

～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

5

No. 283

2026



広報とわだ 目次

- 2 令和8年度主な事業と予算の概要
- 5 青の煌めきあおもり国スポ・障スポ ニュース
- 10 春の狂犬病予防注射と飼い犬登録を行います
- 15 お知らせ

入学おめでとう！（4月7日／西小学校）

市立小学校12校で入学式が行われ、323人の新入生が、学校生活をスタートさせました。

市ブログ「駒の里から」もご覧ください▶



公式マスコット
キャラクター
アプリード君



青の煌めきあおもり国スポ・障スポ

開催まで
あと **5** カ月



令和8年度

主な事業と予算の概要

問 財政課 ☎0176-51-6713

令和8年度の主要な施策

1. 子どもが笑顔になれるまちづくり

●屋内遊戯施設整備事業 2億945万円※
子どもたちが天候に左右されず、のびのびと遊ぶことができるよう、市民交流プラザ「トワレ」の一部を新たな屋内遊戯施設として整備します。
※令和7年度予算を一部繰り越し

●保育料無償化事業 6,368万円
子育て世帯の経済的負担を軽減するため、保育所、認定こども園などを利用する3歳未満児の保育料を全額無償化します。



2. 働く人が笑顔になれるまちづくり

●企業誘致支援事業 462万円
企業誘致の知見を有する事業者を活用して、効果的かつ効果的な誘致活動を実施します。

3. 高齢者が笑顔になれるまちづくり

●加齢性難聴者補聴器購入費助成事業 456万円
加齢により聴力が低下し他者とのコミュニケーションが取りづらい高齢者に対し、積極的な社会参加を促すとともに、認知症予防の一助とするため、補聴器の購入に要する費用の一部を補助します。

4. ひとりひとりが笑顔になれるまちづくり

●青の煌めきあおもり国スポ・障スポ推進事業 3億3,107万円
第80回国民スポーツ大会および第25回全国障害者スポーツ大会の開催に向け、市民が一丸となって大会を盛り上げ、本市の魅力を発信します。

総合計画における8つの基本目標に沿って主な事業をお知らせします

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)



有害鳥獣対策事業 1,490万円
従来からの有害鳥獣による農作物被害に加え、ツキノワグマによる人身被害を未然に防止するため、有害鳥獣対策を強化します。

国立公園魅力向上事業 3,203万円※ ※令和7年度予算を一部繰り越し

十和田湖地区の魅力向上のため、環境省を主体とする「十和田湖1000年会議」が策定した「十和田八幡平国立公園利用拠点マスタープラン」において「特に優先・加速すべき事項」とされた施策のうち、旧市道休屋線石畳化事業、十和田湖地域づくり事業および地域協働体制による観光除雪事業に取り組みます。

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)



はじめての絵本プレゼント事業 36万円
絵本を通して親子の絆を深めるため、本市に生まれた全ての乳児に絵本をプレゼントします。

小中学校フッ化物洗口事業 321万円
子どもの虫歯予防効果を高めるため、市立小・中学校の児童・生徒を対象に、週1回フッ化物洗口を実施します。

3 すべての市民が健やかに暮らせるまち (健康・福祉)



脳機能デジタルチェック事業 6万円

認知症の早期発見・早期治療を図るため、脳の健康度をチェックし、専門医への受診やもの忘れ相談へつなげます。

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)



市民文化センター開館40周年記念事業 441万円

記念事業として、「NHKのど自慢」、「はいだしょうこ & 恵^えばた^た 恵^えばた^た ゆうファミリーコンサート」を実施します。

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)



春・夏・秋まつり運営事業 1,805万円※ ※山車製作奨励事業費770万円

秋まつりに係る負担金のうち、参加団体に対する山車製作費補助の補助率および上限額を引き上げます。

6 ゆとりと潤いあふれる暮らしを実感できるまち (環境)



公共施設等照明LED化事業 4億1,900万円

ゼロカーボンシティの実現に向けて、公共施設などの照明のLED化を進めます。

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)



道路整備事業 12億9,734万円

道路利用者や車両の安全を確保するため、市街地および地域の生活基盤である道路・橋梁^{きょうりょう}を整備します。

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)



市LINE公式アカウント活用事業 378万円

LINEを活用した「持ち運べる市役所」の機能を強化し、行政サービスの向上、窓口混雑の解消を図ります。

※施策・事業いずれも1万円未満は四捨五入
人間ドック等自己負担金無償化事業 1,767万円
(国民健康保険被保険者が対象)

生活習慣病の予防、がんや脳卒中などの病気の早期発見・早期治療を図るため、人間ドックおよび脳ドックに要する費用を無償化します。

伝統芸能PR動画制作事業 37万円

本市の伝統芸能の継承および保存を図るため、PR動画を制作し、伝統芸能の魅力や活動を広く発信します。

移住・定住事業 1億4,788万円

移住・定住人口の拡大に向け、市内の世帯を含めた住宅取得などへの支援、移住者と地域住民との交流会、ウェブ広告などによる移住・定住情報の発信などを実施します。

資源再生利用事業 803万円

リサイクル率の向上のため、団体などが回収した資源ごみの重量に応じて、奨励金を交付するとともに、ごみの減量およびリサイクル推進事業を実施します。

公共交通対策事業 1億6,378万円

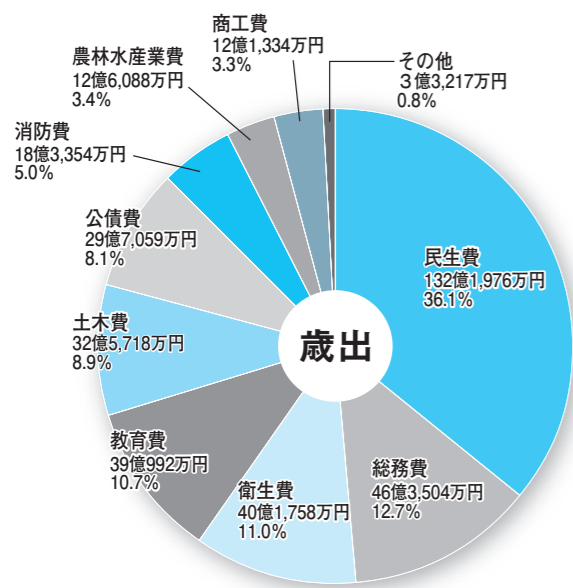
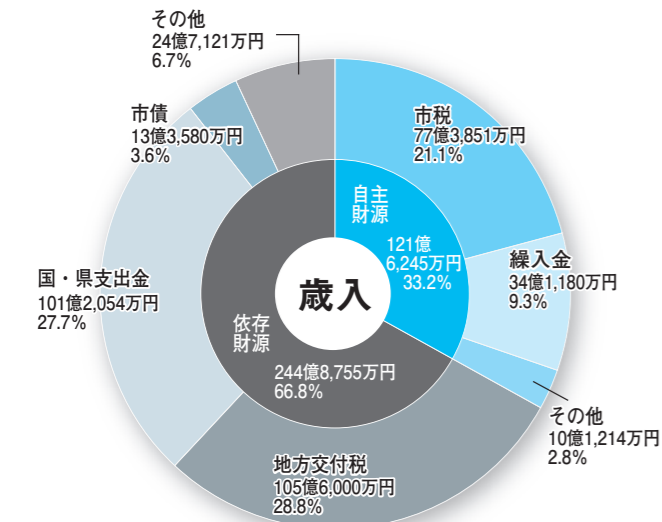
まちなか交通広場を拠点として、地域における公共交通の確保および利便性・効率性の向上を図ります。

シティプロモーション事業 945万円

市民の市への誇りや愛着を醸成するため、SNSなどを活用した情報発信に取り組むほか、市の魅力を市内外に効果的に伝え、関係人口の創出を図ります。

令和8年度の予算の概要 (1万円未満は四捨五入)

一般会計当初予算の総額 366億5,000万円 (前年度予算との比較 27億6,000万円減)



各会計予算の前年度比較・各会計への繰出金の状況

会計名	予算額	前年度との比較	増減率	一般会計からの繰出金
一般会計	366億5,000万円	△27億6,000万円	△7.0%	-
特別会計				
国民健康保険事業	58億959万円	△1億5,240万円	△2.6%	5億2,022万円
後期高齢者医療	10億9,678万円	1億7,739万円	19.3%	3億1,582万円
介護保険事業	82億360万円	1億7,547万円	2.2%	12億4,247万円
温泉事業	8,574万円	2,624万円	44.1%	6,495万円
企業会計				
水道事業	28億3,210万円	△10億4,708万円	△27.0%	2億269万円
下水道事業	45億7,327万円	△3億4,316万円	△7.0%	11億9,330万円
病院事業	118億3,495万円	3億4,282万円	3.0%	16億5,627万円

※企業会計の予算額は、収益的支出と資本的支出の合計額です。

用語解説【会計】

一般会計…教育、福祉、道路の整備など市の基本的な事務・事業に関する会計
 特別会計…特定の事業を行う場合や特定の歳入（保険料など）を特定の歳出に充てるなど一般会計と区別する必要がある場合に設置する会計
 企業会計…企業の性格をもった事業を運営するために設置された地方公営企業の会計

歳入

市税は前年度比3.3%増の77億3,851万円を見込み、地方交付税は同比3.2%増の105億6,000万円を見込んでいます。

また、市債については、同比58.8%減の13億3,580万円を見込んでいます。

用語解説【歳入】

市税…市民税や固定資産税など市民の皆さんからの税金
 線入金…基金を取り崩したお金など
 地方交付税…財政状況に応じて国から交付されるお金
 国・県支出金…特定の公共事業などに対して国や県から交付されるお金
 市債…道路や施設整備などに充てるために国や金融機関から借り入れるお金
 その他…使用料、手数料、財産収入など（自主財源）や地方譲与税、地方消費税交付金など（依存財源）

歳出

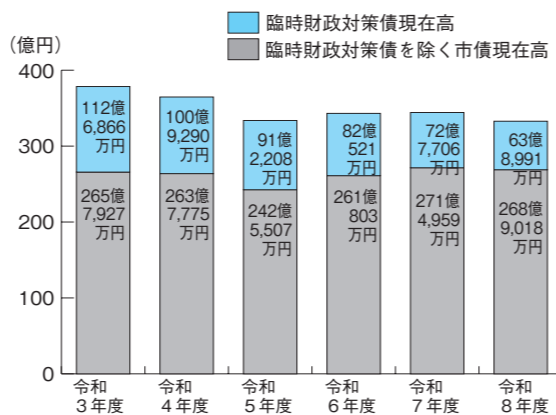
総務費では、屋内遊戯施設整備事業および道路照明灯LED化事業などの実施に伴い、前年度比20.1%増の46億3,504万円を見込んでいます。

また、民生費では、介護施設等整備事業費の減に伴い、前年度比0.9%減の132億1,976万円、教育費では、総合体育センター改修事業費の減に伴い、同比42.7%減の39億992万円を見込んでいます。

用語解説【歳出】

民生費…子どもや高齢者などの福祉に使うお金
 総務費…市の全般的な事務などに使うお金
 衛生費…各種健診、予防接種、ごみ処理などに使うお金
 教育費…学校教育、スポーツ振興、生涯学習、学校建設などに使うお金
 土木費…道路、公園、住宅などの建設や管理に使うお金
 公債費…借り入れたお金の返済に使うお金
 消防費…消防・防災事業に使うお金
 農林水産業費…農林畜水産業の振興などに使うお金
 商工費…商工業・観光業の振興に使うお金
 その他…議会運営、労働事業などに使うお金

一般会計当初予算での年度別市債残高見込み額の推移



※臨時財政対策債とは、財源不足を補てんするため借り入れする市債で、償還に要する費用は後年度の地方交付税で措置されるため、実質的には地方交付税の代替財源といえます。



