

広報



とわだ

7

No. 129

2013

奥入瀬溪流はコケの宝庫だった！
ちいさな自然
コケをのぞいてみよう2

奥入瀬溪流の再発見

新緑の奥入瀬溪流にて。当たり前のように見ていた景色の中の小さな自然、コケの世界。コケが森の始まり。この1本の木もコケから始まったものかと感慨深く見上げます。

目次

十和田市民大学講座.....	9
まちのほっとニュース.....	12
十和田湖湖水まつりなど夏イベント のお知らせ	24

十和田が持つ真の「財産」を再認識
それらを生かした観光スタイルを



奥入瀬自然観光資源研究会
ネイチャーガイド
かわい だいすけ
河井 大輔 さん

1964年大阪生まれ、東京育ち。2007年に北海道から十和田市に移住、奥入瀬を中心に自然案内活動を行っています。

奥入瀬渓流は、深いU字型の谷地形にヤマセによる雨霧が満ちて空中湿度が高く、コケの生育には適した環境です。アクセスがよいうえ、下流から上流までほとんど高低差を感じません。山登りをすることなく、これだけ上質な森と渓流を楽しめる場所など、ほかにはありません。奥入瀬は、日本の「宝」だと思います。

どこに目を向けてもコケの緑が豊かなのが奥入瀬の特徴です。足元の小さな緑にも、ぜひ注目してみてください。「コケを観る」という行為は、コケそのものの魅力を知るだけでなく、森の歴史と生態を学ぶことでもあり、また本当の観光スタイルとは何かを考えるきっかけともなります。

そのためにも、ぜひ市民の皆さんに奥入瀬のコケの魅力を実感して頂きたいと思えます。究極のアートこそは自然です。十和田が持つ真の「財産」を再認識し、それらをもっと生かした観光の在り方を模索していくべきではないかと思えます。



ふわふわな手触り

砂糖菓子みたいなキノコ♡

※もちろん、食べちゃいけません



落ちていた枝 についているコケも観察♪



人気のタマゴケ



奥入瀬渓流はコケの宝庫だった!
ちいさな自然

コケをのぞいてみよう

春夏秋冬違った顔を見せる奥入瀬渓流。滝や川の流れ、木々の緑。当たり前のように見えていた景色。その景色のほとんどにコケの緑が広がっています。
平成24年に、奥入瀬渓流エコツアーリズムプロジェクト実行委員会が行った調査で、奥入瀬には、なんと約200種類ものコケが生息していることが分かりました。現在、今年1月に発足した奥入瀬自然観光資源研究会(通称「おいけん」、代表・鮎川恵理八戸工業大学講師)が調査を引き継ぎ、奥入瀬の新たな観光スタイルを模索しています。
遠くから見ると、緑のじゅうたん。しかし、ルーペを手に、しゃがんで足元にある小さな緑をのぞいてみると、そこには個性豊かな、小さいけれども、壮大な世界が広がっているのです。

はじめじめした場所の、岩や地面にはりついている緑色のもの。コケのイメージはおおよそこんな感じではないでしょうか。一度、コケと同じ目線になって彼らの世界を覗いてみましょう。すると、透明感にあふれ、キラキラと光り輝く個性豊かなコケの世界に導かれます。カタチもさまざま。ふさふさの葉がついていたり、まるで「目玉おやじ」のようだったり。ミクロの世界には、わたしたちの想像を超えた、きれいで、かわいくて、時にミステリアスな世界が広がっていました。現在、この小さな世界が「コケガール」と呼ばれる女性

性たちに注目されています。コケの前にしゃがみこみ、見つめ、触れてみる。そんな観察スタイルは、ちよつと異様に見えるかもしれませんが、わずか数センチ進むのに、何時間もかけたります。六戸町在住のコケガール、高坂さんは「普段見えないものが見える、新しい世界。時間を忘れてしまいます」と、コケを見る魅力について話します。
好奇心の赴くまま、小さな世界にお邪魔する「コケ時間」。
でも大事なことは、ただ見るだけではなく、コケと対話すること。そのためには、



まさに森の始まり!
▲岩についたコケから木の芽が。森の起源を物語っています



マナーをきちんと守って観察しましょう

奥入瀬渓流には、こうした自然の物語が、まだまだたくさん眠っています。あなたも足元にある小さな世界を楽しんでみませんか? もちろん、お邪魔するときは森への「心づかい」を忘れずに!
*観察するときの注意点
※奥入瀬では、動植物の採取はすべて禁止されています。
※遊歩道内を歩きましょう。また、車道にはみ出さないようにしましょう。



コケ観察グッズ&スタイル



ルーペ (10倍)
コケの世界をのぞくための必須アイテム!



▲目とルーペの距離はそのまま。自分から近づいて観察します



コンパクトデジタルカメラ
コケの姿を写真に収めよう!



霧吹き
コケに水を与えて広がる様子を観察しよう!



地面にしゃがんだりするので、ひざが隠れる服装で。足元はスニーカーなど歩きやすい靴を履こう

コケガール歴2年
高坂 裕美 さん

あなたも奥入瀬渓流のコケを観察してみませんか?

奥入瀬渓流コケ散歩 (初心者向け観察会)

奥入瀬自然観光資源研究会では、初心者向けの観察会「コケ散歩」を開催しています。お気に入りのコケとゆっくり・じっくり・たっぷり向きあい、小さな自然を見つめる楽しみを体感してみよう。

とき	名称	対象	定員	費用
8月20日(火) 午前10時~午後3時	親子自由研究	小学生とその保護者	10組	2,000円※同伴の保護者は無料
9月16日(月) 午前10時~12時	親子観察会 一般観察会	小学生とその保護者 中学生以上	10組 15人	500円※同伴の保護者は無料 1,000円※研究会会員500円

参加に当たって
▶小雨決行します ▶ほとんど距離を歩きません
▶ルーペ、虫メガネは貸し出します

申し込み方法
参加するかたの氏名、学年(年齢)、性別、住所、電話番号を記入の上、メールまたはファクスで申し込みください。
申し込み期限 開催日2週間前まで
問い合わせ・申し込み先
奥入瀬自然観光資源研究会事務局・玉川
☎080-6033-2510 FAX ☎2780
E-mail: info_oiken@yahoo.co.jp

■奥入瀬自然観光資源研究会、会員募集中!
皆さんも楽しく、奥入瀬の新たな観光スタイルを見つけませんか。年会費は、個人会員一口1,000円、賛助会員(法人・団体)一口10,000円。詳しくは事務局にお問い合わせください。

特定健診を受けましょう



健康という財産を守る健診

ずっと健康で暮らしたい。誰も保障してくれない健康を守るためには、病気になる前に自分で防ぐことが必要です。平成20年から日本人の多くの病気の原因とされるメタボリックシンドロームに着目した「特定健診」が行われています。十和田市でも国民健康保険と後期高齢者医療制度に加入する40歳以上のかたは、毎年この健診を受けることができます。ところが、十和田市国保のかたで実際に特定健診を受けているのはわずか約30%にすぎません。

特定健診には、健康を守る応援がっています

特定健診では、生活習慣病になる危険性が分かれます。健診の結果、もしも生活習慣病のリスクがあると判定された場合は、生活習慣を見直すサポートである「特定保健指導」を行います。この特定保健指導には、健診結果にあわせて「動機付け支援」と「積極的支援」があります。

この支援を受けて毎年約3割のかたが「脱メタボ」を果たしている

対象者と費用	40歳以上の十和田市国民健康保険加入者 後期高齢者医療制度加入者と生活保護のかた	1,000円 無料
検査項目	・問診（服薬歴、喫煙歴など） ・身体測定（75歳以上のかたは腹囲を除く） ・血圧測定 ・医師診察 ・尿検査（尿糖、尿たんぱく） ・血液検査（血糖、肝機能、脂質） ・眼底検査 ・貧血検査 ・心電図検査	

※他の健康保険にご加入のかたは、それぞれのご加入先にお問い合わせください。

国民年金保険料には免除制度があります

経済的な理由などで国民年金保険料の納付が困難な場合に、本人の申請により保険料の納付が「全額免除」「一部免除」または「猶予」される制度があります。保険料の免除や猶予を受けずに保険料を納めないままにしておくと、将来、老齢基礎年金を受けられなくなったり、減額されたり、万一の時の障害・遺族基礎年金が受けられない場合があります。保険料が納められない場合は、お早めに相談してください。

全額・一部免除制度

この制度には、▽全額免除▽4分の3免除▽半額免除▽4分の1免除の4つがあります。本人・配偶者・世帯主の前年所得が一定額以下の場合に、承認されると、保険料が免除されます。ただし、失業（退職）や天災で被災した場合には、所得額にかかわらず該当する特例があります。

若年者納付猶予制度

学生を除く30歳未満のかたで、本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合、承認されると、保険料の納付が猶予されます。

学生納付特例制度

学生であっても20歳になったら国民年金に加入し、保険料を納めることとなります。本人の前年所得が一定額以下の場合、承認されると、保険料の納付が猶予されます。



申請の手続き

25年度分の免除・猶予の申請受け付けは、7月1日(月)から行います。申請区分・申請期限は下記のとおりです。お早めに申請してください。

申請区分	申請期限
平成24年度（24年7月～25年6月分）	25年7月末日
平成25年度（25年7月～26年6月分）	26年7月末日
平成25年度学生納付特例（25年4月～26年3月分）	26年4月末日

▶申請に必要な物はお問い合わせください

法定免除

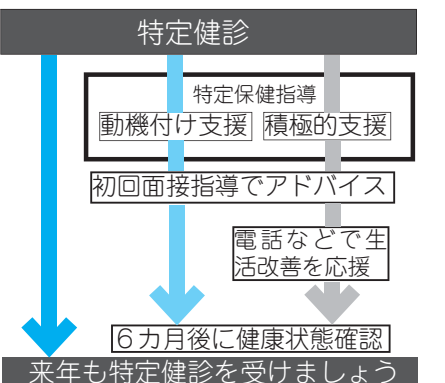
障害年金（障害等級が1級または2級）を受けているかたや、生活保護法による生活扶助を受けているかたは届け出により保険料の納付が免除されます。

問 市民課国民年金係 ☎6753

十和田市国保における特定健診受診率

年度	%
22	31.3
23	31.3
24	31.0

特定健診から特定保健指導の流れ



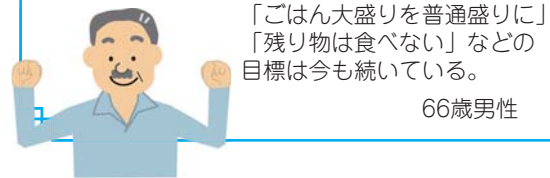
▼動機付け支援・・・保健師などが面接して生活習慣改善のアドバイスをします。
▼積極的支援・・・面接による生活習慣改善のアドバイスのほか、約6カ月にわたり面接や電話などで改善実践の応援をします。

ます。早期に改善に取り組みことで、その先の健康を守ることが期待され、医療費の削減にもつながります。

自覚症状が出る頃には既に悪化している生活習慣病。自分の体を知り、対策しなければ健康を守ることができません。あなたを大切に思う人のためにも、まずは年一回「特定健診」を受けてみませんか。

