若者サポートステーション無料出張相談

身近に就労年齢に達していながら働いていない人はいませんか。

はちのへ若者サポートステーションでは、15歳から49歳の人の就労を支援します。

とき 1月14日（火）、2月4日（火）、3月11日（火） 午後2時～4時

ところ 南コミュニティセンター
※事前にご予約ください。

申問 はちのへ若者サポートステーション ☎ 0178-51-8582

こころと暮らしの相談会（第5回）

保健師や生活困窮者自立相談支援員などが、こころの不調や生活の困り事などの悩みをお聞きし、解決に向けてお手伝いします。どんな些細なことでも大丈夫です。1人で悩まず、悩みが深刻になる前に、お話ししてみませんか。
※予約不要です。会場に直接お越しください。

とき 1月20日(月) 午後3時～8時

ところ 市民図書館

対象 こころや経済・生活についての悩みを相談したい人

☎健康増進課 ☎ 0176-51-6791

メール kenko@city.towada.lg.jp

あなたも看護補助者として働きませんか 看護補助者の無料職業相談

資格のない人も安心して就業できるよう、研修や病院見学を準備しています。ぜひご相談ください。

とき 平日 午前9時～正午、午後1時～4時

相談方法 来所、電話、メールなどで随時受け付けています。

☎（公社）青森県看護協会
青森県ナースセンター

☎ 017-723-4580 FAX 017-735-3836

メール aomori@nurse-center.net

詳しくはこちらから▶



1月10日は「110番の日」 「110番」は適切にご利用ください

◆110番は緊急通報です！

110番は犯罪などの被害で困っている人を一刻も早く助けるための電話です。いたずらや急を要しない問い合わせなどが来ると、本来に必要な人への対応が遅れてしまいます。

◆通報時のポイント

「何があったのか」、「いつ」、「どこで」などを順番にお聞きしますので、落ち着いてお話しください。

◆相談・要望・お問い合わせ

警察相談専用電話「#9110」、または警察署の相談窓口をご利用ください。

☎十和田警察署 ☎ 0176-23-3195



▲通報時のポイント



▲各種相談窓口

☆ 募 集

十和田市地球温暖化対策実行計画 区域施策編（案）への意見募集

市では、令和32年（2050年）のカーボンニュートラルの実現に向けて、温室効果ガスの排出量削減などを推進するための計画として、「十和田市地球温暖化対策実行計画 区域施策編」の素案をまとめました。この案について、市民の皆さんの意見を募集します。

募集期間 1月17日(金)～2月7日(金)

☎申問まちづくり支援課

☎ 0176-51-6726



詳しくはこちらから▶

〈第3回サウンディング型市場調査〉 未活用の市有財産について活用 アイデアの募集

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の市場性を把握し、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（第3回）を実施しています。

市有の土地・建物の利活用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 1月17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 ☎ 0176-51-6707

市ホームページ
はこちらから▶



〈サウンディング型市場調査〉 公共施設等包括管理業務委託に ついての提案募集

市では、公共施設などの維持管理について、建物管理の専門的な知見を有する民間事業者による包括管理委託の可能性などの市場性を把握し、今後、市が検討する包括管理委託の対象施設や対象業務、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ます。

公共施設の包括管理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 1月31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 ☎ 0176-51-6714

【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 ☎ 0176-51-6702

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※システムメンテナンス日は除く）

【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
- その他マルチコピー機を設置している店舗

【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

とわだ子育てアプリ で快適！安心！便利！

子育てをもっと楽しく！

とわだ子育てアプリ 検索

とわだ子育てアプリには便利な機能が満載！

プッシュ通知で
予防接種の受け
忘れを防止！

子どもの成長を
写真付きで記録！

妊婦向けの
機能も充実！

十和田市の
子育て情報を
随時配信！



妊娠から出産、育児までをフルサポート

▲ダウンロード
はこちらから

被害者支援活動員第14期生募集

あおもり被害者支援センターは、犯罪・交通事故により被害を受けた人やその家族、遺族に各種支援を行う民間の被害者支援ボランティア団体です。

あなたも私たちの活動に参加してみませんか。

※詳しくはお問い合わせください。

申問（公社）あおもり被害者支援センター ☎ 017-718-2085

令和7年度県立障がい者職業訓練校訓練生募集

募集訓練科名・定員 ①デジタルデザイン科15人 ②OA事務科15人 ③作業実務科10人

募集期間 1月6日(月)～31日(金)