Vol.8 青の煌めきあおもり国スポ・障スポ NEWS

公式マスコットキャラクタール アップリット君 申問国スポ・障スポ大会推進課 ☎0176-58-0189、問スポーツ・生涯学習課 ☎0176-58-0186



とわだ市民カレッジ第1講座

スポーツの力で描く笑顔の輪

～する！みる！ささえる！人々の物語～

講師 さわほまれ 澤穂希さん (元サッカー日本女子代表)

FIFA女子ワールドカップ (W杯) に6大会連続出場し、2011年W杯では優勝、MVP・得点王、FIFA最優秀選手賞を受賞するなど、世界で活躍した元サッカー日本女子代表の澤穂希さんをお招きし、講演会を開催します。

とき 6月7日(日)

午後2時～3時10分 (開場 午後1時15分)

ところ 市民文化センター 大ホール

定員 700人 (先着順)

申し込み方法 電話または電子申請システムで氏名、年齢、電話番号などをお知らせください。

申込期間 5月7日(木)～29日(金)

※電子申請では、1回の申し込みで申込者と同伴者4人(合計5人)まで申し込みできます。
 ※手話通訳や車いすなどのお手伝いが必要な人は、5月22日(金)までに申し込みください。



聞き手 日々のまり 眞理さん (スポーツキャスター)



▲電子申請システムはこちらから



きよか 炬火イベント

火おこし体験 参加者募集

7月25日(土)に三内丸山遺跡で開催予定の「青の煌めきあおもり国スポ・障スポ県炬火集火式」に向けて、「十和田市の火」を採火する参加者を募集します。

とき 7月5日(日) 午前10時～午後1時

ところ 官庁街通り (十和田消防署前)

内容 火おこし体験 (マイギリ式※)、炬火トーチリレー

※木の棒と板を使い、摩擦熱を利用して火を起こす方法

対象 市内在住の小学4～6年生または中学生とその保護者

定員 50組 (先着順)

申し込み方法 電子申請システムから申し込みください。

申込期間 5月7日(木)～6月19日(金)

※児童・生徒のみの参加はできません。保護者の同伴が必要です。
 ※詳しくは、市ホームページをご確認ください。
 ※参加した児童・生徒には、国スポグッズをプレゼントします。

当日は、本市出身マラソン選手 そのたけんや 其田健也選手 (JR東日本ランニングチーム所属) も参加します



▲電子申請システムはこちらから



▲市ホームページはこちらから



農業者の皆さんを応援します！

農業者の皆さんの生産活動を支援するため、さまざまな補助事業を行っています。ご自身の経営形態に合わせて、ぜひご利用ください。申請の要件は掲載した事項以外にもありますので、お問い合わせください。

①募集期間…5月11日(月)～29日(金) ※予算を超える申し込みがあった場合は抽選により決定します

No.	事業名	補助内容など	補助金の額など	申問
1	「とわだの農業力」サポート事業	認定農業者※1または認定新規就農者※2に対し、農業機械やパイプハウスなどの購入費用の一部を補助します。	経費（税抜き）の2分の1以内 上限50万円	農林畜産課 ☎0176-51-6741
2	農業用ドローンオペレーター育成支援事業	農業用ドローンのオペレーター技能資格の取得に要する経費の一部を補助します。	経費（税抜き）の2分の1以内 上限10万円	農林畜産課 ☎0176-51-6736
3	スマート農業通信料支援事業	認定農業者または認定新規就農者に対し、GPSガイダンスの補正情報利用料の一部を補助します。	経費（税抜き）の2分の1以内 上限2.5万円	
4	スマート農業機器導入支援事業	認定農業者または認定新規就農者に対し、農業用ドローンまたは農業用自動操舵システムの導入に要する経費の一部を補助します。	経費（税抜き）の2分の1以内 上限75万円	

②募集期間はそれぞれの事業で異なりますので、お問い合わせください

No.	事業名	補助内容など	補助金の額など	申問
5	新規就農者育成総合対策事業	【経営発展支援】 原則50歳未満の独立・自営農業者に対し、就農後の経営発展に必要な機械・施設などの購入費用の一部を補助します。	経費（税抜き）の4分の3以内 上限375万円	農林畜産課 ☎0176-51-6741
		【経営開始資金】 原則50歳未満の独立・自営農業者に対し、就農直後の経営を確立するまでの期間の資金を補助します（最長3年間）。	年間最大165万円(家族経営協定を締結した夫婦は247.5万円)	
6	認定新規就農者支援事業	令和8年以降の認定新規就農者でNo.5の経営開始資金165万円が交付開始となった者に対し、上乘せして補助します（最長3年間）。	年間最大50万円(家族経営協定を締結した夫婦は75万円)	農林畜産課 ☎0176-51-6745
7	農業経営収入保険加入促進事業	農業経営収入保険に係る1年分の保険料および付加保険料の一部を補助します。	保険料などの2分の1以内 上限10万円	
8	高齢者等肉用牛導入事業	60歳以上の牛飼養経験のある高齢者に対し、1世帯当たり1頭の繁殖雌牛を5年間（または3年間）貸し付けます。	お問い合わせください	
9	有害鳥獣捕獲従事者育成支援事業	鳥獣捕獲に必要な免許・許可の取得に要した費用や用具の購入費の一部を補助します。	お問い合わせください	農林畜産課 ☎0176-51-6736
10	鳥獣被害防止電気柵導入支援事業	農業者が農地などに設置する電気柵の導入費の一部を補助します。	経費（税抜き）の2分の1以内 上限15万円	
11	農福連携実践支援事業	初めて農福連携に取り組む農業者に対し、福祉事業所へ依頼する農作業に係る経費の一部を補助します。	経費（税抜き）の2分の1以内 上限5万円	

※1 認定農業者とは、農業経営の改善に向けて、所得目標や年間従事時間などの計画を立てて、市から認定を受けた農業者です。
 ※2 認定新規就農者とは、新規で農業を始めるに当たり、所得目標や年間従事時間などの計画を立てて、市から認定を受けた農業者です。

ご家族やお知り合いなどへお知らせください



結婚・移住・定住を支援します 申問シティプロモーション課☎0176-51-6712

申請の要件は掲載した事項以外にもありますので、市ホームページをご覧ください。

①結婚支援事業

①については
こちらから▶



②については
こちらから▶



❖ウェディングメモリアル事業補助金

市内に住む新婚世帯に対し、結婚式などの費用の一部を補助します。

補助対象世帯	補助対象経費	補助対象期間	補助率	補助金額（上限）
次の全てに該当する世帯 ▶令和7年4月1日から令和9年3月31日までに婚姻し、夫婦共に本市に住所を有していること▶夫婦共に婚姻日における年齢が39歳以下であること	市内事業者を利用し、補助対象期間内に実施・購入した次の費用を合算した額 ▶結婚式（披露宴）、フォトウエディングのいずれかまたは両方	令和8年4月1日 ～ 令和9年3月31日	補助対象経費の3分の2	30万円

❖結婚新生活支援事業補助金

市内に住む新婚世帯に対し、婚姻に伴う住宅取得などの費用を補助します。

補助対象世帯	補助対象経費	補助対象期間	補助金額（上限）
次の全てに該当する世帯 ▶令和8年1月1日から令和9年2月28日までに婚姻し、夫婦共に本市に住所を有していること▶夫婦共に婚姻日における年齢が39歳以下であること▶世帯所得500万円未満であること▶ライフデザイン講座などを受講すること	婚姻に伴い、補助対象期間内に支払った次の費用を合算した額 ▶住宅取得費用（建物の建築・購入費）▶住宅リフォーム費用▶新規の住宅賃借費用▶引っ越し費用	令和8年4月1日 ～ 令和9年2月28日	⑦夫婦共に29歳以下の世帯 60万円 ⑦以外の世帯 30万円

❖あおりマッチングシステム利用登録料補助金

市内に住む結婚を希望する人に対し、あおりマッチングシステム「AIであう」利用登録料の一部を補助します。

補助対象経費	補助率	補助金額（上限）
利用登録料	補助対象経費の2分の1	5,000円

②移住・定住支援事業

❖移住・定住住宅取得支援事業補助金

若年・子育て世帯で令和9年3月31日までに取得した住宅に入居する人に対し、住宅取得費用の一部を補助します。

補助対象経費	補助率	補助金額（上限）
新築住宅の建築費・購入費	補助対象経費の	100万円
中古住宅の購入費	2分の1	50万円

若年世帯…申請者または配偶者が40歳未満の世帯
子育て世帯…妊婦または18歳未満の子がいる世帯

❖地方就職学生支援金

東京圏（東京都・埼玉県・千葉県・神奈川県）の大学などを卒業後、本市に移住し、県内事業所への就業などの要件を満たした人に対し、本市への移住に要した経費の一部を補助します。

補助対象経費	補助金額（上限）
移住に要した経費	108,000円

❖移住支援金

東京圏から本市に移住し、青森県公式就職情報サイト「あおりジョブ」に移住支援金の対象として掲載されている求人企業に就業した人などに対し、支援金を支給します。

補助対象区分	支援金の額
単身	60万円
世帯	100万円 18歳未満の子1人につき100万円を加算

❖医療・福祉職子育て世帯移住支援金

県外から18歳未満の子と本市に移住し、医療・福祉職に就業または資格取得のために就学した人などに対し、支援金を支給します。

補助対象区分	支援金の額
世帯	100万円 ひとり親世帯は100万円を加算 18歳未満の子1人につき100万円を加算



令和8年度 十和田市総合防災訓練を実施します

☎防災安全課 ☎0176-51-6703

市では、大きな被害をもたらす地震などの災害が発生した時の応急対策を迅速・的確かつ総合的に実施できるよう、関係機関や地域住民の皆さんのご協力を得て、十和田地域広域事務組合消防本部などと合同で総合防災訓練を行います。

藤坂小学校の訓練は、どなたでも参観できますが、会場周辺は駐車場スペースが限られますので、ご来場の際は公共交通機関の利用や乗り合わせにご協力ください。

とき 5月29日(金) 午前9時～正午

	時間	会場
①	午前9時～9時35分	市役所
②	午前9時40分～正午	藤坂小学校

※市役所会場は参観できません。
※訓練の時間は前後する場合があります。



昨年度の訓練
負傷者を応急手
当している様子

注意事項

- ▶ 訓練では、多くの緊急車両が出勤するほか、会場周辺では交通規制を実施する場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。
- ▶ 訓練当日、藤坂小学校上空で防災ヘリコプターの放送による訓練広報が実施されます。
- ▶ 大雨、強風、雷などの悪天候で各種警報などが発表された場合には、訓練を中止することがあります。
- ▶ 感染症などの状況により、規模を縮小または訓練を延期する場合があります。

TOWADAみらいフェスタ～地域おこし協力隊活動報告会～

☎シティプロモーション課 ☎0176-51-6712

地域おこし協力隊から見た十和田市の魅力を体験しませんか？

地域おこし協力隊が活動してきたことを報告するとともに、本市の魅力を「見て・体験できる」イベントを開催します。当日は、市内3校の高校生もボランティアとして参加します。

とき 5月24日(日) 午後1時30分～4時

ところ イオンスーパーセンター十和田店

参加費 無料

内容 本市の魅力体験イベント

- ▶ きみがらミニ草履作り、紫根染め体験 (県立三本木農業恵拓高校)
 - ▶ ひめますミニカーレース (県立十和田工業高校)
 - ▶ とわだの魅力スタンプラリー、ひめます缶バッジ作り (県立三本木高校)
- その他にも手作りクレーンゲームなど、楽しいブースがたくさんあります！