平成23年度特定保健指導利用者の声 ～アンケートから～

今までは、健康に関心だったが、この保健指導がいききっかけになった。何より体が軽くなって動きやすくなった。すぐに息が上らなくなり、趣味の山登りを楽しんでいる。



「ごはん大盛りを普通盛りに」「残り物は食べない」などの目標は今も続いている。

66歳男性

受診の申し込みは 健康増進課 ☎6790
制度についての問い合わせは 国民健康保険課
▼国民健康保険については 国民健康保険係 ☎6750
▼後期高齢者医療については 後期高齢者医療係 ☎6752 長寿医療係 ☎6752
※第二期十和田市国民健康保険特定健康診査等実施計画を策定しました。市ホームページをご覧ください。
問 国民健康保険課国保給付係 ☎6750

介護保険料の決定通知書を郵送します

平成25年度介護保険料の決定通知書を7月1日に郵送します。これは平成24年中の本人の所得や年金収入、世帯員の市民税課税状況を基に決定したものです。

保険料の納め方

特別徴収	普通徴収
1. ハガキが届いたかた（介護保険料額決定および特別徴収開始通知書） 老齢（退職）・遺族・障害年金が18万円以上のかたは、年金から保険料が自動的に天引き（引き去り）される「特別徴収」になります。届いたハガキは表と裏を開いてご覧ください。	2. 封筒が届いたかた（介護保険料納入通知書） 年金が年額18万円未満のかたや年度の途中で65歳になったかたなどは、納入通知書で納める「普通徴収」になります。納め忘れない口座振替をご利用ください。

3. ハガキと封筒の両方が届いたかた
年度の途中で普通徴収から特別徴収に切り替わるかたは上記のハガキと封筒（納入通知書）の両方が届きます。

■介護保険料を滞納していると・・・
介護サービスを利用する際に、利用料をいったん全額自己負担しなければならなかったり、サービス費用の自己負担割合が1割から3割に引き上げられる期間が生じたりします。皆さんの納める保険料は介護保険制度を支える大切な財源となりますので、納期限内に忘れずに納めましょう。

問 高齢介護課介護保険係 ☎6721

後期高齢者医療制度加入の皆さまへ

■平成25年8月1日は保険証の更新日です

新しい保険証は7月下旬に郵送します。有効期限は平成27年7月31日までとなります。（ただし、保険料の滞納などにより納付相談の必要なかたについては有効期限が異なります。）

現在お使いの保険証は、平成25年8月1日以降に国民健康保険課窓口に戻していただくか、裁断の上確実に破棄してください。なお、郵送による返還もできます。

▶保険証が届きましたら、記載内容をよく確認し、誤りがありましたらお手数でも国民健康保険課窓口にお申し出ください。

▶平成24年中の所得状況などにより、8月1日から医療機関などの窓口での自己負担割合が変わる場合があります。

■平成25年度の保険料が決まりました

保険料額決定通知書（保険料納入通知書）を郵送します。口座振替の申し込みをされていないかたは、忘れずに納期限までに納付してください。

▶お支払いは便利で確実な口座振替を！

納入通知書の最終ページに口座振替依頼書がありますのでご記入の上、金融機関へご提出ください。国民健康保険で口座振替をしていた場合でも、新たに手続きが必要です。

問 国民健康保険課長寿医療係 ☎6752 または 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

「対話による、いきいきとした
情報コミュニケーション」が集う場所
**(仮称) 教育プラザの
建設工事がスタート**

平成 24 年 12 月号の広報とわだで基本設計を公開した(仮称)教育プラザの建設工事が始まりました。

■ (仮称) 教育プラザ施設概要

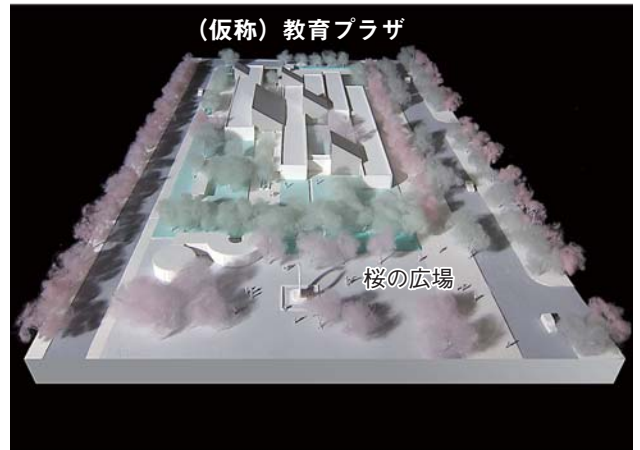
建築設計 (株)安藤忠雄建築研究所
建設地 西十三番町 620 番 1 ほか (市民図書館周辺)
敷地面積 約 9,520 m² (約 2,880 坪)
延床面積 約 3,200 m² (約 968 坪)
規模・構造 地上 1 階・鉄筋コンクリート造
駐車場台数 図書館 22 台、教育研修センター 4 台
駐輪場台数 36 台
概算建設工事費 約 15 億円

■ (仮称) 教育プラザの機能

プラザには、大きく 2 つの機能があります。

- ▶ 図書館機能…一般開架室、児童開架室、新聞雑誌コーナー、AV・インターネットコーナー、生涯学習情報コーナー、閲覧ルーム、お話ルーム、多目的研修室など
- ▶ 教育研修機能 (教育研修センター) …適応指導教室、学習室、相談室、検査室、研究室、プレイルーム、資料室、事務室など

◆ (仮称) 教育プラザ模型写真 ◆



現在、市民図書館周辺では平成 27 年 3 月の竣工に向けて着々と作業が進められています

◆ 工事スケジュール (予定) ◆

平成 25 年 7 月～平成 26 年 6 月	着工・一期工事 ※一期工事で図書館の一部と教育研修センターが完成
平成 26 年 7 月～9 月	既存市民図書館を解体
平成 26 年 10 月～平成 27 年 3 月	二期工事完成、竣工

閩政策財政課プラザ建設準備室 ☎ ⑤ 6712

(仮称) 市民交流プラザ設計者

くまけんご
隈研吾さん 講演会開催

(仮称) 市民交流プラザのコンセプトや特徴、まちづくりに果たす役割などについて講演会を開催します。

とき 8 月 25 日(日) 午後 2 時～

ところ 市民文化センター

演題 「場所の力」

定員 990 人

申し込み方法 「往復はがき」による

申込期限 8 月 2 日(金)必着

※往復はがきの「往信裏面」に参加者全員 (3 人まで) の郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記。「返信表面」に (複数申込者の場合は代表者の) 郵便番号、住所、氏名を明記。

※申込者多数の場合、抽選により入場整理券を後日送付します。

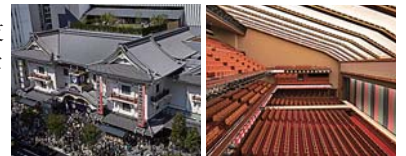


▲ (仮称) 市民交流プラザ模型写真



くま けんご
建築家 隈 研吾さん

最近では、歌舞伎座、浅草文化観光センター、長岡シテイホール「アオーレ」などを手掛ける。



本年 4 月に開場した「歌舞伎座」

申し込み先

〒034-8615 (住所記載不要) 政策財政課あて
閩政策財政課プラザ建設準備室 ☎ ⑤ 6712



厚生労働省委託事業【実践型地域雇用創造事業】

「届け！十和田の魅力！」

～「食の地域資源」活用とブランド化による雇用創出プロジェクト～

十和田市雇用創造推進協議会は、平成25年度から厚生労働省の委託事業である「実践型地域雇用創造事業」を実施します。3年間で180人の雇用創出を目標に、各種セミナーや研修会を開催し、実践メニューではひめます加工品開発事業と十和田ねぎブランド化推進事業に取り組みます。

◆基本メニュー事業

事業名	開催予定月	実施回数	募集人員	内容
販路拡大セミナー	10月・ H26年1月	全6回	20名	・首都圏への販売ノウハウについて ・特産品のブランド化に向けた戦略づくりに必要な知識の習得
観光地再生セミナー	7月～9月	全6回	20名	・観光地の在り方について ・再生のためのプランニング方法について ・他地域の取り組み
お客様満足度UP研修	11月・ H26年2月	全10回	25名	・集客力、売上の向上のための手法について ・魅力ある店舗づくりのための手法について ・客のニーズに応じる体制、接客マナーについて
十和田の食材を活用した食品加工技術習得研修	8月・11月	全10回	26名	・十和田の食材の魅力について ・十和田食材を活用した食品加工技術の習得
MOS資格取得準備研修	H26年1月・ 2月	全20回	30名	・MOS資格の有効性について ・MOS《Word》試験対策 ・MOS《Excel》試験対策
ウェブ解析士資格取得準備研修	10月	全5回	15名	・企業のHPサイト構築 ・ウェブ解析士の役割 ・ウェブ解析士試験対策
おもてなし研修	8月・ H26年2月	全10回	30名	・観光客に対する接客などのおもてなし向上術の習得 ・接客業の極意について

◆実践メニュー事業紹介

ひめます加工品開発事業	十和田湖特産のひめますの有効活用と消費拡大を促進し、十和田湖地区の活性化と雇用の創出を図るため、ひめますを活用した加工に取り組みます。また開発商品について、価格調査・市場調査を行うために移動販売車やイベントなどで試験販売を実施します。
十和田ねぎブランド化推進事業	ネギの生産から加工、販売まで一体的に取り組む6次産業化のモデルプランを構築し、それらのノウハウを地域へ普及させ、ネギ栽培農家の増加による雇用の創出を目指します。また、奥入瀬溪流の伏流水で育てたネギ（仮称）「奥入瀬ねぎ」のブランド化を目指し、各種イベントなどで積極的にPR活動を実施します。

※受講料・教材費は無料です



申し込み・問い合わせは下記へ

十和田市雇用創造推進協議会
(商工労政課内)

☎020091 FAX021591

Mail info@towada-koyou.jp

HP <http://www.towada-koyou.jp>



※セミナー・研修の詳細は協議会ホームページまたは市役所、ハローワーク十和田に設置しているチラシなどをご覧ください。

※当協議会では、就職の斡旋は行いません。



市民文化祭
シンボルマーク

～第44回十和田市民文化祭～

出演者・展示作品を募集します

どなたでも参加できます！参加希望者は事前にお申し込みください。

- 開催日 11月2日(土)～11月4日(月)
- 会場 十和田市民文化センター



■舞台部門

事業名	開催日	内容・対象	事業責任者
舞と躍動	11月2日(土)	バレエ、モダンダンス、ウエスタンダンス、フラダンス等の洋舞と日本舞踊の団体	泉 ☎253188
演劇		芝居、演劇を上演したいかた	遠田 ☎090-9533-3390
洋楽・邦楽の調べ	11月3日(日)午後	コーラス、マンドリン、ハーモニカ、琴、大正琴などの洋楽・邦楽の団体	浜田 ☎220137
吟詠	11月4日(月)午前	吟詠、吟舞を上演したいかた	若澤 ☎240678
謡と仕舞	11月4日(月)午後	素謡、仕舞を上演したいかた	大竹 ☎080-1822-7984
管弦楽・吹奏楽		オーケストラ、吹奏楽、アンサンブルなどの器楽の団体	菅原 ☎080-5575-3970