試験日・場所 2月7日(金)・県立障がい者職業訓練校（弘前市緑ヶ丘1-9-1）

試験方法 ①②職業適性検査・面接 ③適性検査・面接（保護者同伴）
訓練期間 4月～令和8年3月の1年間

応募資格 次の要件を全て満たす人 ▶体力・精神的に1年間の訓練に耐えられ、就職を希望すること ▶障がい安定し、心身の疾病または障がい訓練受講上、支障とならないこと（介助支援がある人は要相談）など

※①②は知的障がいがない人、③は知的障がいがある人が対象です。
※入校願書および資料はハローワークに備え付けています。

申問県立障がい者職業訓練校
☎ 0172-36-6882

公共職業訓練「住宅建築施工科」3月期受講生募集

離職した人の早期再就職を図るため、木造住宅の施工方法に関する技術や知識を習得する「住宅建築施工科」の受講者を募集します。

訓練期間 3月6日(木)～9月2日(火)（6ヶ月間）

訓練場所 ポリテクセンター青森八戸実習場（八戸市類家二丁目7-40）

応募資格 ハローワークに求職の申し込みをしている人

定員 15人

申込期間 1月10日(金)～2月12日(水)

※ハローワークへお申し込みください。
※テキスト代などが必要となります。

申問ポリテクセンター青森八戸実習場 ☎ 0178-73-5535

海上自衛隊八戸航空基地 令和7年度 基地モニター募集

応募資格 次の全てに該当する人

▶自衛隊の活動内容を知りたい人

▶日本国籍があり、八戸市と近隣市町村に住む18～59歳の人

▶公務員、自衛隊隊員家族・退職者ではない人

委嘱期間 4月1日～令和9年3月31日

申し込み方法 はがきまたはメールで、氏名（ふりがな）、住所、性別、生年月日（年齢）、職業、電話番号、メールアドレスをご記入の上、お申し込みください。

申込期限 1月13日(月)

申問〒039-1180 八戸市高館
海上自衛隊第2航空群司令部広報室
☎ 0178-28-3011（内線2332）

メール 2aw-2331@ext.mso.mod.go.jp

詳しくは八戸航空基地ホームページをご覧ください▶



手話を覚えよう（第29回）

今月の手話は「昨日・今日・明日」です。

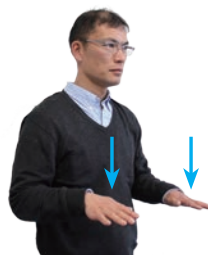
手話では体の前方が未来、後方が過去を表します。

昨日



手の甲が前
顔の脇に立てた人さし指を後ろに向けて倒す

今日



左右の両手で軽く押さえるように同時に下ろす

明日



顔の脇に立てた人さし指を前へ出しながら倒す

【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 ☎ 0176-51-6702

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田

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）



放送大学4月入学生募集

約300科目の授業の中から好きな科目を選択し、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 3月11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。

申問放送大学八戸サテライト

スペース ☎ 0178-70-1663



講座・教室

1日が気持ち良く進む!整理収納のライフハックセミナー vol. 2

ワーク・ライフ・バランスの実現に向けて、仕事や家事の効率を上げるための整理収納について学ぶセミナーの第2回を開催します。

とき 1月29日(火) 午前10時~正午

ところ 地域交流センター「とわふる」

内容 基本となる「整理」の他、今回は「収納」についても学びます。

対象 仕事と子育ての両立について関心がある人、作業の効率化などライフハックに興味がある人

定員 40人(先着順)

申し込み方法 電子申請によりお申し込みください。

申込期限 1月13日(月)

※託児無料(事前にお申し込みください。)

問商工観光課 ☎ 0176-51-6773



▲お申し込みはこちらから



▲詳しくは市ホームページから

令和6年度畜産講習会

とき 1月21日(火) 午後1時~4時(受け付け 午後0時30分~)

ところ サン・ロイヤルとわだ

テーマ 「母牛と子牛の絆~なるへそ分娩からちびちび哺乳まで」

講師 IMAI 家畜病院 今井 哲郎 院長

※事前にお申し込みください。

申問上十三地区家畜衛生推進協議会 ☎ 0176-25-2362

令和6年度甲種防火管理再講習

とき 2月4日(火) 午前9時40分~11時50分

ところ 十和田消防庁舎2階 第2会議室

対象 劇場、飲食店、店舗、ホテル、病院など不特定多数の人が出入りする建物(特定防火対象物)のうち、収容人員が300人以上の建物の防火管理者に選任されている人で、次の受講期限による。