ゆるキャラ応援団も駆けつけます！
十和田ふぁみりーず



きみがらミニ草履作り



▲詳しくはこちら

地域おこし協力隊活動報告会

時間 ①午後2時～ ②午後3時～ ※同じ内容で2回開催します

発表者 移住コンシェルジュ 渡邊ゆうみ隊員

十和田湖ひめます供給担い手 久松雄陽隊員



渡邊隊員

久松隊員



一般廃棄物（ごみ）処理基本計画を策定しました！

☎くらし環境課 ☎0176-51-6726

市では、循環型社会の形成を目指し、市民・事業者・行政が一体となって、ごみの減量やリサイクル推進を図るため、それぞれが担うべき取り組みなどを定めた「十和田市一般廃棄物（ごみ）処理基本計画」を策定しました。取組期間は、令和8年度から令和17年度までの10年間です。

1人でも多くの市民の皆さんに、ごみ問題に関心を持っていただき、ごみの減量やリサイクルの輪が広がるよう、ご協力をお願いします。

令和17年度までの目標値 \ あと100gの減量を！ /
卵2個分！ /

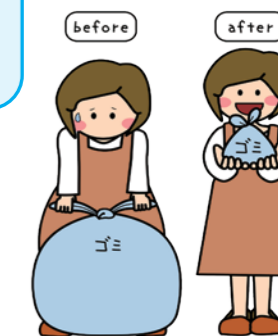
1人1日当たりのごみの排出量
833g以下 (うち可燃ごみ709g以下)
令和6年度の実績値935g (うち可燃ごみ800g)

リサイクル率
28.8%
※民間回収量も含めた市全体のリサイクル率

主な取り組み

- ▶ **市民**
 - ・3つの「きる」を推進し、生ごみの堆肥化や乾燥など生ごみの減量化に努める。
 - ・ルールを厳守し、ごみの分別を徹底する。
 - ・町内会などが行う資源集団回収に積極的に参加する。
- ▶ **事業者**
 - ・紙ごみなどは分別し、資源化に努める。
 - ・生ごみはバイオガス発電施設へ搬入するなどし、生ごみの資源化に努める。
- ▶ **行政**
 - ・公共施設から排出される生ごみの回収事業を拡大する。
 - ・家庭から排出される生ごみの回収事業を拡大する。
 - ・製品プラスチックの分別収集を検討する。
 - ・ごみ処理手数料の見直しを検討する。

3つの「きる」…
食材は使い「きる」
料理は食べ「きる」
生ごみは水気を「きる」



不要となった夏物の子ども服の提供にご協力をお願いします

☎くらし環境課 ☎0176-51-6726

市では、ごみの減量とリユース促進のため、不要になった子ども服などを集めて、必要としている人に提供する「おさがり交換会～どうぞの服～」を市民団体「親子でゲーム会」と共催で実施しています。本年度はさらに市社会福祉協議会の子育て支援リユース事業「みんなのクローゼット」とコラボして実施します。

回収期間 5月1日(金)～6月5日(金)
回収場所 市役所本館西側入り口、市民交流プラザ「トワーレ」内に設置してある専用回収ボックス

回収できるもの

- ▶ 新生児～18歳までの夏物の子ども服 (洗濯済みのもの)
- ▶ 子ども用の帽子、バッグ、リュック (いずれもきれいで使用回数の少ないもの)
- ▶ 未使用の肌着、靴下

回収できないもの

- ▶ 靴、サンダルなどの履物
- 子ども服専用の回収ボックス (黄色)へ透明な袋に入れた状態で入れてください。
- 通常の衣類回収ボックスと間違えないようご注意ください。



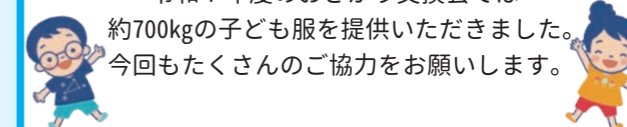
▲専用回収ボックス

おさがり交換会 子ども服リユース事業
～みんなのクローゼット～

とき 6月21日(日) 午前9時30分～11時30分
ところ 市民文化センター 生涯学習ホール

- 当日は服などの回収は行いません。
- 混雑防止のため午前9時20分から整理券を配布し、番号順の入場制限、時間制限を行います。
- 午前10時30分からは整理券なしで入場できます。
- 服の回収状況によって、持ち帰りの点数を制限する場合があります。

令和7年度のおさがり交換会では約700kgの子ども服を提供いただきました。今回もたくさんのご協力をお願いします。



※服のポケットや持参した袋に忘れ物がないか確認をしてから提供をお願いします。提供していただいた服などはお返しできません。おさがり交換会で、もらい手のなかった服などは、市の衣類回収事業にてリサイクルを行います。

春の狂犬病予防注射と飼い犬登録を行います

生後91日（3カ月）以上の犬は、狂犬病予防法により、「年1回の狂犬病予防注射」と「生涯1回の登録」が義務付けられています。市では、次の日程で春の狂犬病予防注射と飼い犬の登録を行いますので、必ず受けさせてください。
 なお、すでに飼い犬の登録をしている飼い主には、はがきを郵送しますので予防注射当日にご持参ください。

☎くらし環境課 ☎0176-51-6726

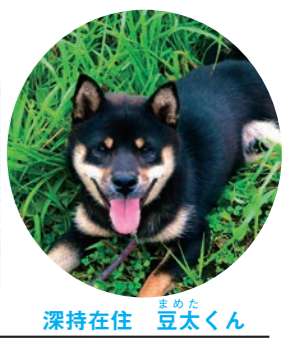
月日	所在地	実施場所	実施時間
5月16日(土)	西十三番町5-24	三本木中学校出口側駐車場	8:35~8:45
	西十三番町44-30	隣保館前	8:50~9:00
	西十四番町22	西十四番町会館前	9:05~9:10
	西十五番町14-39	南吾郷町内会館前	9:15~9:20
	西十五番町30-13	オトミチ硝子店前	9:25~9:35
	三本木字西小稲159-5	小川鉄工所入り口	9:40~9:45
	三本木字並木西133	吾郷会館前	9:50~9:55
	三本木字並木西186-4	森スチールサービス前	10:00~10:05
	西二十三番町28-9	七園会館前	10:10~10:15
	西二十二番町31-32	みどり会館前	10:20~10:30
	三本木字西金崎215-1	昭和ドレストワダ第二工場前	10:35~10:45
	赤沼字下平615	十和田ガス向かい倉庫前	10:50~10:55
	赤沼字向川原17	JA共済連損害サービスセンター前	11:00~11:05
	赤沼字下平263-94	旧川原土木建設向かい駐車場	11:10~11:15
5月17日(日)	西十二番町6-1	市役所北側駐車場	8:30~8:45
	西二十二番町12	若葉球技場南側駐車場	8:50~9:00
	西二十二番町50	昭和ドレストワダ研究社駐車場	9:05~9:15
	西二十一番町44-27	西北園会館前	9:20~9:30
	西二十一番町10-12	きたぞの会館前	9:35~9:45
	西十一番町59-2	和交会館前	9:50~10:00
	元町西六丁目2-1	ちとせ小学校出口付近駐車場	10:05~10:15
	三本木字上平206	上平団地集会所前	10:20~10:25
	三本木字上平184-4	田嶋建設前	10:30~10:40
	深持字南平191-10	南平公民館前	10:45~10:50
	深持字南平258-6	長根尻婦人ホーム前	10:55~11:00
	三本木字本金崎118	八郷会館前	11:05~11:15
	三本木字中飯	馬頭神社前	11:20~11:25
	三本木字矢神1	矢神集会所前	11:30~11:35
5月19日(火)	米田字万内278-1	万内集会所前	8:50~8:55
	米田字北野10	北野バス停前	9:00~9:05
	米田字向町63-1	米田駐在所東側空き地	9:10~9:20
	米田字向久保21	石倉集会所前	9:25~9:30
	米田字桜平11-98	種原消防屯所前	9:35~9:45
	滝沢字松屋敷106-1	松屋敷入口バス停前	9:50~9:55
	滝沢字中渡9-5	中渡集会所前	10:00~10:05
	滝沢字下毛103-5	旧横倉バス停前	10:10~10:15
	滝沢字館5-8	館バス停前	10:20~10:25
	滝沢字赤伏33-1	赤伏バス停前	10:30~10:35
	米田字小林後11-2	小林平中集会所前	10:50~10:55
	米田字下川尻12-1	川尻集会所前	11:00~11:05
	米田字清瀬230	清瀬集会所前	11:10~11:15
	5月21日(木)	相坂字高清水74-558	旧高清水消防屯所跡地
相坂字高清水78-52		オレンジハート高清水店前	8:55~9:05
相坂字高清水718-5		須山山自動車前	9:10~9:15
相坂字高清水387		県林業試験場向かい空き地	9:20~9:25
八斗沢字家ノ下190-1		豊平生活センター前	9:30~9:35
八斗沢字家ノ下427-2		東栄会館前	9:40~9:45
大沢田字蒼前8		大下内わ会館前	9:55~10:00
大沢田字早坂18		早坂神社前	10:05~10:10
大沢田字牛鍵110-2		牛鍵バス停前	10:15~10:20
立崎字立崎20-2		立崎公民館前	10:30~10:35
八斗沢字家ノ下645		清水集会所前	10:40~10:45
八斗沢字林ノ道18		八斗沢集会所前	10:50~10:55
八斗沢字家ノ下311-6		とわださんまり荘前	11:00~11:05
八斗沢字家ノ下286-2		十美岡婦人ホーム前	11:10~11:15
三本木字下平91	藤高分館前	11:20~11:25	

月日	所在地	実施場所	実施時間	
5月23日(土)	稲生町14-12	青森県信用組合十和田支店前	8:40~8:50	
	東一番町3	大門公園前	8:55~9:05	
	東二十一番町5-32	東ふれあい会館前(前谷地公園隣)	9:10~9:20	
	東二十一番町19-18	エムズライフ前	9:25~9:35	
	三本木字下平261	稲生団地入り口	9:40~9:45	
	東二十三番町35-1	北里大学前	9:50~9:55	
	東二十三番町28	北里公園前	10:00~10:10	
	東二十三番町8	三木野公園前	10:15~10:25	
	東二十四番町16-12	旧「酒の久」前	10:30~10:40	
	三本木字里ノ沢23-27	しらかば団地入り口	10:45~10:50	
	三本木字里ノ沢69-2	里ノ沢集会所前	10:55~11:00	
	三本木字野崎241-7	赤坂治療院前	11:05~11:10	
	三本木字福吉3-21	誠屋前	11:15~11:25	
	5月24日(日)	東十三番町32-1	カケモ三小通り店駐車場	8:45~9:00
東十二番町21-16		青い森信用金庫大通支店前	9:05~9:15	
東二十三番町3		スタジオおだしま向かい側空き地	9:20~9:30	
東三番町32-23		太素塚集会所前	9:35~9:45	
東三番町10		八戸街道集会所前	9:50~9:55	
東四番町3-37		イーグルボウル前	10:00~10:10	
東五番町2-23		野月手袋店前	10:15~10:25	
東十五番町18		あけぼの公園前	10:30~10:40	
三本木字東小稲174-246		稲吉集会所前	10:45~10:50	
三本木字福吉121-824		日の出会館前	10:55~11:00	
東十四番町26-10		旧草野動物病院前	11:05~11:10	
三本木字牛泊20-123		けやきホール駐車場前	11:15~11:20	
5月26日(火)		切田字向切田110-2	向切田公民館前	8:40~8:45
		切田字下切田10	切田八幡神社前	8:50~8:55
	切田字平林246-1	橋場生活センター前	9:00~9:05	
	切田字半在池11-2	半在池集会所前	9:10~9:15	
	切田字久保62-5	寺地集会所前	9:20~9:25	
	切田字塚向39-2	関口生活センター前	9:30~9:35	
	切田字印25	旧中屋敷商店前	9:40~9:45	
	切田字印73-1	豊川集会所前	9:50~9:55	
	切田字夏間木46-2	夏間木地区会館前	10:00~10:05	
	切田字見世158-3	見世集会所前	10:10~10:15	
	切田字上籠42-4	上籠生活改善センター前	10:20~10:25	
	切田字外ノ沢22	畑山敏雄様宅前	10:30~10:35	
	法量字谷地端66	旧漆畑消防屯所前	8:55~9:00	
	法量字大筋44-1	百目木集会所前	9:10~9:15	
法量字尻貝下31-11	片貝沢生活改善センター前	9:20~9:25		
法量字洲瀬45-1	洲瀬集会所前	9:30~9:35		
5月28日(木)	奥瀬字十和田湖畔宇樽部	宇樽部バス停前駐車場	10:20~10:25	
	奥瀬字十和田湖畔休屋	十和田湖診療所前	10:40~10:45	
	法量字焼山64-122	奥入瀬溪流温泉スキー場駐車場	12:40~12:45	
	奥瀬字栃久保134-3	栃久保生活改善センター前	12:55~13:00	
	奥瀬字大畑野2-30	旧大畑野消防屯所前	13:05~13:10	
	奥瀬字大畑野104-1	志田忠様宅前	13:15~13:20	
	奥瀬字大畑野182-2	高田集会所前	13:25~13:30	
	奥瀬字北向193-3	冷道研修館前	13:35~13:40	
	奥瀬字北向83-6	中川原生活改善センター前	13:45~13:50	