■展示部門

開催日：11月2日(土)～4日(月)

事業名	作品規格・対象など	事業責任者
写真展	▶テーマ 指定なし ▶カラープリント(40×30cm) ▶額装(例60.6×45.5cm) ▶1人1点または2点	太田 ☎236880 佐藤 ☎225428
書道展	▶漢字、仮名、近代詩文、篆刻 ▶1人1点 ▶仕上げ寸法60×190cm以内の作品で軸装、額装(ひもを付けること)	三浦 ☎250282
水墨画展	▶水墨画、墨彩画 ▶20号まで。軸装は2尺×6尺以内	武内 ☎232497
盆栽展	▶盆栽 ▶搬入、搬出、期間中作品の管理ができるかた	田中 ☎235630
文芸展	▶短歌、川柳、俳句 ▶一首・一句を短冊または色紙に記入 ▶搬入、搬出、期間中作品の管理ができるかた	木村 ☎249890
自然界展	▶自然に関するコレクション ▶搬入、搬出、期間中作品の管理ができるかた	川西 ☎234371
美術展	▶油絵・水彩画・日本画(8号以下)、彫刻(移動可のもの) ▶題名を添え、裏面および搬入する箱にも名前を明記 ▶1人1点 ▶額装(ひもを付けること)	石田 ☎221971
手工芸展	▶人形、ステンドグラス、裂織、切り絵、押し花、七宝焼、粘土工芸、パッチワーク、刺しゅう、革工芸、こぎん、ちぎり絵、洋裁など ▶1人2点まで ▶搬入、搬出、期間中作品の管理ができるかた	小野寺 ☎238483 古川 ☎223552 村木 ☎238207
陶芸展	▶1人3点まで ▶搬入、搬出、期間中作品の管理ができるかた	志田 ☎238600
蘭展	▶鉢花 ▶搬入、搬出、期間中作品の管理ができるかた	小泉 ☎251127
いけ花展	▶いけ込み、管理、撤花ができるかた ▶1人1瓶 ▶花材、花器、名札など持参	栗澤 ☎534311

申し込み方法

■参加料

- ▶団体(5人以上) 6,000円
- ▶個人(1人につき) 1,000円

■申し込み方法

はがきに次の内容を記入して郵送してください。

- ▶事業名
- ▶出演内容または作品名、出点数
- ▶団体、個人の別(グループ名があればその名称)
- ▶団体代表者または個人名
- ▶住所、電話番号



■申込期限 7月31日(水)

※申込者には後日打ち合わせ会などの案内をしますので、必ず出席してください。(代理出席可)

■申し込み先

〒034-0301 十和田市大字奥瀬字中平70-3
(十和田市教育委員会スポーツ・生涯学習課内)
十和田市民文化祭実行委員会あて

■各事業責任者または

スポーツ・生涯学習課文化係 ☎272313

十和田市民大学講座

～『知るは喜び 習うは力』～

今年も充実の講師陣で学習を！

- ◆受講料は無料
公開講座なので、事前の申し込みは必要ありません。
- ◆5講座以上受講されたかたには修了証を交付します。

多数の参加をお待ちしています！

問中央公民館 ☎ 235277



第4講座

9月6日(金) 18:30～20:30
市民文化センター視聴覚ホール



「農医連携の科学のススメ」

北里大学 名誉教授
公益財団法人農業・環境・健康研究所
農業大学校 校長
みなみ かつゆき
陽 捷行

21世紀の科学は環境を通じた農学と医学の連携を必要としています。「農医連携の科学のススメ」と題して、その必要性を解説します。

【北里大学公開講座と共催】

第5講座

9月19日(木) 18:30～20:30
北里大学獣医学部



「絶滅危惧植物の保護・増殖と地域ブランドの開発」

岩手県環境保健研究センター
地球科学部 主査専門研究員
おやまだ ともあき
小山田 智彰

絶滅危惧植物の保護・増殖と新品種開発の取り組みを紹介し、十和田ブランドの実現化について提案します。

【北里大学公開講座と共催】

第6講座

10月11日(金) 18:30～20:30
市民文化センター視聴覚ホール



「テレビ番組制作過程論」 ～十和田をテレビにとりあげるには？～

テレビ朝日 プロデューサー
まつい えこう
松井 英光

地上波・BS・CSそれぞれのメディアでプロデューサーとして、番組制作を体験。いつ、何をテーマに、どのメディアで番組企画を放送にこぎつけるかを十和田市を例にお話します。

第7講座・閉講式

11月8日(金) 18:30～20:30

市民文化センター視聴覚ホール



「ブタと天秤とヒト、 一番偉いのはだれ？」

農学博士
理科教育研究フォーラム 代表
日本テレビ「世界一受けたい授業」講師
まつぶ しずか
松延 康

「ブタの哺乳行動」と「ヒトの感覚実験」。一見、無関係に思える2つのテーマを通して生き物の不思議さと「SENSE of WONDER (感動できる心)」についてお話します。小学校高学年から大人まで楽しめる講座です。

開講式・第1講座

7月5日(金) 18:30～20:30
市民文化センター視聴覚ホール



「面白大国ニッポン」

タレント
カリフォルニア州弁護士

ケント・ギルバート

「日本を見て初めてアメリカのことがよく分かった」と言うケントは、長い経験を通して気付いたことを次々と紹介して皆さまを驚かせます。ご覚悟を！

第2講座

7月19日(金) 19:00～20:30
市民文化センター視聴覚ホール



「夢への挑戦」 ～世界一への道のり～

北京オリンピックソフトボール
日本代表監督

さいとう はるか
齋藤 春香

これまでのソフトボール人生を振り返り、選手、監督としてオリンピックを経験し、チーム作りの上で大切にしていること、さまざまなエピソードをお話します。

【青少年育成十和田市民大会と共催】

第3講座

8月23日(金) 18:30～20:30
市民文化センター視聴覚ホール



「健康を支える医療・ 生活・システム」 ～血液内科医の立場から～

国立大学法人秋田大学 名誉教授
医学博士

社会福祉法人敬仁会 理事長
みうら あきら
三浦 亮

健康とは、身体と精神がともに健全であることとされています。健康診断から、検査、診断、治療の流れを分かりやすくお話します。



9月7・8日に開催される「2013北海道・東北 B-1 グランプリ in十和田」の情報をお届けします♪



◀「大曲の納豆汁」旨めもの研究会
大曲花火男(44)

Information * 4

問 同実行委員会事務局 (十和田商工会館 4階)
☎ 1635 FAX 1636
http://b1-towada.com
Facebook いいね! お願いします♪
「北海道・東北 B-1 グランプリ in十和田」



イベントチケット市内各所で
7月16日(火)より発売開始!



出展団体が提供する料理の購入に必要なチケットです。
チケット料金 1冊1,000円 (100円券10枚つづり)
販売場所 十和田商工会館 4階 (実行委員会事務局)
十和田市観光物産センター (AST内) ほか
※詳細は事務局にお問い合わせください。

◆花いっぱいのおもてなし



十和田市緑と花のまちづくり
推進市民懇談会より、夏頃に咲く花「サンパラス」が市に寄贈されました。十和田スタイルのおもてなしは、たくさんの花で来場者をお出迎えます。

◀市役所前に飾られているサンパラス。咲くのが楽しみです♪

◆市内タクシー会社もPR活動に一役



▲PRマグネットを手にする田中会長と小山田市長

6月3日、実行委員会 (大会長・小山田市長) は十和田市タクシー協会 (会長・田中宏一十和田タクシー(株)代表取締役) に車両用PRマグネットを手渡しました。

田中会長は「走る広告塔として、がんばってPRしていきたい」と、協力の言葉を述べました。

PRマグネット100枚が市内タクシー会社7社に配られ、市内をPRマグネットをつけたタクシーが走っています。

十和田市現代美術館 開館5周年記念展Vol.2

十和田奥入瀬芸術祭 9月下旬~11月下旬開催決定!

問 現代美術館 ☎ 1127



5月30日、十和田奥入瀬芸術祭2013実行委員会 (会長・小山田市長) の第1回会議が市役所でわれました。

この芸術祭は、現代美術館で行われている企画展「flowers (フラワーズ)」に続き、十和田市現代美術館開館5周年記念展の第2弾として行われるものです。会期は9月21日(土)から11月24日(日)とし、展覧会名は「十和田奥入瀬芸術祭 SURVIVE (サバイブ)」。

芸術祭では、十和田湖や奥入瀬溪流が形成された「時」の蓄積に着目し、「時」をテーマとした作品を展開します。会場は、現代美術館のほか、奥入瀬地区や十和田湖地区を予定。現在休業して

いる焼山地区の宿泊施設を舞台に、3組のアーティストが滞在して作品を制作。星野リゾート奥入瀬溪流ホテルでは、岡本太郎の遺作や昨年実施したアートキャンプの参加アーティストによる作品を展示。十和田湖遊覧船では、音をテーマとした作品の展示などを予定しています。

十和田湖・奥入瀬地区の魅力を体験するプログラムとして、次世代アーティストを対象としたキャンプや、市民参加型のワークショップなどを計画しています。

また、小説家や写真家などが十和田の歴史や風土を取材し、芸術祭に合わせて新しい物語を本として発行します。

小山田市長は「5周年を機にアートの輪を広げていきたい」とあいさつしました。

実行委員会からは、市内宿泊施設との連携や廃屋の活用などの意見が出されました。

アーティストック・ディレクターを務める藤浩志現代美術館副館長は「十和田奥入瀬の時をテーマに、体験型の作品により魅力を深め、次の時代への可能性を考えていける芸術祭にしたい」と、展望を話しました。

7月の健康カレンダー



●乳幼児健診

▶問診票・母子健康手帳を持参してください。

内容	受付時間	ところ・問い合わせ
◆4か月児健診 健診日までに満4か月に達する乳児	2日(火) 12:15~12:45 ※バスタオル持参	保健センター 問健康増進課 ☎⑤6792
◆1歳6か月児健診 平成24年1月生まれの幼児	17日(水)※歯ブラシ持参 12:15~12:45	
◆2歳児発達健診 平成23年1月生まれの幼児	18日(木)※歯ブラシ持参 12:15~12:45	
◆3歳6か月児健診 平成22年1月生まれの幼児	9日(火) 12:15~12:45	