(1) 新たに防火管理者に選任された人で前回の講習を修了した日から5年を越えている場合は、選任の日から1年以内

(2) (1) 以外の人は、最後に受講した日以降における最初の4月1日から5年以内

定員 40人(先着順)

費用 2,000円(テキスト代など) ※申し込みの際にお支払いください。

申し込み方法 各消防署に備え付け、または消防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、お申し込みください。

受付期間 1月6日(月)~10日(金)

申問十和田地域広域事務組合消防本部予防課 ☎ 0176-25-4113

第8回市民あんしん生活活用講座

とき 1月17日(金) 午後6時30分

ところ 中央病院 エントランス

テーマ 「いまさら聞けないくすりの話と、薬局の上手な活用法」

講師 ほてい堂薬局 関野 豪貴 代表取締役

申し込み方法 電話もしくはQRコードからお申し込みください。

申込期限 1月14日(火)

申問医療介護連携相談支援センター(中央病院内)

☎ 0176-23-5121

お申し込みはこちらから▶



伝統工芸品「きみがらスリッパ」製作講習会

とき 2月1日(土)、2日(日)

午前9時30分~午後3時30分

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

対象 両日参加できる人

定員 12人(先着順)

費用 2,500円(材料費)

持ち物 昼食、エプロン、霧吹き、タオル、はさみ、定規

申込期間 1月2日(木)~24日(金)

※完成したスリッパは持ち帰ることができます。きみがらスリッパと一緒に製作、作り伝える仲間も募集しています。興味のある人はご連絡ください。

申問十和田きみがらスリッパ生産組合事務局(株)パワフルジャパン(十和田内) ☎ 0176-28-3611



【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 ☎ 0176-51-6702

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。



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!



お正月特別企画

年の始めは図書館へ！
「本の福袋」貸し出しします

閭市民図書館
☎ 0176-23-7808

年の始めに読んでほしいおすすめの本2冊を詰め合わせた「本の福袋」を一般向け・児童向け各15袋限定で貸し出します。

とき 1月5日(日)～

※福袋がなくなり次第終了します。

ところ 市民図書館

対象 幼児～一般

貸し出し方法 袋に貼られたテーマをもとに「これだ！」と思った「福袋」を一つカウンターまでお持ちください。※福袋の中身は分からないようにしています。

返却方法 返却期限までにカウンターまたは返本ポストに返却してください。



本を借りて運だめし！「としょかんおみくじ」

図書館で新年の運だめしはいかがでしょう。

とき 1月5日(日)～31日(金)

ところ 市民図書館

対象 期間中に本を借りた人

内容 期間中に本を借りると、貸し出しレシートに運勢が印字されます。



「図書セット」を貸し出しています

市内にある事業所や幼稚園・保育園・託児所・学童、介護老人保健施設などへ、図書館が選んだ本を貸し出しています。

貸出冊数 1箱30冊（幼稚園・保育園などには紙芝居も貸し出しています）

貸出期間 1カ月

申込期限 1月24日(金)

※詳しくはお問い合わせください。

閭市民図書館 ☎ 0176-23-7808



読書に関する講演会

とき 1月18日(土) 午後2時～4時

ところ 市民図書館

テーマ 100年前からずっと読み継がれている絵本の魅力とは…

講師 絵本・児童書専門店「緑のゆび」店主

吉井 康文 さん（株）こぐま社前社長）

対象 教職員、保育者および幼児期の子を持つ保護者

定員 20人（先着順）

閭十和田市私立幼稚園協会事務局

十和田カトリック幼稚園 ☎ 0176-23-2518



催

し

第48回「とわだ・まける日」

参加店独自の年に一度の一斉大売り出しです。店頭の「とわだ・まける日」の赤いのぼり旗やポップが目印です。

とき 1月31日(金)～2月2日(日)

閭十和田商工会議所

☎ 0176-24-1111

十和田市老人クラブ連合会
第33回芸能発表会

とき 2月7日(金) 午前10時～正午

ところ JA 十和田おいらせ本店

定員 300人（先着順）

申込期限 1月20日(月)