🐾 飼い主の皆さんへ
 人と動物が快適・健康に暮らしていける社会のために、飼い主には社会や近隣に迷惑を及ぼさないようにする責任があります。ルールとマナーを守って、住みよいまちづくりにご協力ください。
 ▶散歩時のフンは必ず持ち帰りましょう
 ▶放し飼いはやめましょう

🐾 料金
 ▶予防注射料 3,600円
 ▶犬の登録料 3,000円

🐾 こんなときは届け出が必要です
 ▶新しく犬を飼い始めたとき
 ▶飼い犬が死亡したとき
 ▶住所や飼い主などの登録事項が変わったとき



深持在住 豆太くん

月日	所在地	実施場所	実施時間	
5月30日(土)	西三番町22-8	子育て支援センターエンゼル前	8:35~8:45	
	西十四番町6-3	旧さく保育園前	8:50~8:55	
	西十五番町3-1	南小学校入り口付近駐車場	9:00~9:10	
	西十五番町24-38	旧鈴木内科医院入り口前	9:15~9:25	
	西六番町5-10	南コミュニティセンター駐車場	9:30~9:40	
	西十六番町15-20	栗山工務店前	9:45~9:55	
	藤島字小山59	下山博志様宅前	10:05~10:10	
	藤島字中道36-2	藤島会館前	10:15~10:20	
	藤島字和島29	和島神社前	10:25~10:30	
	穂並町14-19	東小稲会館前	10:40~10:50	
	西四番町2-2	青い森信用金庫旧穂並支店前	10:55~11:05	
	5月31日(日)	沢田字篠田地18-2	三日月川原バス停前	8:40~8:45
		沢田字三日月156-2	旧JA三日月倉庫前	8:50~8:55
		沢田字中道20-1	新屋敷バス停前	9:00~9:05
沢田字中道143-3		下洗生活改善センター前	9:10~9:20	
沢田字田屋10-4		グループホーム和つぶる前	9:25~9:30	
沢田字前谷地42-1		奥山光男様宅前	9:35~9:40	
沢田字寺ノ上25-1		ニッ家集会所前	9:45~9:50	
沢田字ニッ家53-5		向村生活改善センター前	9:55~10:00	
沢田字西村8-1		水尻地区ふれあい会館前	10:05~10:10	
沢田字館3		戸館京子様宅前	10:15~10:20	
奥瀬字生内200-3		生内研修センター前	10:25~10:30	
奥瀬字中通2-2		下川目生活改善センター前	10:35~10:40	
奥瀬字中平70-3		西コミュニティセンター駐車場	10:45~10:55	
奥瀬字中ノ渡198-4		中ノ渡集施設前	11:00~11:05	
6月2日(火)	沢田字和野45-11	深堀集会所前	11:10~11:15	
	沢田字後平5	太田集会所前	11:20~11:25	
	沢田字後平77-1	太田川原研修館前	11:30~11:35	
	切田字横道57-1	横道集会所前	8:45~8:50	
	切田字横道151-1	古安鹿地区集会所前	8:55~9:00	
	切田字泥ノ木50-1	泥ノ木集会所前	9:05~9:10	
	大不動字平山1-2	平山バス停前	9:15~9:20	
	米田字沢畑5	沢畑バス停前	9:25~9:30	
	米田字森ノ越19-1	月日山集会所前	9:35~9:40	
	滝沢字指久保54-3	指久保バス停前	9:45~9:50	
	大不動字上平1	明戸バス停前	10:00~10:05	
	大不動字大不動3-1	大不動バス停前	10:10~10:15	
	伝法寺字大窪127-8	大窪集会所前	10:30~10:35	
	伝法寺字蒼前堂31-1	伝法寺農村広場前	10:40~10:45	
米田字雨溜19-1	わかばドライブイン跡地	10:50~10:55		
米田字ヒザ森13-4	一本松公民館前	11:00~11:05		
伝法寺字泉田52-12	泉田消防屯所前	11:10~11:20		
伝法寺字羽立81-23	小林興業前	11:25~11:30		
6月4日(木)	法量字川口38-3	川口研修館前	8:50~8:55	
	深持字大切川原1-2	中村集会所前	9:00~9:05	
	法量字府金9	竹林和雄様宅前	9:10~9:15	
	法量字蓬畑7-3	蓬畑集会所前	9:20~9:25	
	法量字川口平26-2	小笠原智樹様宅前	9:35~9:40	
	法量字中里25-1	中里消防屯所前	9:45~9:50	
	法量字中里127	中里生活改善センター前	9:55~10:00	
	法量字川代前63-2	川代生活改善センター前	10:05~10:10	
	法量字鳥谷附38-2	中川和子様宅前	10:15~10:20	
	法量字家ノ前12	旧JA給油所前	10:30~10:35	
	法量字家ノ前83-5	両泉寺集会所前	10:40~10:45	
	奥瀬字下川目2-26	第1市営住宅公園前	10:50~10:55	
	奥瀬字下川目27-24	ふれあい広場駐車場	11:00~11:05	
	奥瀬字仙ノ沢258-5	仙ノ沢集会所前	11:10~11:15	
奥瀬字上通47-3	上川目集会所前	11:20~11:25		

月日	所在地	実施場所	実施時間	
6月6日(土)	ひがしの一丁目16-20	ひまわり荘前	8:45~8:55	
	ひがしの二丁目30-15	ひがしの会館前	9:00~9:10	
	一本木沢一丁目6-25	一本木沢会館前	9:15~9:25	
	三本木字一本木沢229-3	十和田車検センター事務所前	9:30~9:35	
	洞内字後野244-5	後野集会所前	9:45~9:55	
	洞内字後野318-2	真登地婦人ホーム前	10:00~10:10	
	洞内字向87-3	洞内アキ子様宅前	10:15~10:20	
	洞内字向31-3	洞内和徳館前	10:25~10:35	
	洞内字杉ノ沢48-1	旧市宮洞内プール跡地	10:40~10:50	
	洞内字後野189-117	十和田総合自動車前	10:55~11:00	
	三本木字間遠地86-1	七郷会館前	11:10~11:20	
	深持字後平21	気比神社前	11:25~11:30	
	6月7日(日)	西二番町8	八甲公園	8:40~8:45
		西一番町13-26	シェルクレール向かい側空き地	8:50~8:55
稲生町3-7		大竹ビル裏駐車場	9:00~9:10	
元町西一丁目10-37		元町神社前	9:15~9:25	
元町西二丁目10-32		坂田測量西側駐車場	9:30~9:35	
三本木字北平147-871		土手山集会所前	9:40~9:45	
三本木字北平147-870		アパート：サンドヴィラ前	9:50~9:55	
三本木字北平71-2		元町コミュニティセンター前	10:00~10:05	
元町東四丁目1-8		旧ワークショップのつき前	10:10~10:20	
深持字梨ノ木平227-7		豊栄集会所前	10:30~10:35	
深持字下中平1-16		板ノ沢消防屯所前	10:40~10:50	
深持字林12-3		深持小学校駐車場	10:55~11:00	
深持字中平117-2		深持ふれあいセンター前	11:05~11:15	
6月9日(火)		洞内字芦沢58-33	旧白山菓子店前	8:50~8:55
	洞内字小田道86	下羽立集会所前	9:00~9:05	
	深持字喜蒲渡4	田嶋美喜雄様宅前	9:10~9:15	
	洞内字福平18-4	森田野ふれあいセンター前	9:20~9:25	
	洞内字豊良17	豊良集会所前	9:30~9:35	
	洞内字五十貫田14	五十貫田集会所前	9:40~9:45	
	大沢田字北野231	北野集落総合センター前	9:55~10:00	
	大沢田字手久保47-2	手久保地区農業構造改善センター前	10:05~10:15	
	大沢田字大沢田13-6	大沢田地区加工等施設前	10:20~10:25	
	洞内字樋口4-19	米内山靖則様宅前	10:30~10:35	
	洞内字樋口78-1054	下樋口集会所前	10:40~10:45	
	三本木字一本木沢335-7	インテリアシモクボ倉庫前	10:50~10:55	
	三本木字一本木沢326-1	大石玲子様宅前	11:00~11:05	
	6月13日(土)	相坂字白上248-244	一本木会館前	8:45~8:55
相坂字小林315-3		下川原ガラス店前	9:00~9:10	
三本木字福吉121-29		須山山電業裏駐車場	9:15~9:20	
相坂字高見202		大和集会所前	9:25~9:30	
相坂字箕輪平146		喜多美町神社前	9:35~9:45	
相坂字高見5		六日町屯所前	9:50~9:55	
相坂字相坂115-1		大池神社前	10:05~10:10	
相坂字長澤40-1		竹ヶ原農産前	10:15~10:20	
相坂字小林361-1		JA藤坂支店前	10:25~10:30	
相坂字白上426		小山田繁博様宅前	10:35~10:40	
相坂字白上344-10		県内水面研究所入り口	10:45~10:50	
相坂字白上248-82		小山田獣医科クリニック前	10:55~11:00	
6月14日(日)		西十二番町6-1	市役所北側駐車場	8:00~12:00

シニアの力を
地域で生かそう！ **とわだ生涯現役プロジェクト事業 取り組み団体募集**

お問い合わせ 高齢介護課（高齢者総合支援室）
☎0176-51-6720

市では、高齢になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるように、シニア世代を中心とした市民の皆さんの力やアイデアを生かした地域貢献活動を支援する「とわだ生涯現役プロジェクト事業」に取り組む団体を募集します。事業への応募方法や書類作成方法など、気軽にご相談ください。

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・特定非営利活動法人など）で、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
- ▶ 主な活動場所が市内であり、構成員の2分の1以上が市内に在住または勤務していること
- ▶ 公共の利益に反する行為を行わない団体であること

募集期間 5月1日(金)～29日(金)

募集数 新規2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)

対象事業

- 4月から令和9年3月までの期間に実施され、次の①または②に該当する事業
- ①生活支援型
地域で暮らす高齢者の生活を支援するもの
例：買い物、ごみ出し、除雪、声掛け、見守り、安否確認、通院などの外出支援
 - ②生活支援・社会参加促進複合型
①の事業とともに、高齢者の社会参加と健康づくりを促進するための交流の場を提供するもの
例：集会所などを利用したおしゃべり、体操、軽スポーツ、物づくり、学習会の開催など

障がいに関してお困りのことは
十和田市障がい者基幹相談支援センター アセンドハウスにご相談ください！

☎生活福祉課☎0176-51-6718

十和田市障がい者基幹相談支援センターは、市が委託した団体が運営しており、障がいのある人やその家族が住み慣れた地域で安心して生活できるように、さまざまな相談に対応し、障がいのある人が自立した生活を続けていくことができるように支援しています。