※2歳児発達健診は2歳6か月児が対象です。問診票は子どもすこやか手帳の「2歳6か月児健診問診票」を使用します。

●母親教室 ※保育が必要なかたは1週間前までに申し込みください。

対象	持ち物	受付時間	ところ・問い合わせ
妊婦のかた	▶母子健康手帳	25日(木) 12:30~13:00	保健センター 問健康増進課 ☎⑤6792

●各種相談

内容	受付時間	ところ・問い合わせ
◆幼児相談 言葉など子どもの発達の心配や子どもへの接し方がわからないなど悩みがある親子	4日(木)9:30~ ※要予約	保健センター 問健康増進課 ☎⑤6792
◆こころの相談 心の悩み、不眠、飲酒など気がかりのある市民、家族	8日7日(水) 14:00~15:00 ※8月5日(月)まで要予約	保健センター 問健康増進課 ☎⑤6791
◆栄養相談 市内在住のかた	19日(金) 9:30~・13:15~ ※17日(水)まで要予約	
◆もの忘れ相談 もの忘れや認知症の不安がある65歳以上の市民、家族	24日(水) 14:00~15:30 ※19日(金)まで要予約	市役所新館3階会議室A 問高齢介護課 ☎⑤6720
◆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	24日(水)※要予約 継続のかた ▶9:30~10:30 新規のかた ▶10:30~11:00	上十三保健所 問☎③4261
◆B型・C型肝炎検査 一般のかた	2日(火)・16日(火) 13:00~14:00 ※要予約	
◆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かた	17日(水)※要予約 13:00~14:00	上十三保健所 問☎③8450
◆女性健康相談 思春期や不妊、更年期障害などにお悩みのかた	16日(火) 10:00~10:30	
◆エイズに関する相談 一般のかた	2日(火)・16日(火) 13:00~14:00 ※要予約	

●献血のお知らせ 問健康増進課健康管理係☎⑤6790

実施予定日	時間	場所
9日(火)	9:30~11:00	(株)福萬組
	12:15~16:00	北里大学学生ホール前
20日(土) 27日(土)	10:00~11:45	イオンスーパーセンター十和田店
	13:00~16:00	

子宮頸がん・乳がん・大腸がん検診 無料クーポン券が届いたかたへ

市では、5月下旬に対象のかたへ下記のがん検診無料クーポン券と検診手帳を送付しております。クーポン券が届いたかたは、この機会にぜひ検診を受診しましょう。



対象 (平成25年4月1日時点の年齢)

- ①子宮頸がん検診
20・25・30・35・40歳の女性
- ②乳がん検診
40・45・50・55・60歳の女性
- ③大腸がん検診
40・45・50・55・60歳の男女

有効期限 平成26年2月28日まで
※クーポン券を紛失した場合は再発行しますので、お問い合わせください。

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

日本脳炎予防接種を受けましょう

対象 平成7年4月2日生まれ以降のかたで、3歳以上のかた
※今年度は小学1・2年生および高校3年生のかたに予診票を6月中に郵送しています。
※予診票をお持ちでないかたは母子健康手帳を持参の上、保健センターにお越しください。

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

夏は特に注意！ 食中毒を予防しましょう

夏は食中毒が発生しやすい季節です。施設・飲食店などでの集団食中毒のほか、各家庭でも起こります。これからの季節、家庭の台所でも食品の取り扱いなどには十分注意し、予防を心がけましょう。

- ▶家庭でできる食中毒予防のポイント
- ・食品は鮮度や消費期限などに気を付けて購入する。
 - ・加熱して調理する食品は十分に加熱する。
 - ・食事の前に手を洗う。
 - ・冷蔵庫の詰めすぎに気を付ける。
 - ・冷凍食品の解凍は冷蔵庫の中や電子レンジで行う。

問健康増進課保健指導係☎⑤6792



大きくな～れ！ 北園幼稚園園児らがひまわりの種まき

6月17日、十和田湖温泉スキー場で、学校法人青森山田学園青森大学附属北園幼稚園（沢目玲子園長）の園児ら約50人が、ひまわりの種を植えました。ひまわりの品種は「キッズスマイル」で1～1.5mほどの高さに成長するもの。園児らは、土に指で穴を掘り、ひまわりの種を丁寧に植えていました。

蛭名政成くん（6歳）は「ひまわりが咲くのが楽しみ。咲いたら見に来たい」と、話しました。



園児らは、「大きくな～れ」「きれいに咲いてね」と、声を掛けながら植えていました

園児らがエコ活動をまとめた壁新聞が評価 緑と太陽の保育園「エコまる賞」受賞

社会福祉法人さつき会・緑と太陽の保育園（小山田千夏子園長）のこどもエコクラブ「グリーン・キッズ」が、こどもエコクラブ全国事務局（公益財団法人日本環境協会）が実施した平成24年度全国壁新聞コンクールの幼児部門で「エコまる賞」を受賞しました。園児を代表して表彰状を受け取った立崎柚ちゃんと佐々木嵐くん（ともに5歳）は「賞をもらえてうれしい。普段も、ゴミ拾いをしたり、ゴミの分類をしています」と、話しました。



5月29日に同保育園で行われた表彰式。（写真左から）立崎柚ちゃん、佐々木嵐くん、エコまるくん

全国の強豪が集う札幌YOSAKOIソーランまつり 馬花道ジュニア日本一獲得

6月5日から9日にかけて北海道札幌市で行われた「第22回 YOSAKOI ソーランまつり」のジュニア大会で、十和田市のよさこいチーム「馬花道」（対馬秀代表）の「馬花道ジュニア」が初出場で大賞を受賞しました。

ジュニア大会には全国から18チームが参加。馬花道ジュニアは官庁街通りをテーマにした曲「道」を演舞しました。チームリーダーの中村ののかさん（甲東中・2年）は「日本一の夢が叶った」と、喜びを話していました。



念願の日本一を獲得した馬花道ジュニアの皆さん

未来の科学の夢を描いた絵 全国絵画展で市内児童7人入賞

（公社）発明協会が主催する「第35回未来の科学の夢絵画展」の小学校・中学校の部で全国9,840点の応募の中から市内の児童7人が入賞しました。

優秀賞を受賞した市川堅太くん（ちとせ小・5年）と工藤和貴くん（南小・5年）は「自分たちの絵が入賞してとてもうれしい。来年はもっと上の賞をとれるように頑張りたい」と、うれしそうに話しました。入賞した作品は、（公社）発明協会のホームページで閲覧できます。



（写真左から）小山田市長、入賞した児童ら、佐々木忠一青森県発明協会会長

奥入瀬エリアの観光総合案内所 hakocco オープン

6月1日、十和田湖温泉スキー場第一駐車場内に、奥入瀬エリアの観光総合案内所「hakocco（ハコッコ）」がオープンしました。これは、市内からの中継地として、奥入瀬溪流・十和田湖へのアクセス、宿泊、体験などの観光案内や、足湯、アートクラフトなども体験できる多目的スペースです。奥入瀬観光コンシェルジュが情報発信や奥入瀬パトロール、ネイチャーガイドを行います。

☎奥入瀬インフォメーション・ハコッコ ☎2700



自然の中でクラフト体験などできるハコッコ

災害時の連携を確認 十和田市総合防災訓練

5月30日、市役所、奥入瀬川河川敷（御幸橋付近）、市立藤坂小学校（丸井英子校長）を会場に平成25年度十和田市総合防災訓練が開催されました。

訓練は、大雨洪水警報が発表された中、市では震度6強を観測、家屋の倒壊や火災などを想定して行われました。十和田市赤十字奉仕団など24団体、約500人が参加。避難訓練や避難所開設、消火訓練などが行われ、各団体が災害時の対応を確認しました。



藤坂小学校では、児童らが見学する中、消火訓練や救助救出訓練が行われました



ゴボウの付加価値を高め、地域と連携した商品開発

三農ごぼうガールズ、ゴボウスイーツを開発

県立三本木農業高校（荒谷隆男校長）の生活科学科3年生の生徒12人によるごぼうガールズが、ゴボウを使ったスイーツを開発しました。

ごぼうガールズは、青森県が生産量日本一のゴボウのPRや規格外のゴボウの有効活用のため、昨年からのレシピの開発や企業へのPR活動などを行いました。商品は、(株)柏崎青果（おいらせ町）が開発した「黒ごぼう」を使用したパウンドケーキと、(有)丸井精米工場の「ごぼうパウダー」を使ったクッキーの2点。いずれも十和田産の米粉も使われ、製造は(株)大竹菓子舗が行い、市内で販売も行われています。

6月14日、同校で「高校生による地域活性化フォーラム」が行われ、生産者や野菜ソムリエなどが参加。ごぼうガールズを代表し、附田榛佳さんと平内麻衣さんが活動の成果を発表。「地域との連携を大切にし、みんなで地域おこしをしていきたい」と話しました。その後開発中のゴボウソフトクッキーの試食を行い、参加者から意見を募っていました。

(有)丸井精米工場の丸井扶美夫代表取締役は「地域のさまざまな企業と連携する取り組みを実現させ、新しい風を吹かせてくれた。今後もぜひ続けてほしい」と、話しました。



おそろいのコスチュームのごぼうガールズの皆さん



新商品開発に向けて、参加者から熱心に意見を聞いていました。卒業する前までに商品化したいと意気込んでいます

十和田産品
わたしたちが
売ってます
第15回



十和田湖増殖漁業
協同組合・組合長
こばやし よしみ
小林 義美 さん
昭和18年生まれ。
林業に従事しつつ、
十和田湖ひめます漁
業や資源管理に努め
ています。



十和田湖の名産・幻の魚
十和田湖ひめます

食べられる魚が一匹もすんでいなかった十和田湖に明治36年、養殖に成功した和井内貞行さんが放流したのが始まり。現在、十和田湖増殖漁業協同組合がふ化事業を行っています。まったく臭みがなく、甘みがあり、刺身や塩焼きがおすすめ♪



● **ひめます漁はいつから始めましたか？**

宇樽部出身なので、小さい頃から父に連れられて漁に行っていました。ひめます漁でもうかることはほとんどありませんが、受け継いでいくということはとても大事だと思っています。

● **ひめます漁はどのように行いますか？**

ひめますの回遊性を利用して、網にかかるのを待つ「さし網漁」という方法です。

毎朝4～5時には、仕掛けておいた網にかかっているひめますを捕りにいきます。網を引っ張るとキラキラと銀色に光るひめますが見え、思わず笑顔になります。

● **「十和田湖ひめます」はどのような存在ですか？**

単なる魚・食材としてだけでなく、観光資源としての役割があると思います。観光地はお客さんが来なければ意味がない。漁師がいないとひめますも捕れないし、ひめますがなくなったら観光

資源が減ります。だから観光地に住む我々が、資源を生かして活路を開かなければなりません。特にひめますは、どこにでもすむ魚ではないし、資源管理がとても難しい魚。まさに幻の魚です。青森・秋田両県にまたがる「宝」ですね。

● **今後の豊富を教えてください。**

漁協では、「大間のまぐろ」や「大鰐温泉もやし」のように、地名を生かして「十和田湖ひめます」という名で地域団体商標登録を目指しています。現在、「十和田湖ひめます」をブランド化し盛り上げようと、たくさんのかたが応援しています。魚をブランド化するだけでなく、漁協としても、漁業方法や冷凍技術、加工技術など、さまざま勉強をして、付加価値を高める方法も学んでいきたいと思っています。