閭十和田市老人クラブ連合会事務局 ☎ 0176-25-8633

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♪



秋田県小坂町

～冬季限定～^{こうらくかん}康楽館衣装体験

明治の芝居小屋「康楽館」で、芝居役者になりきれる衣装体験が楽しめます。旅の思い出に芝居の世界に飛び込んでみてはいかがでしょうか。

期間 2月24日(月)まで 午前9時～午後3時

ところ 明治の芝居小屋「康楽館」

体験時間 30分

料金 1,700円（施設見学料含む）

閭国重要文化財明治の芝居小屋「康楽館」 ☎ 0186-29-3732



秋田県が実施している観光キャンペーンによる利用料の助成が受けられます。

詳しくは「アソビュー！」ホームページから▶





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。
 掲載希望の団体、サークルの人は市ホームページをご覧ください。

「目の見えない白鳥さん、アートを見に行く」上映会

全盲の美術鑑賞者と友人たちが紡ぐ豊かな会話を追ったドキュメンタリー映画。バリアフリー字幕や音声ガイド付きの上映です。回ごとに会場・時間が異なります。詳細はホームページ (<http://umoo.official.jp>) で。

とき 1月10日(金)～12日(日)

昼・夜 計6回

ところ 現代美術館、カフェ鳥曇とりぐもり (法量字焼山 64-181)

対象 アートや対話することに興味があればどなたでも

定員 各回 10人

申込期限 1月9日(木)

申込 プロジェクト羽毛・杉浦

☎ 080-1562-9480

メール info.umoo

@gmail.com

詳細はこちらから▶



スノーシューウオークで冬の運動不足を解消しよう

冬でもしっかりと運動することによって免疫力や筋力を高め、病気になりにくい体づくりとフレイル予防に努めませんか。

とき 1月16日(木)、21日(火)、28日(火)、2月4日(火) 午前9時

ところ 駒っこランド集合

対象 20歳以上

定員 各回 10人 (先着順)

費用 スノーシュー、ポールレンタル料各 300円

申し込み方法 はがきに郵便番号、住所、氏名、スマートフォン電話番号(SMS連絡用)、スノーシューレンタルの有無を書いてお申し込みください。

申込期限 各開催日の2日前

※傷害保険は各自でご加入ください。
 ※長靴など深雪の中を歩ける格好でご参加ください。

申込 十和田ノルディックウオーク

クラブ ☎ 0176-22-5558

〒034-0088 西十四番町 33-15

「管理栄養士と学ぶはじめての介護食教室」

介護食とは、病気やけが、加齢などにより食べる機能が低下した人が安全に食べられるように食材や調理法を工夫した食事です。年齢を問わず必要な場合があります。食べやすく、栄養もしっかり取れる介護食について、管理栄養士と一緒に学びませんか。

とき・ところ 1月25日(土)・東コミュニティセンター 実習室、2月22日(土)・地域交流センター「とわふる」多目的室

時間 午後1時30分～4時

対象 介護をしている人、介護食に興味がある人など、どなたでも

定員 15人 (先着順)

費用 1,000円 (材料費)

持ち物 エプロン、三角巾

申込期限 各開催日の3日前

申込 すこやかめし・白山

☎ 090-9630-6556

メール sukoyakameshi

@gmail.com



お申し込みはこちらから▲

百人一首カルタに触れてみよう！

とき 1月11日(土) 午前10時～正午

ところ 市民文化センター

対象 幼児～一般

定員 20人 (先着順)

申込 十和田百人一首愛好会・久保

☎ 0176-24-2496

南小学校合唱部第42回定期演奏会

「この思い とどけ Best Music ♪」
ベスト ミュージック
 を合言葉に日々練習に励んでいます。応援して下さる地域の皆さんへ感謝の気持ちを込めて歌います。

とき 2月1日(土)

午後1時30分開演 (午後1時開場)

ところ 市立南小学校体育館

持ち物 上履き

演奏曲 かわただけだよヘンじゃない (NHK 全国学校音楽コンクール課題曲)、いつも何度でも ほか

申込 南小学校 ☎ 0176-23-2285

マーブル親の会 「みんなの『いいね』展示会」

発達に凹凸のある子どもたちが、「好きなもの」「得意なこと」を展示します。どうぞ、子どもたちの可能性をお楽しみください。

とき 1月25日(土) 午後1時～6時、26日(日) 午前9時～午後2時

ところ 市民交流プラザ「トワーレ」

その他 出展者も募集しています。

1月10日(金)までにお知らせください。

研修会はInstagramのDM (ダイレクトメール)からも申し込み可▶



研修会「自分らしく、生きる」ってどういうこと？—これからの性教育—

講師に松浦淳さんをお迎えして「包括的性教育」の研修を行います。人権的なアプローチなど、「ウェルビーイング」を目的とした内容です。子育てに関わる人はぜひ、ご参加ください。