★市内在住の障がいのある人やその家族、知り合いの人も相談できます。

★相談は無料です。気軽にご相談ください。

★電話や来所、スタッフの訪問による相談ができます。

どのようなサービスが利用できるのかな？



例えば、こんなことが相談できます！

- ▶ 発達障がいの子どもの預かってほしい。
- ▶ 働いて自立したい。
- ▶ 親が亡くなった後が心配。
- ▶ 子どもの医療的ケアが大変。休息がほしい。
- ▶ 隣の家の様子が心配だ。障がい者虐待かもしれない。
- ▶ 成年後見制度について知りたい。
- ▶ ヘルパーを利用したい。

障がい者とは…身体障がい、知的障がい、精神障がい、発達障がい、難病患者、その他心身の障がいや社会的な障壁により生活に援助が必要な人
※障害者手帳の有無は問いません。

十和田市障がい者基幹相談支援センター アセンドハウス

受付時間 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時

所在地 十和田市東三番町4-11 ☎0176-27-1228 FAX 0176-21-1163 メール asendo@kyouseinomori.or.jp

もっと楽しく、電子ギフトが当たりやすくなりました！

十和田市健康アプリ とわ歩° 始めてみませんか

☎健康増進課☎0176-51-6791

「とわ歩°」は、19歳以上の市民、本市に通勤・通学する人が楽しみながら運動や健康づくりに取り組めるアプリです。仕事や子育てなどで忙しい働き盛り世代も、ぜひ家族や職場の皆さんで「とわ歩°」を使ってみませんか。

アプリの機能を使うとポイントが貯まります



毎月1,000P以上貯めた人の中から、抽選で100人に電子ギフトをプレゼントします。
※当選者のみにメッセージが届きます。

本年度はさらにパワーアップ！

- ①電子ギフト当選者数が2倍
毎月の当選者数が、**昨年度の2倍**になりました。
- ②習慣的な血圧値の入力でボーナスポイントゲット
毎月測定した血圧値を20日以上入力した人は、翌月の中旬に100Pを獲得できます。
- ③高血圧予防月間キャンペーン（5月と9月）
通常、血圧値の入力では1日5Pを獲得できますが、キャンペーン期間中は**1日10P**獲得できます。
- ④官庁街通りでウォークラリーを楽しもう
第1回目を5月6日(水)まで開催中です。
今後は7月、9月、11月の開催を予定しています。

- ① QRコードを読み取り、スマートフォンアプリ「グッピーヘルスケア」をダウンロードする。
 - ② アプリ内の画面で「十和田市」を選択する。
 - ③ 「地域」「健康保険組合」を選択し、サービスコード **516791** を入力する。
- ※ iPhoneをお持ちの方は、AppleIDとAppleIDのパスワードの入力が必要です。

アプリのインストールはこちらから▶



あなたの街の

法律相談

～第82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「**会社を廃業したら保証債務はどうなる？**」についてです。

☎くらし環境課☎0176-51-6735

Q 会社の廃業を考えていますが、どうすればよいでしょうか。

A 会社の負債を全額払える場合は、司法書士に依頼して清算手続きを行います。負債を払えない場合は、会社の自己破産手続きが必要です。

Q 会社の負債の保証人になっています。廃業したらどうなりますか。

A 会社が支払えない負債は、保証人が支払わなければなりません。従来は会社が破産すると保証人も自己破産するのが一般的でしたが、近年、経営者保証ガイドラインによる保証債務整理の手続きが広がってきています。これは金融機関との合意により保証を解除してもらう仕組みで、破産を回避することができます。

Q 経営者保証ガイドラインを使う条件は何ですか。

A 会社をきちんと整理（基本は自己破産）することが条件です。また、個人資産の情報を金融機関に開示し、基準を超えた資産の分は支払う必要があります。

Q 経営者保証ガイドラインの対象となる債務は何ですか。

A 「保証」のガイドラインですので、保証債務のみが対象です。個人名義で借り入れた分は払わなければなりません。個人の借入れが多額の場合は、結局自己破産せ

ざるを得ないこともあります。そのため、個人で借り入れて会社に資金投入する状況になると、経営者保証ガイドラインが使えない可能性が高くなります。

Q 経営者保証ガイドラインのメリットは何ですか。

A 最大のメリットは破産の回避です。破産ではないため、クレジットカードを使い続けられます。また、場合によっては、破産する場合よりも多くの資産を残すことが認められます。破産の場合は合計99万円以下の資産しか残せません。

Q 経営者保証ガイドラインを利用したい場合、どこに相談すればよいですか。

A 自己破産よりも難易度が高い手続きですので、弁護士に相談してください。

(文責 弁護士 十枝内 亘)
弁護士法人十枝内総合法律事務所
☎0176-21-4005

テーマは
チャレンジ!ごはん

としょかん
図書館だより

市民図書館 ☎0176-23-7808

いっばんしょ
一般書

自炊の壁 料理の「めんどい」を
乗り越える100の方法



ダイヤモンド社
佐々木典士 || 著
山口祐加 || 著

心を折らず自炊を楽しむには一体どうしたらいいのか。料理入門中のミニマリストと、ゆるすぎる自炊料理家が、100のテーマで「自炊を阻む壁」を解き明かす。

スーパーの食材で作る世界の
卵料理



双葉社
青木敦子 || 著

イギリスのスコッチエッグ、スウェーデン王国のエッグハルヴォール、シンガポール共和国のカヤトースト、カナダのモンティクリスト…。世界各国&地域で日常的に食べられている卵料理40レシピを紹介。

マルちゃん焼そば世界の旅レシピ50



イカロス出版
小松友子 || 著
塩崎省吾 || 監修

チャジャンミョン(韓国)、カチョエペペ(イタリア)、パッタイ(タイ)、ミーゴレン(インドネシア)…。世界と日本のいろいろな焼そば&麺料理を、「マルちゃん焼そば」で作るレシピを紹介しします。

じどうしょ
児童書

すききらいなんてだいきらい



少年写真新聞社
さくらいあつこ || 作・絵
つつみちはる || 監修

こどもたちのにがてなたべものがピーマンだとしたピーマンくんは、ショックでへこんでしまいました。さかなくんやしいたけちゃん、おまめちゃんたちは、じぶんのよいところをわけてあげてくれるので、こどもたちがにがてでもきにしています。みんなにはよいところがあったらいいな、とピーマンくんがおもっていると、そだててくれたおじいちゃんが…。

天の台所



講談社
落合由佳 || 著

家族の世話をしてくれていた祖母がなくなり、父と天、陽、光の3きょうだいの生活は荒れていた。食事は買ってきた総菜や弁当ばかり。卵も割れない小6男子の天は、ひよんなことから近所の商店の店主、通称「がみババ」から料理を教わることに。天の料理の腕は上がるのか!?

はじめての料理マスターブック



ワン・パブリッシング
野口真紀 || 著

おうちシェフをめざして修業の旅にでかけよう。じぶんでおいしい料理を作ってみよう! のつけごはんなど、かんたんな料理から、包丁やフライパンを使う料理、ごちそう料理まで、作り方を写真で紹介するよ。

土・日曜日に「よみきかせ」を行っています

開催時間

曜日 時間	土曜日					日曜日 第2
	第1	第2	第3	第4	第5	
10:30	●	●	●	●	●	
11:00						●
14:00		●				
14:30	●					

ところ 市民図書館 多目的研修室
内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居の上演など
(各回30分程度) ※事前の申し込みは不要です。

毎月第4日曜日は「十和田市家庭読書の日」

市民図書館では、家庭読書にお薦めする本のコーナーを設置しています。毎月第4日曜日は、テレビやゲーム、インターネットをちょっとお休みして、家族で読書を楽しんでみませんか。

- 各コミュニティセンターでも、新しい本を用意していますので、気軽にご利用ください。
- 市民図書館では、法令や判例、法関連の文献情報などを検索できるデータベースが利用できます。詳しくはお問い合わせください。

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▶

お知らせの表記

申…申込先
問…問い合わせ先

「申し込み方法(★)」…申請書や申込書などは、担当課に備え付けまたは市ホームページからダウンロードできます。

※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

会計窓口の混雑緩和にご協力ください

5月から7月は、市税などの支払いのため市役所会計窓口が大変混雑します。

支払いの際は、スマートフォン決済アプリやコンビニエンスストアでの納付、口座振替などの利用にご協力ください。

※利用方法は納入通知書に記載の担当部署へお問い合わせください。
問会計係 ☎0176-51-6776

事業所・企業の皆さまへ
経済センサス活動調査へご協力をお願いします

経済センサス
活動調査

問情報政策課 ☎0176-51-6711

選挙当日の投票時間の2時間繰り上げを検討しています

問選挙管理委員会事務局 ☎0176-51-6778

令和9年6月に執行が予定されている青森県知事選挙から、選挙当日の投票所における投票時間を2時間繰り上げを検討しています。ご意見・ご不明な点などは、次のメールアドレスへ送信ください。

メール senkan@city.towada.lg.jp

詳しくは市ホームページをご覧ください▶



繰り上げ理由

- ▶期日前投票制度が定着し、期日前投票の投票者数が増加している。
- ▶特に冬季の夜間における投票者の移動の安全を確保する。
- ▶投票立会人などの負担軽減を図る。
- ▶午後6時以降の投票者数が少ない。

繰り上げ後の投票時間

投票所	繰り上げ前	繰り上げ後
▶十和田湖観光交流センター「ぶらっと」	午前7時～午後6時	午前7時～午後4時
▶十和田湖小・中学校		
その他の投票所	午前7時～午後8時	午前7時～午後6時

マイナンバーカード出張申請

職員がご自宅や事業所などを訪問し、申請を受け付けします。
対象 マイナンバーカードの交付申請や更新を希望する人
※電子証明書のみ更新の場合は、市民課で手続きが必要です。
申し込み方法(★) 申請書を持参、郵送、FAXのいずれかで提出するか、電話または電子申請システムで申し込みください。

出張申請当日に必要な物 本人確認書類(運転免許証、または資格確認書と診察券など)
※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席してください。
問市民課 ☎0176-51-6755
FAX 0176-23-5173

電子申請システムはこちらから▶



上下水道料金の支払いに利用できるアプリを追加しました

新たに利用できる決済アプリ
FamiPay、d払い、楽天ペイ、AEON Pay
※利用方法は各アプリの公式ホームページをご確認ください。
問上下水道課 ☎0176-25-4511

浄化槽整備事業「普及促進補助金」

浄化槽整備事業を活用して新しく合併浄化槽を設置する人に対し、個人負担の軽減を図るため支援を行います。単独浄化槽やくみ取りトイレを利用している場合は、一日も早く合併浄化槽へ切り替えましょう。
補助対象 浄化槽整備事業で新しく浄化槽を設置し、令和9年3月20日(土)までに供用開始する人
補助金額 小型浄化槽1基に対し、一律11万円(単独浄化槽(トイレだけの浄化槽)を撤去した場合は、撤去した費用を最大9万円まで加算)
※詳しくはお問い合わせください。
問問上下水道課 ☎0176-25-4015

漏水の発見にご協力ください

次のような場合は、周辺で漏水している可能性がありますので市へ連絡をお願いします。
 ▶晴れているのに道路（地面）がぬれている ▶道路が不自然にへこんでいる ▶普段乾いている水路にきれいな水が流れている
 ※道路や宅地内の漏水調査を行う際は、調査員は必ず身分証明書を携帯し訪問します。また、調査費用を請求することはありません。
上下水道課 ☎ 0176-25-4516
 ※土・日曜日、休日、市役所時間外
上下水道課宿日直 ☎ 0176-25-4511