問とわだ産品販売戦略課 ☎ 0196 6743

あなたの街の
法律相談



～第8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、「給料・残業」についてです。

問まちづくり支援課 ☎ 0196 6777

Q 毎日残業をしていますが、社長が「うちの会社は残業代はない」と言っています。

A 通常の雇用契約であれば、残業代を払わないということはできません。そのような慣行があったとしても、法律違反であって、法律に基づいて計算された金額の残業代を支払ってもらえます。つまり、社長が残業代ゼロと言っても法律の世界では通らないのです。

Q 社長が突然「今月から給料を減額する」と言い出しました。

A 給料の減額は、①給与規程が変更され、変更が正当な理由に基づく場合、②本人の同意がある場合など、限られた場合にしか認められません。仕事のミスなどを理由とする減給処分も簡単には認められません。一方的な給料の減額はかなり難しいと言えます。

Q 会社を辞めたあとでも、未払いの給料・残業代を請求できますか。

A 会社を辞めても請求できますが、給料などには2年の時効があります。つまり、平成25年7月に請求するならば、支払日が平成23年7月以降の給料・残業代だけになります。また、必ず問題になるのが残業時間の証拠です。普段からタイムカードをコピーしたり、タイムカードがない会社なら出社・退社時刻を手帳にメモするといった予防策をお勧めします。

Q 辞めるときに「今後残業代を請求しない」との確認書に署名してしまいました。

A このような書面に署名すると、残業代を請求できなくなる可能性があります。署名を求められたときは、内容をよく確認し、安易に署名しないように注意してください。

Q 社長が給料・残業代を払わないの一点張りです。

A まずは労働基準監督署に相談しましょう。労基署が会社に対し指導することがあります。それでも明らかでない場合は、訴訟・労働審判を行うことになるでしょう。

(文責・弁護士 十和田 亘)
弁護士法人十枝内総合法律事務所
☎ 0196 4005



市役所代表

☎②③ 5111
FAX ②② 5100

***お知らせの表記**
問…問い合わせ先
申…申し込み先
HP…ホームページ
※費用の記載がないものは無料です。

人権相談をご利用ください

法務省では、本市在住の10人のかたに人権擁護委員を委嘱しています。毎日の暮らしの中でのいじめや体罰、家庭内暴力、近所とのめめごとなどの相談に応じます。相談内容の秘密は厳守しますので、お気軽にご利用ください。

※人権擁護委員の退任および就任

6月30日付で葛巻信夫さん、柴田久子さんが退任し、新たに太田毅さん、菊池佳子さんが就任しました。

◆人権擁護委員が全国表彰を受賞

多年、地域住民の人権擁護と人権思想の普及に貢献された功績により、人権擁護委員の柳澤博子さんが全国人権擁護委員連合会長表彰を受賞しました。

問 まちづくり支援課 ☎⑤① 6777

夏季における市職員の服装

9月末日まで「夏季の軽装期間」として、暑さをしのぎやすい服装で仕事をします。皆さんのご理解をお願いします。

問 人事課 ☎⑤① 6705

外国人住民の皆さんへ

7月8日(月)から外国人住民のかたにも「住基ネット」の運用が開始され、「住基カード」の交付を受けることができるようになります。

問 市民課 ☎⑤① 6755

三沢一札幌(丘珠)線が就航します

7月1日から三沢一札幌(丘珠)線が就航します。旅行や仕事などにご利用ください。

運行時間 1日1往復

▼三沢発午前11時35分↓札幌着午後零時35分
 ▼札幌発午前10時5分↓三沢着午前11時5分

問 政策財政課 ☎⑤① 6711

有毒植物に要注意!

毎年、山菜採りなどで誤って有毒な野草を口にしたことによる食中毒が発生しています。知らない山菜は採取しないようにし、調理の際にも一度確認しましょう。判断に迷うときは、専門家や最寄りの保健所などに問い合わせてください。

問 上十三保健所 ☎②③ 4261

まちなか住宅取得補助事業

まちなかの活性化を図るため、「まちなか居住区域」に住宅を建築または取得されるかたに経費の一部を補助します。

補助限度額 100万円

居住面積 66㎡以上

要件 ▼まちなか居住区域外から転居または転入すること

▼補助金の交付を受けた日から5年以上定住すること

▼市税などを滞納していないこと

※このほかにも要件があります。必ずご確認ください。

福祉課からのお知らせ

■7月から子ども医療費給付事業の所得判定年度が変わります

7月から平成25年度の所得課税で判定を行います。今まで所得制限により該当ならなかったかたで、新たに該当すると思われるかたは、窓口でご確認ください。

必要な物 ▼健康保険被保険者証(子の分) ▼印鑑 ▼父と母の通帳(口座のわかるもの) ▼父と母の所得課税証明書

■ひとり親家庭等医療費受給資格証の更新

現在使用している資格証の有効期限が、7月31日(水)までとなっておりますので、更新手続きを行ってください。

受付期間 7月1日(月)～31日(水)(土・日曜日、祝日を除く)

午前8時30分～午後5時15分

必要な物 ▼現在使用している受給資格証(青色) ▼健康保険被保険者証(本人と子の分) ▼印鑑 ▼所得課税証明書

◆いづれも

受付場所 福祉課子育て支援係

※所得課税証明書の無料交付申請書を福祉課窓口で配布します。

※1月1日現在で本市に住民登録の無かつたかたは、以前お住まいの市区町村から平成25年度所得課税証明書を取得してください。

問 福祉課 ☎⑤① 6717

	補助対象経費	補助金額
建築する場合	建物の本体建設工事にかかる経費。ただし、店舗等併用する場合は、居住の用に供する部分のみ対象	補助対象経費の10%に相当する額以内。ただし、100万円を限度とする。
取得する場合	建物取得に要する経費。ただし、店舗等併用する場合は、居住の用に供する部分のみ対象	
まちなか居住区域	▶稲生町全部 ▶東一番町1～4・7 ▶東二番町1・2 ▶東三番町1～9・24・25 ▶西一番町17・19・21・23 ▶西二番町全部 ▶西三番町1～4・7 ▶西十一番町22・24 ▶西十二番町全部 ▶西十三番町1・2・4	

問 商工労政課 ☎⑤① 6773

浄化槽整備事業「普及促進補助金」を実施します

市では、市町村設置型浄化槽事業で新設する小型浄化槽の個人負担の軽減を図るため、普及促進補助金を交付します。

対象 浄化槽設置区域内において、

市町村設置型浄化槽事業で新設し、平成26年2月28日までに供用開始する小型浄化槽

補助金額 1基に対し、一律11万円
管理課 ☎ 4515

市内各所でプールがオープン

水温の低い日や雨の日は利用を中止する場合があります。

■若葉公園児童プール

開設期間 7月16日(火)～8月25日(日)

▼午前9時30分～11時45分

▼午後1時～3時50分

■都市整備建築課 ☎ 6737

■市民、十和田湖、洞内プール

開設期間 7月7日(日)～8月25日(日)

▼午前9時30分～11時30分

▼午後1時～4時30分

定休日 ▼十和田湖プール 月曜日

▼洞内プール 水曜日

■市民プール

☎ 4677

十和田湖プール

☎ 2136

洞内プール

☎ 3270



独居高齢者の食生活に関する調査協力をお願いします

青森県立保健大学では、高齢者の健康や食生活の状態を把握し、今後の食に関する環境の整備や支援方法の可能性について検討するために調査を行います。

対象 65歳以上で一人暮らしのかた(無作為に選ばれた一部のかた)

調査方法 ▼一次調査(7月中旬頃) 郵送調査

▼二次調査(9月中旬頃) 一次調査

回答者の中の約200世帯を訪問し、調査員が聞き取り調査

■青森県立保健大学健康科学部栄養学科・草間
☎ 01777654147

■介護支援専門員実務研修受講試験

試験日 10月13日(日)

試験会場 八戸市ほか

試験案内配布期間 7月16日(火)まで

配布場所 ▼高齢介護課(市役所新館1階) ▼市社会福祉協議会(市民図書館2階)

※県社会福祉協議会ホームページにも掲載しています。

■青森県社会福祉協議会
☎ 01777324335

■青森県社会福祉協議会

☎ 01777324335



平成26年度地域振興助成事業について

(公財) みちのく・ふるさと貢献基金では、平成26年度「地域振興助成事業」の募集をしています。

募集期間 7月1日(月)～9月30日(月)
※詳しくはホームページをご覧ください。さい。

HP <http://www.michinoku-furusato.or.jp>
☎ (公財) みちのく・ふるさと貢献基金 ☎ 01777741179



■アネックススポーツランド期間業務職員募集

対象 市内に住所を有し、昭和23年4月2日以降に生まれたかたで、パソコンの入力ができ、草刈り機を使用できるかた

任用期間 7月16日(火)～平成26年3月31日(月)

勤務条件 週5日(休日は交代制で、土・日曜日、祝日の勤務あり)

午前8時30分～午後9時15分(早番・遅番の交代勤務)

※週1日は4時間勤務

賃金 日額7600円

半日額3800円

※いずれも社会保険、雇用保険加入

業務内容 施設の受け付け、維持管理、草刈りなどの環境整備作業

【有料広告欄】 総務課広報男女参画係 ☎ 6702

消費者金融が倒産する前に！

借金の相談無料、任意整理1社2万5千円

- ①大手消費者金融へ5年以上返済を続けている。
- ②金利が25パーセント前後だった。

上記①、②に該当した方は過払い金が戻ってくるかもしれません。一度ご来所いただくだけです。お電話ください。

アカシアの森法律事務所 弁護士 今井 正
☎0176-51-4317 住所 十和田市西二番町8-4

募集人員 2人
申込期限 7月8日(月)必着
午前8時30分～午後5時15分
(土・日曜日を除く)
提出書類 ▼履歴書(市販のものに顔写真貼付) ▼普通自動車運転免許証の両面の写し
※郵送の場合
封筒の表に「運動施設期間業務職員申込」と朱書きし、次へ
〒034-0301 十和田市大字奥瀬字中平70の3
スポーツ・生涯学習課あて
スポーツ・生涯学習課 ☎ 2317

第21回青森県民駅伝競走大会選手選考会出場者募集

市代表選手の選考会を行います。
対象 高校生以上の市民、市内に勤務するかた
とき ▼1回目 7月6日(土)
午後5時30分受付 6時スタート
▼2回目 7月20日(土)
午後5時30分受付 6時スタート

※小雨決行
ところ 市陸上競技場
距離 男子5km、女子3km
申込期限 各選考日前日
申込期間 各選考日前日
申込期間 各選考日前日

申込期間 各選考日前日
申込期間 各選考日前日
申込期間 各選考日前日

アドベンチャーキャンプ参加者募集

市子ども会育成連合会が主催するキャンプです。
対象 おおむね小学5年～中学3年生
とき 8月5日(月)～9日(金)
ところ 公立小川原湖青年の家
定員 24人(先着順)
内容 乗馬、カヌー、木登りなどの体験
参加費 8000円
(説明会で徴収)



参加者説明会

7月2日(火)～10日(水)
とき 7月25日(木) 午後7時～8時
ところ 中央公民館

申込期間 7月2日(火)～10日(水)
申込期間 7月2日(火)～10日(水)

申込期間 7月2日(火)～10日(水)
申込期間 7月2日(火)～10日(水)