とき 2月1日(土) 午前10時～正午

ところ 東コミュニティセンター

対象 子育て中の人、子育てに興味がある人、支援者、学校関係者など

定員 70人

申し込み方法 メールでお申し込みください。

申込期限 1月25日(土)

申込 マーブル親の会事務局 ☎ 090-7325-9721

メール marble.oyanokai@gmail.com

1月ほけんのページ

●相談・教室など

内容	とき	ところ・問い合わせ
◆体組成計(Inbody) 無料開放デー 筋肉量・体脂肪率の測定を希望する人	10日(金) 9:00～16:00 ※ペースメーカーを装着している人は測定不可	保健センター 問健康増進課 ☎0176-51-6791
◆栄養相談 栄養・食生活に関する相談を希望する人	15日(水) 9:30～10:20～ 11:10～13:15～ 14:05～14:55～ ※10日(金)までに要予約	保健センター 問健康増進課 ☎0176-51-6791
◆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	22日(水) 14:00～15:00 ※10日(金)までに要予約	市役所本館2階 相談室G 問高齢介護課 ☎0176-51-6720
◆パパママ教室 市内在住の妊産婦とパートナーやその家族	妊娠期②コース 17日(金) 18:30～20:00 ▶赤ちゃんのお風呂の入れ方 ▶育児講話 ▶情報交換会 妊娠期①コース 26日(日) 10:00～11:30 ▶パパの妊婦体験 ▶妊産婦と家族の栄養講話 ▶家事育児の役割分担について	保健センター 問こども家庭センター ☎0176-51-6797

※毎月開催する乳幼児健康診査の対象者には個別通知します。
年間予定表は市ホームページや「とわだ子育てアプリ」をご覧ください。

◆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

とわだ子育てアプリはこちらから▲

●上十三保健所の相談窓口

内容	とき	ところ・問い合わせ
◆B型・C型肝炎検査(※) 過去にB型・C型肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	7日(火)・28日(火) 13:00～13:30 ※要予約	上十三保健所 ☎0176-23-4261
◆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	15日(水) 13:00～14:00 ※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のある子どもの家族	22日(水) 9:00～11:30 ※要予約	
◆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	7日(火)・28日(火) 13:30～14:30 ※要予約	上十三保健所 エイズ専用 ☎0176-23-8450

(※) B型・C型肝炎検査については、40歳以上の市民は市の健診でも検査ができます。詳しくは健康増進課(☎0176-51-6790)へお問い合わせください。

プラス10分 今より少しでも多く体を動かす生活を！

問健康増進課☎0176-51-6791

普段からよく体を動かすことで、生活習慣病の発症率や死亡率が低くなると言われています。

■プラス10分を習慣にするヒント

①座りっぱなしを減らす

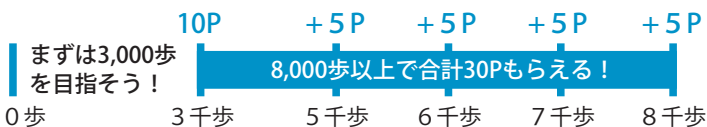
- ▶30分に1回立ち上がることを意識する
- ▶体を伸ばしたり少し先まで歩いたりしてみる
- ▶長時間座ったままの時は足の運動をする

とわ歩°について
はこちらから▼



②十和田市健康アプリ とわ歩°の活用

ウォーキングで約1,000歩が10分の目安です。
とわ歩°では、1日3,000歩で10ポイント、最大で合計30ポイントもらえます。



さらに…▶ラジオ体操実施で+5ポイント

▶いきいき体操動画1・2実施で、それぞれ+5ポイント

●献血のお知らせ

問健康増進課☎0176-51-6790

実施予定日	時間	ところ
3日(金)	10:00～12:00 13:30～16:00	イオンスーパーセンター十和田店
22日(水)	10:00～12:00 13:30～16:00	十和田市役所
24日(金)	10:00～11:45	青森県農業共済組合 南部支所
29日(水)	10:00～12:00	十和田警察署