軽自動車税の減免申請を受け付けします

身体障害者手帳、療育（愛護）手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人で、障がいの程度や軽自動車の使用状況が一定の条件に該当する場合、減免を受けることができます。
必要な物 ▶車検証（自動車検査証・自動車検査証記録事項）▶身体障害者手帳などの手帳 ▶運転者の運転免許証またはマイナ免許証（運転免許センターなどで設定した暗証番号などの入力が必要です）▶軽自動車税納税通知書 ▶生計同一証明書または常時介護証明書（生計を一にする人または常時介護する人が車を運転する場合）**生計同一証明書または常時介護証明書の交付場所** ▶身体障害者手帳または療育（愛護）手帳の交付を受けている人 ▶生活福祉課 ▶精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人 ▶上北保健所
申請期限 6月1日(月)
 ※障がいの程度や軽自動車の使用状況によっては減免の対象とならない場合もあります。
 ※普通自動車と重複して減免申請をすることはできません。既に納付済みの場合は減免できません。
収入管理課 ☎ 0176-51-6760

国民年金の学生納付特例承認期間の追納について

大学や専門学校などの在学時に国民年金保険料の学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納めたときよりも将来受け取る年金額が少なくなります。
 学生納付特例の承認を受けた期間は、10年以内であれば保険料をさかのぼって納めることができる「追納制度」があります。将来受け取る年金額を増額するためにも追納することをお勧めします。なお、追納の申し込みは国保年金課で受け付けています。
国民年金課 ☎ 0176-51-6753
八戸年金事務所 ☎ 0178-44-1742



詳しくはこちらから▶

集会施設環境改善事業補助金

町内会が所有・管理している集会施設の次の改修費用の一部を補助します。

- トイレの水洗化・洋式化**
補助対象 ①下水道や集落排水などへの接続費用 ②浄化槽設置の排水設備費用 ③水洗式、洋式便器への取り換え費用 ④①～③に伴う電気、給排水、必要最低限の床、壁の改修費用
補助金額 対象経費の2分の1または75万円のいずれか低い額
- 照明器具のLED化**
補助対象 ①LED照明の購入費用 ②LED照明の交換費用
補助金額 対象経費の2分の1または20万円のいずれか低い額
- エアコンの設置**
補助対象 ①エアコンの購入費用 ②エアコンの設置に要する工事費用
補助金額 対象経費の2分の1または25万円のいずれか低い額
申し込み方法(★) 申請書に必要事項を記入の上、申し込みください。
受け付け開始 5月11日(月)
 ※予算の上限に達した場合は申し込みを締め切ります。
企画調整課 ☎ 0176-51-6725

クマを引き寄せないために放任果樹等（クリ・カキなど）の伐採費用を補助します

補助対象者 次の要件を全て満たすこと ▶伐採する果樹等の所有者、または所有者から委任を受けた者 ▶十和田市有害鳥獣被害防止観光施設等支援事業補助金の交付を受けていないこと ▶市税の滞納がないこと
補助対象経費 半径200m以内に人家がある果樹等の伐採および処分に係る委託料（自ら伐採した経費、消費税などの諸経費、交付決定前に伐採した場合は対象外）
補助金額 対象経費の2分の1（上限9万円）
申込書類 申込書、見積書、対象果樹等が分かる位置図および現況写真、土地の登記事項証明書など
申込期間 5月11日(月)～6月30日(火)
 ※申込書は農林畜産課で配布または市ホームページからダウンロードできます。
 ※予算を超える申し込みがあった場合は抽選により決定します。
農林畜産課 ☎ 0176-51-6745

松くい虫被害・ナラ枯れ被害を予防しましょう

◆**松くい虫被害** 昆虫によって運ばれる小さな線虫が侵入することによって、マツが枯れてしまう伝染病のことです。
 ◆**ナラ枯れ被害** 昆虫が運ぶナラ菌により、ミズナラやカシワなどのナラ類が枯れる伝染病です。
被害予防のため協力をお願いします
 ▶6～9月には、マツやナラ類を伐採しないようにしましょう。
 ▶マツやナラの丸太や苗木は、県内の未被害地のものを利用しましょう。
 ▶被害を防ぐため、庭木、街路樹、山林などで枯れていたたり、枯れかかっているマツやナラ類を見つけたら、お知らせください。
農林畜産課 ☎ 0176-51-6745
上北農林水産事務所林業振興課 ☎ 0176-24-3379

県内の被害状況は青森県ホームページから▶



十和田市防災士育成事業補助金

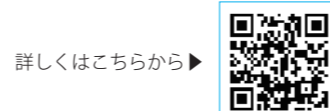
防災士の資格取得に要する経費を補助します。
補助対象者 次の要件を全て満たす人 ▶市内に住所を有すること ▶市税の滞納がないこと ほか
補助対象経費 防災士研修講座受講料、テキスト代、防災士試験受験料、防災士認定登録料
補助金額 上限4万円 ※1人につき1回限り
募集定員 15人
 ※定員に達した時点で締め切ります。
 ※要件など詳しくは、市ホームページをご確認ください。
防災安全課 ☎ 0176-51-6703



詳しくはこちらから▶

青森県電気機械器具製造業最低工賃の改正

県内で電気機械器具製造業に従事する家内労働者に適用される最低工賃が、5月1日から改正されました。
対象業務 シールド線の端末加工、コネクター差し、アルミ電解コンデンサーの外観検査
労働局 ☎ 017-734-4114



詳しくはこちらから▶

特定計量器（はかり）定期検査

取引・証明に使用するはかりは、2年に一度定期検査を受けることが計量法で義務付けられています。はかりを使用する人は、必ず検査を受けましょう。
定期検査の対象となるはかりの一例
 ▶商店、スーパー、精米所などの量り売り用 ▶処方せんによる薬の調剤用 ▶病院、学校、福祉施設、幼稚園、保育所などでの体重測定用
持ち物 はかり、検査手数料、はがき（届いた人）
 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。
産業振興課 ☎ 0176-51-6773

検査日程		とき	ところ
6月1日(月)	11:00～12:00	農協大深内支店	
	13:30～15:30	農協切田経済センター	
6月2日(火)	9:30～12:00	農協四和経済センター29号倉庫	
	13:30～15:00	農協藤坂支店	
6月3日(水)	9:30～11:30	農協深持経済センター	
6月4日(木)	9:30～11:30	沢田悠学館	
6月5日(金)	9:30～10:30	農協十和田湖支店	
	11:00～12:00 13:00～14:30		
6月8日(月)	13:00～14:00	農協三本木4号倉庫	
6月9日(火)	9:30～12:00 13:00～14:00		
6月10日(水)			
6月11日(木)			

※表内の「農協」は十和田おいらせ農業協同組合

5月は消費者月間です

月間統一テーマ 「見える情報 見えない仕組み ～AI時代の消費者力を高めるために～」

デジタル化の利便性を享受しつつ、安全・安心な消費生活を営むためには、情報が届く仕組みやリスクを理解することが重要です。デジタル社会に必要な基本的な知識を得ることで消費者力を高めましょう。

消費生活センターにご相談ください

消費者と事業者との間で起きた契約トラブル、製品・サービスに関する苦情、製品事故、多重債務などについて、助言や情報提供のほか、必要に応じてあっせんを行っています。一人で悩まずにご相談ください。
消費生活センター ☎ 0176-51-6757

特殊詐欺への注意喚起を行います

特殊詐欺への注意を呼びかける啓発品の配布を行います。
とき 5月20日(水) 午前9時～10時
ところ ユニバース十和田西店
消費者の会 ☎ 0176-51-6783

郊外世帯パトロールを実施します

特殊詐欺への注意喚起、ドアロックの推進、訪問購入トラブルの注意喚起などを行います。
とき 5月27日(水) 午後1時30分～3時30分
訪問地域 大沢田、洞内
防犯協会 ☎ 0176-51-6783

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申込先 シティプロモーション課 ☎ 0176-51-6702

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田

【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)



5月5日～11日は「こどもまんなか児童福祉週間」です

標語「いこうぜ！みんな キラキラなあしたへ ゴーゴゴー！」

全ての子どもが家庭や地域において、豊かな愛情に包まれながら夢と希望を持って未来の担い手として個性豊かにたくましく育ていけるよう、家庭や職場、地域で見守り、支えていくことが大切です。

子どもについて気にかかるときはご相談ください。

☎ 0176-51-6734

こころと暮らしの相談会

問題解決に向け、自立・就労の相談支援員と保健師が対応します。一人で悩まず、どんなささいなことでもお話しくください。

とき 5月11日(月) 午後5時～7時
ところ 保健センター

対象 心や経済・生活についての悩みを相談したい人

※予約不要ですが、相談が重なった場合はお待ちいただくことがあります。

☎ 健康増進課 ☎ 0176-51-6791
メール kenko@city.towada.lg.jp

子どもの居場所提供促進事業

☎ 0176-51-6716
メール kodomo@city.towada.lg.jp

子どもたちが安心して過ごせる「子どもの居場所」づくりを行う団体を支援します。

対象団体 次の要件を全て満たす団体
▶ 構成員が2人以上であること ▶ 組織や運営に関する規約などがあること
▶ 構成員の半数以上が市民または市内への通勤・通学者であること ▶ 公共の利益に反する行為を行わないこと

対象事業 次の要件を全て満たす事業
▶ 市内で行われる子どもの居場所づくりを行う活動（学習支援会、遊びや運動などの実施、子ども食堂など） ▶ 令和9年3月31日までに完了する事業
▶ 年度内10回程度（最低でも年度内5回以上）開催すること

募集期間 5月1日(金)～29日(金)
補助金額 1団体につき上限10万円以内 ※応募状況により調整することがあります。



詳しくはこちらから▶

子ども学習支援会 参加者・支援員募集

ひとり親家庭や市民税非課税世帯の児童・生徒を対象に学習支援会を行います。

◆参加者 対象 小学4年～中学3年生 定員 20人
◆支援員 対象 教員OB、大学生など 報酬 1時間当たり1,500円
◆いずれも

とき 6月～令和9年2月 月2、3回程度 午後6時～9時
申し込み方法(★) 申込書に必要事項をご記入の上、持参またはメールで申し込みください。



詳しくはこちらから▶

申込期限 5月29日(金)
※支援会の会場は申し込み時にお知らせします。
※定員に空きがある場合は、随時受け付けします。

子ども見守り支援事業業務委託(公募型プロポーザル)

ひとり親家庭や貧困家庭などを対象とした「子ども食堂」などの活動を通じて児童を見守り、支援が必要な家庭・児童を早期に適切な支援につなげることを目的とした「子ども見守り支援事業」の事業者を募集します。

事業内容 次の事業を合わせて行うこと ▶ ひとり親や貧困世帯などの家族が気軽に団らんできる居場所または相談できる場(食事・食材の提供を行うこと)を常時または定期開設すること
▶ 個別の見守り訪問・相談、関係機関との情報共有を行うこと

募集期間 5月1日(金)～18日(月)



詳しくはこちらから▶

市営住宅入居者募集

☎ 0176-51-6738

団地名	所在地	戸数	階	間取り	家賃
八甲	三本木字西金崎	3	2～4	3DK	17,200～27,800円
若葉	西二十二番町	1	3	3DK	12,700～13,200円
井戸頭	洞内字井戸頭	4	1～3	3DK	13,000～13,800円
小沢口	奥瀬字小沢口	1	平屋	3LDK	15,000～22,400円
第二奥瀬	奥瀬字下川目	2	平屋	3LDK	15,900～23,700円
小沢口※	奥瀬字小沢口	3	平屋	3K	28,000円
田屋※	沢田字下洗	1	平屋	3LDK	32,000円

※特定公共賃貸住宅

申し込み方法 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 5月1日(金)～25日(月) 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つ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でないこと(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つては同居親族などがあること