ナイトハイクホテル観察会参加者募集

優しく光るホテルを友達や家族と一緒に楽しみましょう。
とき 7月20日(土)
午後7時～8時30分
※小雨決行、中止の場合は学習会
集合場所 東公民館
定員 40人
持ち物 懐中電灯、防虫スプレー、雨具、長靴など
申込期限 7月16日(火)
申込期間 7月16日(火)

一本木沢ビオトープ協議会(東公民館内) ☎24)90000

一本木沢ビオトープ協議会(東公民館内) ☎24)90000

北里大学短期入学体験参加者募集

対象 小学5年～中学3年生
とき 8月7日(水)
午前9時～午後4時
集合場所 北里大学正門前
定員 40人
持ち物 筆記用具、ハンカチなど
申込期間 7月12日(金)～25日(木)
※汚れてもいい服装で参加してください。
さい。サンダル履きは禁止です。
なお、昼食は大学学食が提供されます。



東公民館

巨木めぐりツアー参加者募集

東北巨木調査研究会会長高渕英夫さんのガイドで巨木めぐりツアーを実施します。

①黒石市の日本一のポプラ、ケヤキめぐり

とき 7月28日(日)
参加費 3500円

②市内の奥入瀬溪流・板ノ沢などの三頭木めぐり
とき 9月1日(日)
参加費 2500円

募集人員 各40人
集合場所 奥入瀬ろまんパークに午前8時30分
持ち物 昼食、飲み物
申込期間 7月4日(木)～8日(月)
午前9時～午後4時(日曜日を除く)

※歩きやすい靴、服装で参加してください。

申込期間 7月4日(木)～8日(月)

申込期間 7月4日(木)～8日(月)

申込期間 7月4日(木)～8日(月)

夏休み学習支援教室参加者募集

対象 小学1～3年生(保護者の送迎ができること)
とき 8月6日(火)～9日(金)
午前9時～正午

ところ 市勤労青少年ホーム

内容 学習および工作・料理などの体験学習を予定

参加費 500円(教材費など)

定員 各学年7人程度(先着順)

申込期限 7月29日(月)
申込期間 7月29日(月)
申込期間 7月29日(月)

【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 ☎51)6702

《お気軽にご相談ください》

十和田ひまわり基金法律事務所 《青森県弁護士会所属》 弁護士 橋本明広
十和田市西三番町1番42号 NTT十和田ビル2階

取扱業務

民事全般、不動産、離婚、相続、成年後見、債務整理、会社関係、刑事
(上記以外の事件も取り扱っています。)

相談料 初回60分 5,250円(税込)

(個人の多重債務相談は無料です。)

相談は電話又は来所による予約制です。

☎0176 (21) 5162 (受付時間 平日9時～17時30分)
<http://www.towada-himawari.com>

在宅介護センター 居宅介護支援 訪問リハ 訪問介護 通所リハ 施設入所 短期入所

社会福祉法人 みやぎ会

介護老人保健施設 とわだ

〒034-0107 十和田市大字洞内字長田 60-6

TEL 0176-27-3131

MAIL : jimu-towada@sg-miyagikai.or.jp HP : <http://sgtowada.blog36.fc2.com/>

広告掲載募集

■市が使用している公用郵便封筒

▶募集内容 ☎総務課 ☎⑤ 6701

募集規格	長形3号	角形2号
募集枠	封筒裏面4枠以内 (1枠 縦4cm×横8cm)	封筒裏面6枠以内 (1枠 縦8cm×横10cm)
印刷枚数	30,000枚	15,000枚
掲載料	1枠45,000円	1枠20,000円

▶申し込み方法 所定の申込書に原稿を添えて提出

▶申込期限 7月31日(水)

※申込書は総務課に備え付けてあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

■第9回十和田市老人福祉大会プログラム

☎高齢介護課 ☎⑤ 6720

9月26日(木)開催の「第9回十和田市老人福祉大会」のプログラムへ掲載する広告を募集します。

▶募集内容

募集枠	最大で18枠(1枠 縦9cm×横18cm)
発行部数	1,000部
掲載料	1枠5,000円

※1ページ当たり3枠上限、白黒印刷になります。

▶申し込み方法 所定の申込書に原稿を添えて提出

▶申込期限 7月26日(金)

※申込書は高齢介護課に備え付けてあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

広告入り封筒の寄附希望者募集

☎市民課 ☎⑤ 6755

住民票などの各種証明書を持ち帰るときに使用する市民課備え付けの封筒を寄附して下さる事業者を募集します。この封筒は、市で規格、デザインなどを指定しますが、余白部分に広告を掲載することができます。

▶募集内容

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	15,000枚	20,000枚

▶申し込み方法 所定の寄附申込書を提出

▶申込期限 7月22日(月)

※申込書は市民課に備え付けてあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

..... 指定管理者募集

●仲よし会

☎福祉課 ☎⑤ 6716

施設名	三本木小学校仲よし会
	北園小学校仲よし会
	南小学校仲よし会
	東小学校仲よし会
	西小学校仲よし会
	藤坂小学校仲よし会
	ちとせ小学校仲よし会
	沢田小学校仲よし会
	法興小学校仲よし会
指定期間	平成26年度～30年度(5年間)
募集要項配布期間	7月19日(金)～31日(水)
募集要項配布場所	福祉課
申込期間	8月15日(木)～30日(金)
説明会	とき 7月30日(火) 午後2時 ところ 市役所新館4階会議室 ※参加の場合、7月26日(金)午後5時までに申し込みをしてください。

●市営宇樽部キャンプ場

☎観光推進課 ☎⑤ 6771

指定期間	平成26年度～28年度(3年間)
募集要項配布期間	7月16日(火)～31日(水)
募集要項配布場所	観光推進課
申込期間	8月12日(月)～30日(金)
説明会	とき 7月31日(水) 午後2時 ところ 市役所新館4階会議室 ※参加の場合、7月30日(火)午後5時までに申し込みをしてください。

●十和田地域広域斎苑(火葬場)

☎十和田地域広域事務組合事務局業務課 ☎⑧ 2654

指定期間	平成26年度～30年度(5年間)
募集要項配布期間	7月1日(月)～8月9日(金)
募集要項配布場所	十和田地域広域事務組合業務課
申込期間	8月2日(金)～8月9日(金)
説明会	とき 7月12日(金) 午後3時 ところ 十和田地域広域斎苑 ※参加の場合、7月8日(月)午後5時までに申し込みをしてください。

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申込先 総務課広報男女企画係 ☎⑤ 6702

いずみ法律事務所 弁護士 鈴木 陽大
弁護士 花生 耕子
青森県弁護士会所属

離婚、相続、不動産 交通事故、債務整理

その他、様々な法的なお悩みについて
法律問題の専門家である弁護士にご相談を

☆初回30分法律相談料無料

TEL 0176-58-6558

青森県十和田市西一番町17番6号 2階

http://izumi-law.sakura.ne.jp

入会会員募集中

< 経験を活かして働いてみませんか >

シルバー人材センターでは就業を希望する60歳以上の高齢者を募集しています

◆ 入会に関する説明会 毎月第2・第4水曜日開催(9時～)

仕事は…

- 家庭の草取り
- 空地等の草刈り
- 農作業の手伝い
- 庭木の手入れ
- 簡単な家事援助
- 荷物の運搬
- 軽易な大作業
- 蜂の巣駆除
- 家庭等の掃除
- 庭木薬剤散布 等



詳しくは

(公社) 十和田市シルバー人材センター ☎25-0222 まで

講座・教室

講座を開催してみませんか

「とわだ市民企画型講座」は、市民の皆さんが企画し、講師となる講座を市の主催講座として開催します。これまでに学んだ経験などを振り返り・地域づくりに役立てる企画を募集します。講師になってさまざまな活動に生かしてみませんか。

対象 市内在住のかたで講師活動などを職業としていないかた

申込期限 10月15日(火)

※申し込み方法など詳しくはお問い合わせください。また市ホームページにも掲載しています。

【申】スポーツ・生涯学習課 ☎(7)2318

さわやか健康講座

内臓脂肪を減らすために必要な運動量を実際に体験します。

対象 足腰に自身のあるかた(本格的な運動を行います)

とき 7月28日(日)

午後1時30分～3時

ところ 市総合体育センター

講座名 「内臓脂肪を減らして、お

なかをへこまそう」

講師 健康運動指導士

加藤 智子さん

定員 70人(先着順)

持ち物 中ズック、汗ふきタオル、床に敷くバスタオル、飲み物など

申込期限 7月19日(金)

【申】健康増進課 ☎(5)6791

夏休み子ども学び塾ゆめ寺子屋

対象 小学3～6年生
ときおよび内容

とき	内容
7月30日(火)	ユニカールで遊ぼう
7月31日(水)	動物に触れながら体験できる「犬、猫の飼い方としつけ方」
8月1日(木)	習字教室
8月2日(金)	出前トーク「りんごパワーについて」

※時間はいずれも午後1時30分から3時30分です。

ところ 南公民館

定員 各学年15人(申込多数時抽選)

申込期限 7月17日(水)

※申込時に参加可能な講座を選択してください。

【申】南公民館 ☎(2)4416

初心者水泳教室

対象 ①小学～中学生 ②高校生以上
とき 7月27日(土)・28日(日)

午後1時～5時30分

※28日は午後4時15分まで

ところ B&G海洋センター

定員 各30人

費用 ①1200円 ②2200円
(保険料など)

持ち物 水着、水泳帽、ゴーグルなど

申込期間 7月1日(月)～18日(木)

午前9時～午後8時(日曜日、祝日は午後4時まで)

申し込み方法 参加料を持参の上、市総合体育センターへ申し込み

【申】市総合体育センター ☎(25)5555

手話講習会

とき 7月10日～9月18日 毎週水曜日(全10回)※8月14日を除く
午後7時～8時30分

ところ 市民図書館

定員 30人程度

費用 無料(テキストのないかたは1200円)

持ち物 筆記用具

【申】市社会福祉協議会 ☎(23)2992

ところ 東公民館

国際料理教室

とき 7月22日(月)▼8月26日(月)▼9月30日(月)▼10月28日(月)▼11月25日(月)▼12月16日(月) 全6回
午前10時～正午

ところ 東公民館

内容 中国、韓国、ロシア、タイ、アメリカなどの料理

費用 ▼協会員1回1000円

▼協会員以外1回1500円

持ち物 エプロン、三角巾、メモ帳

申込期限 7月18日(木)

【申】NPO法人十和田国際交流協会・須田 ☎(53)8581

費用 1000円

持ち物 エプロン、三角巾、メモ帳

申込期限 7月18日(木)

【申】NPO法人十和田国際交流協会・須田 ☎(53)8581

公民館講座参加者募集

* 中央公民館

☎(23)5277

少年少女夏休みトキメキ体験教室

対象 小学生
とき 7月24日(水)、25日(木) 全2回
午後1時20分～3時30分
ところ 市民文化センター
内容 1日目・押し花作り 2日目・キッズダンス
定員 15人(応募者多数時抽選)
費用 500円(材料費)
申込期限 7月10日(水)

