



1月の市民無料相談

内 容	と き
◆行政相談（予約不要） 行政機関などの業務に対する苦情、意見、要望などの相談	5日(月)、19日(月) 13:00～15:00 ※5日(月)は西コミュニティセンターでも実施
◆人権相談（予約不要） いじめや差別、家庭内や隣近所とのめめ事などの相談	9日(金)、23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	28日(水) 13:00～16:00 ※21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	13日(火)・対面、27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(法テラス青森)
◆司法書士相談（定員4人） 登記、相続、離婚、借金などの相談	15日(木) 13:00～15:00 ※8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	8日(木) 13:00～15:00 ※5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	14日(水) 10:00～16:00 ※13日(火)午後4時までに要予約 予約先 ☎0120-102-084（消費者信用生活協同組合八戸事務所）
◆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	20日(火)、27日(火) 10:30～14:30 ※要予約（先着順） (来月は2月24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

問八戸年金事務所 ☎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。

いきいき健康づくり事業 室内ミニバレー大会

とき 1月18日(日) 午前9時～午後1時ごろ（午前8時30分受け付け開始）

ところ 市立南小学校校体育館

部門 初心者部、混合部 参加料 無料

申込期限 1月14日(水)

申し込み方法 参加申込書によりお申し込みください。

※1チーム4～6人、個人での申し込み不可

※内履き持参、傷害保険は各自加入

申問スポーツ・生涯学習課 ☎0176-58-0187

その他の催し

<>…開始時間

7日(水)	▶がんサロン<14:00>～中央病院別館（予約不要） (問中央病院がん相談支援センター ☎0176-23-5121)
8日(木)	▶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」 (問健康増進課 ☎0176-51-6791)
9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」 (問健康増進課 ☎0176-51-6791)
10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」 (問健康増進課 ☎0176-51-6791) (24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 (問健康増進課 ☎0176-51-6791) ▶ピアサポート事業おしゃべり会<13:30>～市民交流 プラザ「トワレ」 (要予約) (問マール親の会 ☎090-7325-9721)
17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 (問(公社)認知症の人 と家族の会・佐藤 ☎090-7935-2939)
22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 (要予約) (問中央病院がん相談支援センター ☎0176-23-5121)
23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」 (問健康増進課 ☎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 問都市整備建築課 ☎0176-51-6735

■運休日 1月1日(木)～3日(土)

■一部迂回運行 1月18日(日) 消防出初式のため

◆市税の納付をもっと便利に！ 問収納課 ☎0176-51-6762

▶クレジットカード・インターネットバンキング

▶スマートフォン決済アプリ

地方税お支払サイトから、
納付書のeL-QRを読み込んで
納付できます。

詳しくはこちらから▶



スマートフォンなどで、納付
書の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▶



2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

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

人口と世帯	区分	人・世帯数	前月比	前年比
令和7年11月末 現在	人口	56,727人	-39人	-720人
	男	27,186人	-8人	-286人
	女	29,541人	-31人	-434人
	世帯	28,222世帯	0世帯	+55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「マイチロ」をイ
ンストールする。



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