「青森県パートナーシップ宣誓制度」を利用した人も入居できます

募 集

令和8年度全国戦没者追悼式

全国戦没者追悼式の参列遺族を募集します。

とき 8月14日(金)、15日(土)
ところ 日本武道館(東京都)

対象 県内在住の戦没者遺族で、健康上、参列に支障のない人(介助者が同行できる場合はご相談ください)

定員 40人程度(応募多数の場合は県で選考を行います)

申込期限 6月19日(金)
費用 1人7万円程度(戦没者1人に対し、遺族1人分の旅費を一部助成)

☎ 生活福祉課 ☎ 0176-51-6718
☎ 県健康医療福祉政策課 ☎ 017-734-9278

☎ 0176-51-6718

☎ 017-734-9278

十和田市B&G海洋センター プール監視員募集

対象 18歳以上で泳げる人
業務内容 監視・清掃・受付・環境整備など ※救命講習有り

募集人員 8人程度
雇用期間 6月13日(土)～9月13日(日)

勤務時間 午前8時30分～午後5時15分(7、8月は午前8時30分～午後9時15分のシフト制)

賃金 日給8,500円(週休1～2日)

申し込み方法 履歴書(顔写真貼付)を総合体育センター窓口へ提出ください。

申込期間 5月8日(金)～27日(水)
面接日 6月1日(月) 午前9時～志道館多目的室

☎ (一財)十和田市スポーツ協会(総合体育センター内)
☎ 0176-25-8282

男女共同参画市民情報誌「ゆっパル」編集委員募集

対象 市内在住で、男女共同参画に興味がある人

活動内容 情報誌の企画・編集(年3回程度)

募集人員 6人
任期 選任の日～令和9年3月31日

謝礼 1人 10,000円(年額)

申し込み方法 氏名(ふりがな)、年齢、住所、連絡先を記入した書類を持参、郵送、FAX、メールのいずれかにより提出ください。

申込期限 5月25日(月)
※選考結果は書面で通知します。

☎ 企画調整課 ☎ 0176-51-6725
FAX 0176-25-2049

メール kikakuchosei@city.towada.lg.jp

..... 広告入り封筒の寄付(無償提供)事業者を募集します

市が郵便などに使用する封筒に事業者の広告を載せた「広告入り封筒」の寄付者を募集します。

無償提供期間	封筒納品後から1年程度	
募集規格	角形2号	長形3号
広告枠の位置	封筒裏面	
募集枚数(1寄付者当たり)	5,000枚以上 20,000枚以下	10,000枚以上 40,000枚以下
年間使用見込み	約20,000枚	約40,000枚
申し込み方法(★)	所定の寄付申込書を持参か郵送で提出	
申込期限	5月31日(日)必着	
申し込み・お問い合わせ先	総務課 ☎ 0176-51-6719	詳しくはこちらから▶

市民課・税務課などに備え付けている住民票、戸籍、各税証明書などの持ち帰りに使用する封筒に事業者の広告を載せた「広告入り封筒」の寄付者を募集します。

無償提供期間	令和9年1月1日～12月31日	
募集規格	角形6号	A4版用紙対応
広告枠の位置	封筒両面の下部 (縦8cm×横14cm以内)	封筒両面の下部 (縦10cm×横18cm以内)
年間使用見込み	12,000枚	36,000枚
募集事業者数	1事業者	
申し込み方法(★)	所定の寄付申込書を持参か郵送で提出 ※複数者から応募があった場合は、抽選で寄付者を決定します。	
申込期限	5月31日(日)必着	
申し込み・お問い合わせ先	市民課 ☎ 0176-51-6755	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。申込先 シティプロモーション課 ☎ 0176-51-6702

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！

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。

Available in 10 Languages!

App Store からダウンロード
Google Play でダウンロード

令和9年4月採用の市職員募集

今回から全国各地で受験できるテストセンター方式を導入しました。

募集職種・人数

- ▶一般行政(大卒程度) ▶事務 5人程度 ▶土木 若干人
▶保健師 若干人
▶社会人枠 ▶事務 若干人

◆第1次試験

とき・会場 ①②のいずれか
① 6月8日(月)~28日(日) 全国各地のテストセンター

② 6月28日(日) 十和田市役所

試験案内(募集要項)・受験申込書
市ホームページからダウンロードできるほか、市役所本館1階総合案内、3階総務課に備え付けています。

申し込み方法 採用専用サイト(推奨)、郵送、持参のいずれかでお申し込みください。

申込期限 6月1日(月) ※郵送の場合は必着。

※一般行政(高卒程度)などの試験は9月に実施予定です。

☎総務課 0176-51-6705



詳しくはこちらから▶

警察官(大卒)募集

対象 平成3年4月2日以降に生まれた人で、大学を卒業、または令和9年3月31日までに卒業見込みの人

申込期限 6月8日(月)

試験日・会場 ▶1次試験 7月12日(日) 青森市、弘前市、八戸市、さいたま市 ▶2次試験 9月上旬 青森市

☎十和田警察署 0176-23-3195

令和9年4月採用の中央病院職員募集

募集職種・人数 決定次第ホームページでお知らせします。

試験日 6月14日(日)

試験会場 中央病院

申し込み方法 受験申込書を持参または郵送してください。(申込期限必着)

申込期限 5月22日(金)

※募集要項および受験申込書は中央病院総合案内で配布するほか、中央病院ホームページにも掲載しています。

☎業務課 0176-23-5121

中央病院ホームページ▶



講座・教室

ペアレントトレーニング

子どもの「困った行動」への対応方法を学べる講座です。

とき 5月30日、6月13日、27日、7月11日、25日、8月8日、29日(いずれも土曜日の全7回)

午前10時~11時30分

ところ 市民交流プラザ「トワーレ」

受託事業者 合同会社とわだみらい

講師 大野 紫織さん、長内 咲乃さん

対象 年長から小学校低学年の子の保護者(対象児童の年齢については相談可)

定員 6人(先着順)

申込期限 5月18日(月)

☎生活福祉課 0176-51-6718

【奥入瀬アカデミー】アカデミー講座

とき 5月24日(日) 午後4時~6時

ところ 地域交流センター「とわふる」

テーマ 奥入瀬で「野の花さんぽ」を楽しもう~植物観察を通じて知る魅力いっぱいのフシギ世界~

講師 多田 多恵子 さん(理学博士・植物生態学者)

対象 エコツアーガイド、ネイチャーガイド、奥入瀬や自然に関心のある一般人、行政関係者など

定員 90人

☎NPO法人奥入瀬自然観光資源研究会 0176-23-5866

申し込みはこちらから▶



ギャンブル等依存症問題啓発週間特別セミナー

5月14日~20日はギャンブル等依存症問題啓発週間です。依存症への理解を深め、回復を応援し合える社会を目指しましょう。

とき 5月24日(日) 午後1時~3時

ところ アピオあおもり(青森市中央3-17-1)

対象 当事者、家族、援助職、一般人どなたでも

※参加費、申し込み不要

☎全国ギャンブル依存症家族の会 青森・遠藤 050-1784-0013

メール gdfam.aomori@gmail.com

令和8年度甲種防火管理新規講習

とき 7月2日(木)、3日(金)の2日間 午前10時~午後4時

(3日は午後4時10分まで)

※本年度は1回のみ開催

ところ 十和田消防庁舎3階講堂

費用 4,100円(テキスト代)

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受講申込書に必要事項を記入の上、費用を添えてお申し込みください。

定員 80人(先着順)

受付期間 ▶本市または六戸町に住んでいる、または勤務している人 6月1日(月)~5日(金)

▶すべての人 6月8日(月)、9日(火)

☎十和田地域広域事務組合消防本部予防課 0176-25-4113

今月の手話「気を付ける」



胸の前で両手を握りながら引き寄せる。

ノルディック・ウォーク体験会

とき 5月15日(金) 午前9時

ところ 屋内グラウンド「こまかいどーむ」北側駐車場

対象 体力・持久力をつけ、生活習慣病の予防を図りたい人

持ち物 運動しやすい服装、ノルディック・ウォーク用ポールがある人は持参

定員 15人(先着順)

申し込み方法 はがきに郵便番号、住所、氏名、携帯電話番号を記載し、申し込みください。

申込期限 5月10日(日) ※傷害保険は各自でご加入ください。

☎(一社)全日本ノルディック・ウォーク連盟・山田 〒034-0088 十和田市西十四番町 33-15 ☎0176-22-5558

催し

第17回オープンガーデンとわだ

とき 5月1日(金)~10月31日(日) 午前9時~午後4時ごろ

鑑賞方法 市ホームページで場所を確認し、自由に鑑賞してください。

※花壇の看板が「CLOSE」の場合は鑑賞をご遠慮ください。マナーを守って鑑賞をお願いします。

☎都市整備課 0176-51-6737

十和田市現代美術館イベント

▶5月4日(月) 臨時開館日

▶5日(火) 企画展ギャラリートーク(午後2時~2時40分) 会場: 企画展示室 ※要企画展チケット

▶10日(日) 常設展市民無料デー(市民対象) ※住所が確認できるもの、または学生証を受付に提示してください。

☎現代美術館 0176-20-1127

駒っこランド講演会

とき 5月17日(日) 午前10時~11時

ところ 称徳館民話シアター

内容 北里大学獣医学部 松浦 晶央 教授「在来馬の運動能力と可能性について」

定員 100人(先着順) ※入館料がかかります。

☎馬事公苑称徳館 0176-26-2100

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、サークルの方は市ホームページをご覧ください。

ソフトテニスの十和田STC小・中学生募集!!

とき・ところ (10月まで) 毎週火・水・金曜日 サン・スポーツランド(11月~令和9年3月) 毎週火・金曜日 総合体育センター

いずれも午後5時~7時

対象・定員 小・中学生 20人

費用 年15,000円(保険代、登録代など)

持ち物 テニスラケット(貸し出しあり)、テニスシューズ ※随時募集します。

☎十和田STC 080-1694-4857 FAX 0176-23-9071 メール marip1415@gmail.com

無料体験 ナニヤドヤラワークアウト

とき 5月9日(土) 午後2時~4時

ところ 市民交流プラザ「トワーレ」

内容 ゴールデン、チャチャ、ズンバ、ツイストアゲイン、ダンシングオールナイト、マツケンサンバ、虎丈様、ナニヤドヤラ

持ち物 飲み物、汗拭きタオル、ズック

定員 30人 ※直接会場へお越しください。 ※駐車料金がかかります。

☎とわだナニヤドヤラ保存会・山田 ☎090-3750-0251

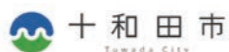
【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申込先 シティプロモーション課 ☎0176-51-6702

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申込先 シティプロモーション課 ☎0176-51-6702

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。



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.

It's a pleasure to meet you. And Welcome back.

あなたらしい暮らしがここ「とわだ」にあります。



稲生川上水 168 年記念・太素祭

とき 5月3日(日)～5日(火)
ところ 太素塚境内(無料駐車場あり)
●5月3日(日) 正午～
 水神雷太鼓、マジックアワー、ニコニコ、太素祭落語大会 ほか
●5月4日(月) 午前9時45分～
 献茶・呈茶、式典(太素顕彰会主催)、稲生大権現、琴、仕舞、桜田マコト、たっかみん、鉄マン ほか
●5月5日(火) 午前10時～
 敬々、JIN、忍者ショー、ハンドパン演奏、BeFM「キトヒト」公開録音、フラダンス、めめさん、三本木小唄 ほか
 午前11時～ みんなの食堂(中学生以下無料)
●期間中 午前10時～午後3時
 太素塚位牌堂ご開帳、御朱印授与、武士道カフェ ほか
☎太素祭実行委員会・角田
☎080-5578-5939



詳細や最新情報はこちらから▶

少林寺拳法教室

とき 5月12日(火)～14日(木)、19日(火)～21日(木) いずれも午後7時～8時
ところ 志道館
対象 小学生以上 **定員** 10人
持ち物 タオル、飲み物
 ※スポーツチャンバラ、ヒップホップダンスも行います。直接会場にお越しください。
☎十和田市少林寺拳法協会・古館
☎090-2986-9192

みんなで郷土料理を作ろう!