* 南公民館

☎(22)4416

夏休みプチシェフみなみ

対象 小学4～6年生
とき 7月23日(火)、24日(水)、25日(木) 全3回
午前10時～正午
内容 野菜の収穫体験など
定員 16人(応募者多数時抽選)
費用 1,000円
(材料費、全3回分)
申込期限 7月10日(水)





青少年育成十和田市民大会

「地域の教育力を高め、心豊かな子どもを育てよう」をスローガンに、美しい心・豊かな心・命を大切に育てる心を育てる活動の推進を目指します。

とき 7月19日(金)

午後6時30分～8時30分

ところ 市民文化センター

内容 ▼非行防止標語コンクール表彰

▼講演(市民大学講座第2講座と共催)

▼演題 「夢への挑戦」～世界への道のり～

▼講師 北京オリンピックソフト

ボール日本代表監督

齋藤 春香さん

問 スポーツ・生涯学習課 ☎ 23318

七夕フェア

スーパードールが可愛い、輪投げ、綿あめなどが出店する「お子様緑日」と昔懐かしい「ところてん突き」の体験販売も同時開催。リング酢を使用したオリジナルのタレでご賞味いただけます。

とき 7月6日(土)・7日(日)

午前10時～午後4時

ところ 道の駅とわだ

問 道の駅とわだ ☎ 3790

第30回記念奥入瀬川クリーン作戦

とき 8月4日(日) 午前8時30分～

ところ 奥入瀬川鮭鱒増殖漁業協同

組合広場(御幸橋下流)

▼クリーン作戦(清掃作業)

午前9時～

10時30分

▼クリーン広場

イベント

午前10時50分～

11時30分

内容 奥入瀬川クリーン運動標語コ

ンクール賞状授与、水神雷太鼓演

奏、ニジマスつかみ取り、お楽し

みくじ、焼肉コーナーなど

問 奥入瀬川クリーン対策協議会(外

郭団体事務室内) ☎ 6783



称徳館特別展

「めんこいふるさと展」

創作和紙人形、南部裂織、温湯こ

けし、えんぶり人形、切り絵、ミニ

チュアードールハウスなどめんこい作

品を展示します。

とき 7月27日(土)～9月1日(日)

午前9時～午後4時30分(最終入

館午後4時)

※月曜日休館、祝日の場合は翌日

ところ 馬事公苑称徳館

観覧料 一般300円、高校・大学

生100円、中学生以下無料

問 称徳館 ☎ 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。

湖畔の乙女・奥入瀬大滝の歌を歌う集い参加者募集

第10回目を迎え、今回は宿泊希望者も募ります。

とき 7月13日(土) 午前11時

ところ 十和田湖畔休屋乙女の像前

※午前10時30分集合。なお、当日は送迎バス(先着42人)を運行します。利用するかたは、午前8時45分までに市役所西側駐車場に集合してください。

費用 ▶1,000円(運営費など)▶10,000円(宿泊希望者)

申し込み方法 はがきまたはFAXで氏名、住所、電話番号、バス利用、宿泊希望の有無をお知らせください。

申込期限 7月8日(月)

申 ☎ 034-0031 十和田市東三番町5-32

「湖畔の乙女」を歌い継ぐ会事務局(藤田みつ)あて

☎・FAX ☎ 2356

第6回とわだ夏おどり

“ゆかたの似合う女性コンテスト” 出場者募集

対象 市内外問わず、すべての女性

部門 ▶グランプリ部門▶シニア部門(60歳以上)

▶ジュニア部門(3歳以上小学生以下)

申し込み方法 所定の応募用紙に必要事項を記入の上、写真(L版)を添えて事務局へ郵送してください。

※応募用紙は、市内公共施設および十和田地区東奥日報各販売店に備え付けてあるほか、ホームページからもダウンロードできます。

申込期限 7月27日(土)必着

コンテスト開催日 8月12日(月)

問 とわだ夏おどり実行委員会

(BUNKA 新聞社内) ☎ 090-2602-8097



七夕祭り

第10回南部裂織教室修了者展

とき 7月3日(水)～7日(日)

午前10時～午後4時

※3日は正午から開催

ところ 道の駅とわだ匠工房

問 南部裂織保存会 ☎ 8700

みんなで踊ろう三本木小唄

とき 7月5日(金)から毎週金曜日

10時～正午・午後1時～3時

ところ バラ焼きショップふじの

※動きやすい服装でご参加ください。

問 三本木小唄復元制作実行委員会・

花すず会 ☎ 090-5394-0502

TMG 48(トワダもてなしガールズ) 花組会員募集中

明るいまちづくりに関心のある十和田市在住・勤務の女性でイベントのお手伝いが可能なかた

対象 女性(年齢問わず)

年会費 1,200円

問 TMG 48代表・前田 ☎ 8484

リフレッシュヨガ教室

楽しく心地よくポーズをとることで心身を癒し、リフレッシュさせましょう。心と体のバランスを整えて、内面から美しく健康的な体を作ります。

対象 中学生以上のかた

とき ①毎週水曜日 午後7時～8時
②7月18日(木)・24日(水) 午前10時30分～11時30分

ところ ①スタジオエンゼル(みきの保育園隣)
②南公民館

定員 ①15人 ②10人

費用 ①3,000円(チケット4回分) ②無料

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、ハンドタオル、飲み物など

※動きやすい服装でご参加ください。

申込期間 ①なし②7月1日(月)～15日(月)

☎リフレッシュヨガ・新山 ☎090-3537-4602

ベビーとママ、プレママのヨガ

産前は運動不足を解消し、呼吸法で出産のイメージを膨らませ、産後は骨盤を引き締め下腹ポッコリを改善します。助産師の講話とベビーマッサージもお楽しみください。

とき ①7月27日②8月31日③9月21日④10月19日
⑤11月30日⑥12月21日⑦1月25日⑧2月22日
⑨3月29日 午前9時45分～11時40分(全て土曜日)

ところ 東公民館

対象 ▶①④⑦生後4カ月～1歳の母子(託児なし)
▶②⑤⑧妊娠5カ月以上の妊婦(医師に許可されたかた)
▶③⑥⑨産後1カ月～1年の母親(託児付)

費用 1,500円(託児希望のかたはプラス500円)

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、赤ちゃんお世話グッズなど

※動きやすい服装でご参加ください。

申し込み方法 電話またはメール

☎ご当地ヨガ実行委員会 ☎080-3501-6790
E-mail gotohchiyoga@gmail.com

十和田市子ども劇団演劇体験教室

「想像力とあそぼ」を題し、演じる楽しさをみんなと一緒に学びましょう。

対象 小学3～6年生

とき 7月5日(金) 午後6時30分

ところ 市民文化センター

※動きやすい服装でご参加ください。

☎事務局・大久保 ☎080-1834-5134

初心者浴衣着付け講座

とき 7月10日、17日、24日、31日
毎週水曜日(計4回)
午後7時～8時30分

ところ 勤労青少年ホーム

定員 15人(先着順)

持ち物 浴衣、帯、ひも2本

☎着付けサークル四季彩(勤労青少年ホーム内) ☎23 6708

盆栽展

とき 7月13日(土)・14日(日)
午前9時～午後4時

ところ 中央公民館

出展数 15席(予定)

内容 盆栽の作り方、管理の仕方を教えます。盆栽の素材も差し上げます。

☎十和田盆栽会・山本 ☎25 5633

ライアー奏者・池末みゆきの親子ライゲン

歌や楽器に合わせて、親子で動きを楽しみます。

対象 幼児、小学生とその保護者

とき 7月14日(日)
午後2時～3時30分

ところ 中央公民館

☎十和田シュタイナー教育を学ぶ会・石澤 ☎080-1833-4250

Let's!! 健康体操

運動不足のかたのための簡単な体操です。

とき 7月19日(金)
①初級 午後1時30分～2時30分
②中級 午後2時45分～3時45分

ところ 中央公民館

定員 ①初級10人 ②中級20人

費用 500円

持ち物 シューズ、マットまたはバスタオル、汗ふきタオル、飲み物など

申込期限 7月17日(水)

☎TOMOKO'S CLUB・加藤 ☎090-8580-9169

十和田市伝統文化継承事業「おやこふれあい教室」

対象 幼児・小学生・中学生とその保護者

とき 7月27日(土)
午後1時30分～3時30分

ところ 市民文化センター

内容 ▶日舞教室(花柳流花すず会)着付け、日舞
▶茶道教室(表千家玉掛社中)お茶やお菓子のいただきかた
▶花道教室(青山御流高木社中)花とふれあい、楽しいひとときを

費用 500円

申込期限 7月20日(土)

☎▶日舞・中尾 ☎090-5394-0502
▶茶道・玉掛 ☎090-3983-2633
▶花道・高木 ☎080-1809-1507

おしゃべりサロン「クローバー」

話し相手を求めているかたのためにサロンを開設します。おしゃべりを通してコミュニケーションをしたかたはお気軽においでください。

とき 7月26日(金)
午前10時～正午
午後1時30分～3時30分

ところ 市保健センター

☎傾聴サロンとわだ・木津 ☎22 5745、黒子 ☎090-2796-0999

第35回親子体操教室

対象 3歳ぐらい～小学6年生の親子

とき 8月1日(木)・2日(金)
午後6時～8時

ところ 市総合体育センター

持ち物 運動着、シューズなど

申し込み方法 当日受け付け

☎市体操協会・目時 ☎23 7288



現代美術館 イベント情報

☎ 1127

土・日は「まちなか Art ウォーキング」開催も！

flowers まちなか会場を約1時間で巡るガイドツアー

参加方法 午前11時までに休憩スペースに集合してください

■もっと！花のアート～手づくりワークショップシリーズ

今年の夏も美術館で手作り体験しませんか

ワークショップ名	とき	内容	費用など
フラワーホースプロジェクト	7月2日(火)より毎日(休館日除く) 午前11時～午後3時	称徳館の「u.ma」をフラワーホースに変身させる巨大花を作ります	子どもでも簡単に作れます
南部裂織の花コサージュづくり	①7月6日(土) ②7月28日(日) ◆いずれも 午前9時～正午	裂織のできたパーツを組み合わせて本格花コサージュ作り	▷費用 3,000円(材料費) ▷定員 各10人 (要予約) ※裁縫道具を持参してください。
フラワーソープバスケット作り	7月7日(日) 午前10時～午後3時	固形石鹸にピンを使ってリボンとお花を飾ってバスケットの形にします	▷費用 800円(材料費) ▷講師 蔵川朋子 ▷所要時間 60分
ピカッとピースでお花のアクセサリ	7月20日(土) 午前10時～正午	光を反射する素材です。ランドセルに付けたり、夜の散歩にいかがでしょう	▷定員 20人(要予約) ▷講師 miu.labo
ガラスピース ストラップ、ネックレス作り	7月20日(土) 午前10時～午後3時	インドピース職人のガラスピースでストラップを作ります	▷費用 500円(材料費) ▷講師 宮崎季子 ▷所要時間 30分
手作りがま口	7月21日(日) 午前10時～午後3時	和布・プリント布でオリジナルながま口を作ります	▷費用 600円(材料費) ▷講師 蔵川朋子 ▷所要時間 50分 ※裁縫道具貸します
実験：しずくフラワーを作ろう	7月23日(火) 午前10時～午後3時	蜂の巣のようなシートを切って窓辺に下げたりできる飾りを作ります	▷費用 500円(材料費) ▷講師 安齊将研究所 ▷所要時間 60分
南部菱刺しデニムバック作り	①7月25日(木) ②7月26日(金) ◆いずれも 午前10時～午後3時	「すてきにハンドメイド」で紹介されたデニムバックを一緒に作りましょう	▷費用 3,000円(材料費) ▷定員 各20人 (要予約) ▷講師 山田友子
津軽塗職人体験しませんか	7月28日(日) ①午後1時～2時30分 ②午後3時～4時30分	どんな模様が出てくるかな？研ぎ体験でオリジナルはし作り	▷費用 2,000円(材料費等) ▷定員 各10人 (要予約) ▷講師 北島栄理子 ※仕上げのため約1カ月後お届け
こけしの絵付け教室	7月30日(火) 午前10時～午後3時	小さな木製の木地に絵付けて自分だけの可愛いこけし作り	▷費用 500円(材料費) ▷講師 miu.labo ▷所要時間 60分
アイロン8ピースでアートな作品を作ろう	7月31日(水) 午前10時～午後3時	型に並べてアイロンするだけ！オリジナルキーホルダーが作れるよ	▷費用 500円(材料費) ▷講師 miu.labo ▷所要時間 60分