赤十字血液センターでは、18～69歳の健康な人に献血への協力をお願いしています。血液は人工的に作ることができず、長期保存もできません。

冬の寒い時期は特に血液が不足します。血液を必要としている患者さんのために、皆様のご協力をお願いします。



詳しくはこちらから▲

●休日当番医

問健康増進課☎0176-51-6790

とき	当番医	電話番号
1日(水)	十和田第一病院(東三番町10-70)	0176-22-5511
2日(木)	村木内科胃腸科医院(西三番町20-17)	0176-22-1010
3日(金)	とわだ耳鼻いんこう科医院(西十一番町22-11)	0176-25-3341
5日(日)	北園内科クリニック(西二十一番町14-38)	0176-22-2331
12日(日)	かわむらクリニック(西二十二番町4-16)	0176-20-1505
13日(月)	十和田泌尿器科クリニック(元町東一丁目3-8)	0176-22-7340
19日(日)	のづき内科小児科クリニック(東十二番町14-30)	0176-20-1880
26日(日)	阿部クリニック(東三番9-66)	0176-25-1122

▶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、受診すべきか分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。



1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	6日(月)、20日(月) 13:00～15:00 ※6日(月)は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め事などの相談	10日(金)、24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	22日(水) 13:00～16:00 ※15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	14日(火)…対面、28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	16日(木) 13:00～15:00 ※9日(木)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	9日(木) 13:00～15:00 ※6日(月)までに要予約
◆くらしとお金の相談 (定員5人) 多重債務、生活資金などの相談	8日(水) 10:00～16:00 ※7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 市消費生活センター ☎ 0176-51-6757
◆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しています。

申問まちづくり支援課 ☎ 0176-51-6777

内 容	と き
◆出張年金相談 年金の無料相談	21日(火)、28日(火) 10:30～14:30 ※要予約 (先着順) (来月は2月25日(火)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、国保年金課 ☎ 0176-51-6753

【お願い】各種相談の予約をキャンセルする際は必ずご連絡ください。

1月31日(金)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・県民税第4期／国民健康保険税第7期
介護保険料第7期／後期高齢者医療保険料第7期

市税の納付は、便利で確実な口座振替をお勧めします

- 手続き場所 収納課、市内の金融機関
 - 持ち物 納税通知書、通帳、届出印
- ☎ 収納課 ☎ 0176-51-6762

その他の催し

<>…開始時間

6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「トワレ」 (☎健康増進課 ☎ 0176-51-6791)
8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 ☎ 0176-23-5121)
10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「トワレ」 (☎健康増進課 ☎ 0176-51-6791)
11日(土)	▶話しのサロン・こころの広場ルピナス<10:00>～市民交流プラザ「トワレ」 (☎健康増進課 ☎ 0176-51-6791) (25日(土)も開催) ▶こ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 ☎ 0176-51-6791)
17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「トワレ」 (☎NPO法人スマイルラボ ☎ 0176-23-6622 (留守電対応))
18日(土)	▶認知症の人を抱える家族のつどいin十和田<13:30>～市民文化センター (☎(公社)認知症の人と家族の会・佐藤 ☎ 090-7935-2939)
23日(木)	▶頭皮ケア・ウィッグ相談会<14:00>～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 ☎ 0176-23-5121)
24日(金)	▶精神障がい者家族会「とわだ家族会」(個別相談会)<10:00>～市民交流プラザ「トワレ」 (☎健康増進課 ☎ 0176-51-6791)

◆各施設の催しはこちらから

市民図書館▶

土・日曜日に読み聞かせを行っています。



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行情報

■1月の運休日

1月1日(水)～3日(金)

☎ 都市整備建築課 ☎ 0176-51-6735



市役所会計窓口での水道料金・下水道使用料の取り扱い時間が変わります

1月6日(月)から、会計窓口(13番)での水道料金・下水道使用料のお支払いは、午前9時から午後4時までとなります。

市・県民税、固定資産税・都市計画税、国民健康保険税や介護保険料、後期高齢者医療保険料など、その他の市の公金のお支払いは、午前8時30分から午後5時15分まで可能です。

☎ 会計係 ☎ 0176-51-6776

管理課(別館1階)では、午前8時30分から午後5時15分まで水道料金・下水道使用料のお支払いが可能です。

☎ 管理課 ☎ 0176-25-4511



▲詳しくはこちらから

駒っこランド冬まつり 1月25日(土)、26日(日)

25日(土)

- ▶ 福まき (お菓子まき)
- ▶ 輪ゴム射的
- ▶ そりすべり大会
- ▶ なべっこ団子振る舞い



同時開催

第12回駒っこランド 雪像コンテスト

お気に入りの雪像にあなたの
1票を投票してね!