こびりっこ(おやつ)編
とき・メニュー・講師 ▶5月24日(日) 午前10時～正午「けいらん」東北町特産品販売促進協議会
 ▶6月21日(日) 午前10時～正午「かます餅」中村 陵子氏
 ▶7月18日(土) 午後1時～3時「お彼岸団子」畑中あんど屋製菓所
ところ 東コミュニティセンター
定員 各回12人
費用 2,500円(会員は2,000円)
持ち物 エプロン、三角巾、手拭き、持ち帰り用の容器
申込期限 開催日の3日前まで
☎十和田発酵食文化協会・矢部
☎090-4552-9451
 メール towada850.shokubunka@gmail.com

親子カンフー太極拳体験教室

とき 5月23日(土)、30日(土)、31日(日) いずれも午前10時30分～11時30分
ところ 志道館
対象 3歳～高校生と保護者
持ち物 上履き、飲み物
申込期限 5月15日(金)
☎十和田市武術太極拳連盟・武井
☎・FAX 0176-25-6095

なぎなた体験会参加者募集

初めての人、興味のある人、ジュニア、シニア大歓迎。見学だけでもどうぞ。
とき 5月23日(土) 午前10時～正午
ところ 志道館
持ち物 飲み物、動きやすい服装
 ※直接会場へお越しください。
☎十和田市なぎなた協会・高野
☎090-7323-8192

クレールウインドオーケストラ 第28回定期演奏会

とき 5月30日(土)
 午後4時開演(午後3時30分開場)
ところ 市民文化センター 大ホール
指揮 酒田 建 **司会** 中島 美華
演奏曲 モリコーネパラダイス、春讃アローザのための音楽、スター・ウォーズコンサートセレクション
入場料 高校生以下500円、一般1,000円(前売り券900円)
プレイガイド 市民文化センター
☎クレールウインドオーケストラ・山下
☎090-7329-4964
 メール clairwind@gmail.com

松見の滝トレッキング(春)

とき 5月10日(日)
 午前10時～午後5時
ところ 奥入瀬溪流館駐車場に集合→黄瀬林道へ移動
対象 往復7時間(休憩を取りながら往復約20km)の山道を歩ける経験者か健脚者
費用 1,000円(保険料)
 ※現地でお支払いください。
持ち物 ペットボトル飲料、おにぎり、甘い物、トレッキングシューズ(長靴)、帽子、タオル、雨具
申込期限 5月7日(木) 午後6時まで
☎どんぐりの森山楽校・小川
☎090-9037-4701 FAX 0176-25-3070
 メール ogw541@gmail.com

春の茶会のお知らせ 十和田市春季市民茶会

とき 5月24日(日)
 午前10時～午後3時
ところ 市民文化センター
費用 1,500円(2席)
主催 十和田市茶道協会
 表千家流 席主 立石 宗寧
 裏千家流 席主 工藤 宗年
☎十和田市茶道協会・清川
☎090-2600-2435

オレンジカフェひだまり

とき 5月30日(土) 午後2時～4時
ところ 市民交流プラザ「トワレ」
定員 40人
申込期間 5月1日(金)～23日(土)
☎安藤・鷹場・中嶋
 (高松ヘルスケアグループ)
☎0176-23-6344 申し込み▶



市民短歌講座

とき 6月7日～10月4日 毎月第1日曜日 午後2時～3時(全5回)
ところ 市民交流プラザ「トワレ」
対象 小学生以上
講師 十和田短歌会 中里 茉莉子 会長
申込期限 5月31日(日)
☎十和田短歌会・久慈
☎0176-22-0706

岩木登 写真展「南八甲田」

とき 6月19日(金)～22日(月)
 午前10時～午後7時 ※22日は午後3時まで
ところ 地域交流センター「とわふる」
共催 岩木登写真展実行委員会、NPO法人八甲田自然塾
 ※展示、監視のボランティアを募集しています。
 ※期間中、岩木登氏が在廊
☎岩木登写真展実行委員会・小川
☎080-1831-4828(SMS可)
 FAX 0176-24-2983

楽しい切り絵で夢をきつとあなたへ 切り絵展示会

とき 6月1日(月)～30日(火)
ところ 中央病院 南渡り廊下
☎十和田新切り絵クラブ・岡本
☎090-5357-5270

5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
◆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	保健センター ☎健康増進課 ☎0176-51-6791
◆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	21日(木) 9:30～16:00 ※ペースメーカーを装着している人は測定不可	市役所本館2階 会議室1 ☎いきいき 高齢介護課 (高齢者総合支援室) ☎0176-51-6720
◆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 ☎いきいき 高齢介護課 (高齢者総合支援室) ☎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	妊娠期コース 17日(日) 10:00～12:00 育児期コース 24日(日) 10:00～11:30	保健センター ☎すこやかこども家庭センター ☎0176-51-6792
◆子育て相談 乳幼児の保護者	19日(火)～21日(木) 9:30～11:00 ※3日前までに要予約	保健センター ☎すこやかこども家庭センター ☎0176-51-6792
◆こどものこころの相談 小・中・高校生と保護者	14日(木) 14:00～ ※7日(木)までに要予約	保健センター ☎すこやかこども家庭センター ☎0176-51-6792
◆発達支援相談 就学前の幼児と保護者	14日(木) 14:00～ ※7日(木)までに要予約	保健センター ☎すこやかこども家庭センター ☎0176-51-6792
◆親のこころの相談 産前産後や子育て中に心身の不調を抱える当事者やその家族	22日(金) 14:00～15:00 ※19日(火)までに要予約	保健センター ☎すこやかこども家庭センター ☎0176-51-6792

※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「乳幼児健康診査」または「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はこちら](#)

上北保健所の相談窓口

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	12日(火)、19日(火) 13:00～13:30 ※要予約	上北保健所 ☎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	20日(水) 13:00～14:00 ※要予約	上北保健所 ☎0176-23-4261
◆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	27日(水) 9:00～11:30 ※要予約	上北保健所 ☎0176-23-8450
◆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	12日(火)・19日(火) 13:30～14:30 ※要予約	上北保健所 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。



休日当番医

☎健康増進課 ☎0176-51-6790

とき	当番医	電話番号
3日(日)	藤原内科(三本木字北平115-8)	0176-24-0770
4日(月)	十和田第一病院(東三番町10-70)	0176-22-5511
5日(火)	十和田東病院(三本木字里ノ沢1-247)	0176-22-5252
6日(水)	十和田北クリニック(元町東五丁目8-54)	0176-21-3741
10日(日)	十和田外科内科(穂並町1-5)	0176-22-5151
17日(日)	えと内科医院(西三番町1-28)	0176-23-2727
24日(日)	藤井産婦人科医院(東三番町9-59)	0176-22-5588
31日(日)	かわむらクリニック(西二十二番町4-16)	0176-20-1505

▶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。
 ▶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。
 青森県小児科オンライン診療はこちら▶



献血のお知らせ

☎健康増進課 ☎0176-51-6790

実施予定日	時間	ところ
2日(土)	10:00～12:00	マックスバリュ十和田南店
	13:30～16:00	
15日(金)	10:00～12:00	十和田警察署
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	
25日(月)	13:00～14:30	(株)福萬組
	15:00～16:00	

がんの治療をしている人へウィッグや胸部補整具の購入費用を助成します

☎健康増進課 ☎0176-51-6790

対象 次の要件の全てに該当する人
 ▶申請時点で本市に住所を有し、令和8年1月以降に購入した人
 ▶がんと診断され、治療中または治療を受けたことがある人
 ▶これまでに同一のものに対する助成を受けたことがない人(他市町村からの助成を含む)



▶詳しくはこちら

知っていますか? たばこが引き起こすCOPD

5月31日は「世界禁煙デー」 ☎健康増進課 ☎0176-51-6791

■COPD(慢性閉塞性肺疾患)

たばこの煙などが原因で肺に炎症が起こる病気です。悪化すると、せき、たん、息切れがひどくなり、生活に支障をきたします。喫煙はCOPDの主な原因であり、肺がんのリスクも高めます。

■たばこの煙に要注意

喫煙しない人でも、たばこの煙を吸い込む「受動喫煙」によって肺がんのリスクは高まるため注意が必要です。喫煙をする人は、周囲への配慮を心がけましょう。

喫煙しない人も含め、肺がんの早期発見・早期治療のために、40歳以上の人は年に1回肺がん検診を受けましょう。





5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	18日(月) 13:00～15:00
◆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	8日(金)、22日(金) 13:00～15:00
◆特設行政・人権相談 行政機関の業務に対する苦情・意見・要望や家庭内、隣近所とのめめ事などの相談 (予約不要)	6月1日(月) 10:00～15:00 行政相談…市役所別館5階 南側会議室 人権相談…市役所別館4階 会議室2
◆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(木)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 (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	21日(木) 13:00～15:00 ※14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	14日(木) 13:00～15:00 ※7日(木)午後4時までに要予約
◆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	13日(水) 10:00～16:00 ※12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 くらし環境課 市民相談室
※予約は電話でも受け付けています。

申問くらし環境課 ☎0176-51-6735

内容	とき
◆出張年金相談 年金の無料相談	19日(火)、26日(火) 10:00～15:00 ※要予約 (先着順) (来月は6月23日(火)実施。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1
☎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。

◆市税の納付をもっと便利に! 図収納管理課 ☎0176-51-6762

▶クレジットカード・インターネットバンキング

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▶



▶スマートフォン決済アプリ

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▶



6月1日(月)が納期限 (口座振替日) です

市税は納期限内に納めましょう
固定資産税第1期/軽自動車税

人口と世帯	区分	人・世帯数	前月比	前年比
	令和8年3月末現在	人口	56,248人	-269人
	男	26,938人	-158人	-319人
	女	29,310人	-111人	-431人
	世帯	28,142世帯	-32世帯	+28世帯

その他の催し

<>…開始時間

2日(土)	▶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)
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 ☎0176-51-6791)
9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「タワーレ」 (☎健康増進課 ☎0176-51-6791) (23日(土)も開催) ▶ピアサポート事業「おしゃべり会」 <13:30>～市民文化センター (要予約) (☎マール親の会 ☎090-7325-9721)
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「タワーレ」 (☎健康増進課 ☎0176-51-6791)
12日(火)	▶はちのへ若者サポートステーション無料就労相談会 <14:00>～南コミュニティセンター (要予約) (☎はちのへ若者サポートステーション ☎0178-51-8582)
13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)
15日(金)	▶ピアサポート事業「勉強会」 <18:30>～市民文化センター (要予約) (☎マール親の会 ☎090-7325-9721)
16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)
22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「タワーレ」 (☎健康増進課 ☎0176-51-6791)
28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) (☎中央病院がん相談支援センター ☎0176-23-5121)

◆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▶



子ども大好き はたらくクルマ大集合

とき 5月6日(水) 午前10時～午後2時

ところ 市役所駐車場 (西側)

車両協力(予定) 十和田警察署、十和田消防署、自衛隊青森地方協力本部など

※その他、福祉車両、商業車両、土木車両など

☎三小地区コミュニティ協議会・大巻 ☎080-1836-9502



毎月10日は商店街へ! 「まちなか夜市」

まちなか交通広場周辺の店舗や空き地を会場に、定期イベントを開催します。「広報とわだ」持参で、当日使える割引券が当たるガラポン大会に参加できます。

とき 5月10日(日) 午後4時～7時

ところ 六・七・八丁目商店街

☎十和田商工会議所 ☎0176-24-1111

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～
みんなでつくりよう 安全・安心なまち
セーフコミュニティ十和田