※いずれも市民活動スペースで実施します。また、定員の記載がないワークショップは申し込み不要、時間内ならいつでも参加できます。

エイトライン クーポン

使ってオトクに 楽しもう！

☎ 十和田エイト・ライン観光協議会
(十和田市観光推進課内) ☎ 5) 6772



十和田湖、小川原湖周辺エリアの楽しい、おいしいを皆さんに知ってもらうために5市町村(十和田市・三沢市・七戸町・東北町・新郷村)の観光施設や飲食店、温泉宿泊施設などで利用できる特典付きクーポン券を配布しています。

クーポン片手に家族や友人とエイトラインを巡ってみませんか。

お気に入りスポットや新しい発見で休日がもっと楽しくなりますよ！

クーポンがあるとオトク！



Sakura156の冷たいジェラードが割引



ほかにもオトクがいっぱい



十和田湖遊覧船の乗船料が割引

オトクに遊ぶ！
食べる！体験する！

クーポン配布場所



青森県観光物産センター(アスパム)やJR八戸駅、七戸十和田駅、5市町村の観光施設や道の駅など県内15カ所で配布しています。

◆十和田市配布場所◆

十和田市観光物産センター(AST内)、道の駅とわだ、道の駅奥入瀬、十和田湖総合案内所



内容	日時
◆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	1日(月) 8日(月)は十和田湖支所 午後1時～3時
◆人権相談 いじめや差別、家庭内や隣近所とのめごとなどの相談	12日(金)・26日(金) 午後1時～3時
◆法律相談 (定員7人) 相続、離婚、借金などの相談	24日(水) 午後1時～4時 ※17日(水)午前8時30分から予約開始
◆司法書士相談 (定員4人) 登記、相続、借金などの相談	18日(木) 午後1時～3時 ※11日(木)午前8時30分から予約開始
◆不動産相談 不動産の売買、不動産の賃貸借などの相談	11日(木) 午後1時～3時
◆くらしとお金の相談 多重債務・生活資金などの相談	10日(水) 午前10時～午後4時 ※要予約
◆消費生活相談 悪質商法、架空請求、製品事故などの消費生活の相談	毎週月～金 午前9時30分～午後3時30分 ※要予約
◆交通事故相談 交通事故による損害賠償、示談などの相談	16日(火) ※予約先県庁 ☎017-734-9235

※法律相談は今月から毎月実施します。
ところ まちづくり支援課市民相談室
☎まちづくり支援課 ☎⑤ 6777

内容	相談日
◆市税夜間納付窓口	1日(月)～5日(金) 29日(月)～8月2日(金)
◆市税夜間相談窓口	29日(月)～8月2日(金)

とき 午後5時30分～8時 ところ 収納課
☎収納課 ☎⑤ 6761

自死遺族のつらい

大切な人を自死で亡くされた同じ思いを抱えているかたが集まり、自分の体験や思いを心置きなく、ありのままに話せる安心な場です。

とき 7月27日(土) 午後1時30分～3時30分
ところ 八戸駅ユートリー
☎青森県立精神保健福祉センター ☎017-787-3957



7月10日(水)は市民無料デー
☎現代美術館 ☎⑩ 1127

免許証や保険証など住所が確認できるものをお持ちください。



休日当番医

☎健康増進課
☎⑤ 1181

7日(日)	かわむらクリニック ☎⑩ 1505
14日(日)	十和田第一病院 ☎② 5511
15日(月)	篠田医院 ☎③ 2022
21日(日)	阿部クリニック ☎⑤ 1122
28日(日)	十和田外科内科 ☎② 5151
8月4日(日)	鈴木内科医院 ☎⑤ 1111

■休日当番医の適正な利用に協力をお願いします
休日当番医は、休日に救急搬送が必要になったかたや急に具合が悪くなったかたが利用するものです。救急以外のかたはご遠慮ください。

その他の催し

<>…開始時間

2(火)	▶南公民館水墨画 さわやかサークル「墨に魅せられて」～市民文化センター (☎南公民館水墨画さわやかサークル・武内 ☎③ 2497) (～31日)
5(金)	▶第32回ふおるむ美術展<10:00>～市民文化センター (☎ふおるむ美術研究会・日野口 ☎③ 0646) (～7日)
12(金)	▶戸間替ワールド写真展<9:00>～市民文化センター (☎戸間替 ☎⑦ 3110) (～14日) ▶三本木霊園無縁物故者供養祭<10:00>～三本木霊園 (☎まちづくり支援課 ☎⑤ 6726)
13(土)	▶話しのサロン・こころの広場ルピナス<10:00>～勤労青少年ホーム (☎健康増進課 ☎⑤ 1181) (27日も開催) ▶語りの会・こま草「おはなしのゆうびんやさん」<10:30・13:30>～市民図書館 (☎市民図書館 ☎③ 7808) (27日も開催)
21(日)	▶カワイ音楽教室 上十三地区発表会 <①10:30②13:00③15:30>～市民文化センター (☎カワイ音楽教室 ☎0178-43-3222)
25(木)	▶がんばろう東北! 演歌! 夢の競演<12:30>～市民文化センター (S席5000円) (☎オカダ・プランニング ☎0225-22-0934)
27(土)	▶県立三本木高等学校附属中学校平成25年度学校説明会 <13:30>～市民文化センター (☎三本木高等学校附属中学校 ☎④ 1184) ▶第三ステージ支援事業 朗読奉仕会 第19回 朗読のひとつき～優しいおくりもの<①14:00②18:00>～市民文化センター (☎スポーツ・生涯学習課 ☎⑦ 2313)
28(日)	▶映画上映「シュガー ラッシュ」<①10:30②13:00>～市民文化センター (中学生以上900円、2歳児以上小学生以下800円) (☎青森映研 ☎017-721-3641) ▶普通救命講習会<9:00>～十和田消防署 (対象:中学生以上の市民) (☎十和田消防署 ☎④ 4115)
31(水)	▶平成25年度上十三地区小・中学校学校合唱交歓会 (兼第80回全国学校音楽コンクール上十三地区予選) <13:00>～市民文化センター (☎県音楽教育連盟上十三支部 ☎0175-64-0817(若葉小学校))

※催し物は都合により変更になる場合があります。



駒っこランドイベント情報

■牧場の朝を体験しよう

☎駒っこ牧場 ☎⑩ 6022

飼育員を体験してみませんか。

とき 8月1日(木)、3日(土)、4日(日)、22日(木)のいずれか1日
午前8時～10時

ところ 駒っこ牧場

参加料 1,000円

内容 馬の餌やり、手入れ、乗馬体験など

※軍手持参、汚れてもいい服装で参加してください。

定員 各日6人



■駒っこランド写真コンテスト

☎称徳館 ☎⑥ 2100

駒っこランドで撮影したものなら何でもOK!

申し込み方法 デジカメ、携帯などで撮影したデータを次のメールアドレスへお送りください (JPEG形式)。フィルムカメラで撮影した写真はA4程度にプリントし、応募用紙を添えて郵送または称徳館に提出してください。

申込期日 9月29日(日)

送付先 ▶メール photo@komakkoland.jp

▶郵送 〒034-0106 十和田市大字

深持字梅山1-1 称徳館あて





～Fireworks in Lake Towada～

第48回十和田湖湖水まつり

※15日(月・祝)は湖上火火大会予備日

7/13(土)14(日)

会場：十和田湖畔休屋中央広場

開会式
【13日午前11時～11時50分】
湖上火火大会
【13・14日午後8時～9時】
光・音・よさこいの競演
【13・14日午後8時～】
花火観覧船運行
【13・14日午後6時30分乗船開始】
乙女の像ライトアップ
【13日午後6時30分～10時】
フリーマーケット
【13・14日午前9時～日没】
十和田科学博物館
【13・14日午前10時～午後4時】

- そのほか、さかなのつかみ取りや音楽・演芸ステージなどさまざまなアトラクションが行われます
- 【15日午前9時～】“みなとオアシス十和田湖認定”記念クルーズを行います

■主催・問い合わせ先
十和田湖湖水まつり実行委員会
☎0176-75-2425 (社)十和田湖国立公園協会内)

2013 十和田納涼まつり

とき 7月26日(金) 午後5時～8時30分
会場 市相撲場 (雨天決行)

前売り券 1,500円
※ビール、ジュース、日本酒など
2杯分におつまみ2品付き

販売期間 7月18日(木)まで
販売場所 十和田商工会議所、稲本商事(株)AST内 (十和田市観光物産センター、クラージュ)、(財)十和田湖ふるさと活性化公社、上北農産加工農業協同組合

※フラダンス、よさこい演舞などステージイベントも行われます。

■問い合わせ先
十和田納涼まつり実行委員会
☎0176-23-7251 (稲本商事(株)内)

奥入瀬ろまんパークフェスティバル

とき 7月6日(土)・7日(日)
午前10時～午後5時
会場 道の駅奥入瀬

- ★とわだこ中央・八郷保育園児のキッズダンス
【6日午前10時30分～正午】
- ★郷土芸能フェスティバル
【7日午前10時～午後1時】
- ★うっちゃん・ミカちゃんライブ
【7日午後2時～4時】

※そのほか、よさこい演舞やハーレー試乗会、ヨーグルトや赤飯などの先着プレゼントも行われます。

■問い合わせ先
奥入瀬ろまんパークフェスティバル実行委員会 ☎0176-72-3201

人口と世帯 平成25年5月末現在 ※ ()内は前月比

- 人口/64,744人 (+8人) 男/31,006人 (-16人) 女/33,738人 (+24人)
- 世帯数/27,066世帯 (+36世帯)