26日(日)

- ▶ 福まき (お菓子まき)
- ▶ 宝さがし
- ▶ 親子馬力大会
- ▶ 雪像コンテスト表彰式

その他、キッチンカーやバナナボート、
雪灯籠などお楽しみがいっぱい!
そりやチューブの貸し出しも行ってい
ます。



※雪の状況に
よりイベント
の内容が変更
になる場合が
あります。

称徳館特別展「称徳館収蔵資料展」

称徳館の収蔵資料の中から明治時代に活躍し
た彫刻家の作品や錦絵などを展示します。

とき 1月4日(土)～3月30日(日)

午前9時～午後4時30分

ところ 称徳館

入館料 一般 310円、高校・大学生 105円、
中学生以下 無料



▲木彫「ハクニー」
ことう ていこう
後藤 貞行 作



▲錦絵「太夫敦盛・熊谷次郎」
うたがわ とよくに
歌川 豊国 作

レベルアップ市民スキー教室

とき 1月25日(土)、26日(日) 午前10時～午後3時

ところ 奥入瀬渓流温泉スキー場

※リフト乗り場前に午前9時30分までに集合

対象 小学生以上

定員 20人

受講料 1,000円 (リフト券無料)

申込期限 1月21日(火)

〒十和田市スキー協会 Facebook

またはメール satwd33@gmail.com

〒十和田市スキー協会・坂下 ☎ 0178-79-6141



新春企画

称徳館オリジナル絵馬のプレゼント

称徳館入館者全員にオリジナルの「絵馬」
と「馬面キーホルダー」のセットをプレゼン
トします。

期間 1月4日(土)～31日(金) 休館日を除く

ところ 称徳館

※セットが無くなり次第終了します。



第5回げんびオープンステージ 2024

今回は、「ギュゼルオリエンタルダンス」の皆さんに
よる、ベリーダンスのパフォーマンスです。

とき 1月18日(土) 午前11時30分～正午

ところ 美術館 カフェ ※直接会場にお越しください。

料金 無料

メンテナンスのため 臨時休館します

1月20日(月)～24日(金)

1月10日(金)は

現代美術館常設展 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。

同日開催

げんびさんぽ

げんびサポーターや美術館スタッフが皆さんと
おしゃべりしながら一緒に作品を鑑賞します。

とき 午前11時～正午

集合場所 美術館 受付

鑑賞作品 ソ・ドホ《コース・アンド・エフェクト》

【手話通訳付き】学芸員による 企画展ギャラリートーク

とき 1月19日(日) 午後2時～3時

集合場所 美術館 受付

※要企画展チケット

2025 シークワーズ

- シークワーズのクイズの答えをマスから探してみよう！
- 余ったマスの文字を組み合わせると、どんなキーワードが出てくるかな？
- クイズとアンケートに答えた人へ、抽選でお年玉プレゼントを差し上げます！



シークワーズのルール

- 縦、横、斜めに読みます。
- 読み方は、下から上、右から左のこともあります。
- 同じマスを何回か使うこともあります。
- 「つ」など、マスの中の文字は大小の区別をしません。

み	り	ゆ
ぼ	ん	さ
ふ	ご	と

読み方の例

- りんご
- さんぽ
- みんと

し		き	ぶ	ん	か	よ
ま	る	つ	と	び	し	
ぽ	わ	と		く	ど	げ
す	ず	み	ど	こ	ろ	い
ば		い	さ	う	ぼ	の
	て	す	べ	ん	と	う
か	へ	こ	ま	つ	こ	

広報とわだのバックナンバー(令和6年1月号～12月号)から答えを探せます



スマートフォンアプリ

カタログポケット

Catalog Pocket

Available in 10 Languages !



を使ってクイズを解いてみよう！



アプリから広報とわだを閲覧する方法

- QRコードからカタログポケットへアクセス
- 利用規約に同意し、閲覧したい号を選択
- 画面上の App Store または「アプリで開く」を選択し、アプリをダウンロード

クイズ（ヒントの対象号を読んで探してみよう！）

2文字

- ① まちなか交通広場発着の「市街地循環〇〇」
ヒント：4月号

3文字

- ① 「第55回十和田市民〇〇〇祭」
ヒント：12月号
- ② 10月からスタートした「十和田市健康アプリ〇〇〇」
ヒント：10月号
- ③ バルーンランタンと花火を打ち上げる「十和田湖〇〇〇まつり」
ヒント：6月号
- ④ 救急時の安全と安心を確保する「救急医療情報〇〇〇」
ヒント：1月号

4文字

- ① 新紙幣の発行を記念して開催されたイベント「とわだ〇〇〇〇フェス」
ヒント：8月号

4文字

- ② 災害から身を守るために確認「十和田市〇〇〇〇マップ」
ヒント：9月号
- ③ 令和5年度に引き続き、本年度も市内の小・中学校で取り組んでいる「〇〇〇〇の日」
ヒント：3月号
- ④ 十和田市馬事公苑「〇〇〇〇ランド」
ヒント：11月号
- ⑤ 「第32回十和田市伝統〇〇〇〇まつり」
ヒント：2月号

6文字

- ① 熱中症予防のために暑さを一時的にしのぐ「〇〇〇〇〇〇とわだ」
ヒント：7月号

7文字

- ① 毎月第4日曜日は「十和田市〇〇〇〇〇〇〇〇の日」
ヒント：5月号



応募方法

電子申請システムから回答、またははがきに住所・氏名・年齢・電話番号・キーワードの回答・次の「広報とわだアンケート」の回答を記入して郵送してください。応募者の中から抽選で25人に図書カードが当たります。

問総務課 ☎0176-51-6702

宛先 〒034-8615（住所記載不要）十和田市役所 総務課 広報男女参画係
応募期限 1月31日（金）※当日消印有効

1月1日から応募できます

電子申請システム応募フォームはこちらから▶



※当選の発表は、発送をもって代えさせていただきます。クイズの答えは広報とわだ2月号に掲載します。

広報とわだアンケート

- (1) 「広報とわだ」をご覧になる頻度はどのくらいですか？（次の①～④のいずれかの番号を記入）
①毎号読む ②たまに読む ③ほとんど読まない ④全く読まない
- (2) 「広報とわだ」の内容は分かりやすいですか？（次の①～④のいずれかの番号を記入）
①分かりやすい ②まあまあ分かりやすい ③やや分かりにくい ④分かりにくい
- (3) 令和6年2月号から令和7年1月号の「広報とわだ」の中で特に印象に残った記事は何ですか？
（記入例：〇月号〇ページ）※広報とわだのバックナンバーは「カタログポケット」から閲覧できます。
- (4) 市に関する情報を、普段どのようにして入手していますか？（複数回答可）
①紙版・広報とわだ ②アプリ版・広報とわだ（カタログポケット） ③アプリ版・広報とわだ（マチイロ）
④市ホームページ ⑤市ホームページ以外のインターネット上の情報 ⑥市が発信しているSNS
⑦市以外が発信しているSNS ⑧新聞 ⑨テレビ ⑩ラジオ ⑪その他
- (5) (4)で「⑥」を選択した人にお聞きします。入手先のSNSはどれですか？（複数回答可）
①LINE ②Instagram ③Facebook ④YouTube ⑤ブログ ⑥X
- (6) 今後取り上げてほしい記事など「広報とわだ」に関するご意見・ご要望を自由にお書きください。

十和田湖冬物語



1/31(金) ▶ 2/24(月)

※火・水曜日は定休日
(2/11(火)は開催)

十和田湖畔休屋 多目的広場

平成11年（1999年）に始まった「十和田湖冬物語」は、今年で第27回を迎えます。

美しい大自然の中で行われる各種アクティビティや、厳寒の澄んだ夜空を彩る音楽と花火ショーで構成される十和田湖畔の冬季観光イベントをぜひお楽しみください。

※荒天時は、日程・プログラムが変更になる場合があります。

午後8時打ち上げ



音楽と花火がシンクロした花火ショー

花火ショーと一緒に
大切な人へ思いを込めたメッセージ花火

▶料金
8,800円（税込み）

▶申し込み方法
打ち上げ希望日の前日午後5時までに
ホームページからお申し込みください。



会場行きのバスもご利用ください！（要予約）



十和田湖アクセスバス
（十和田市中央～十和田湖畔休屋）



JRバス 冬のおいらせ号
（JR八戸駅～十和田湖畔休屋）



滑り台で遊ぼう！



スノーアクティビティパーク

グルメを堪能！



雪あかり横丁

毎週末の
芸能パフォーマンス！



冬の国境(くにざかい)まつり

冬物語期間中は昼と夜に
併催イベントがあります



▲詳しくは、ホームページ
をご確認ください

その他の交通機関情報・
交通情報は各社のホーム
ページをご確認ください。

問十和田湖冬物語実行委員会事務局（十和田湖観光交流センター「ぶらっと」内）☎0176-75-1531

人口と世帯

令和6年11月末
現在

区分	人・世帯数	前月比	前年比
人口	57,447人	-29人	-936人
男	27,472人	-13人	-486人
女	29,975人	-16人	-450人
世帯	28,167世帯	+2世帯	+3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

