

広報



とわだ

4

No. 138

2014



目次

求められる
「地域防災力」2

十和田市春まつり4

各公民館、市民文化センターの
サークル、講座をお知らせします10

保健衛生カレンダー12

中学校生活最後の合唱

3月10日に行われた市立東中学校の卒業式。122人の卒業生は旅立ちのセレモニーで、「桜ノ雨」、「東中賛歌」や「校歌」を合唱。仲間との別れを惜しみながら、澄んだ歌声を体育館に響かせていました。

Interview 自主防災会にお話を伺いました



向切田自主防災会
会長・白山 春男さん
地域の連携が減災につながる

向切田自主防災会は、地域が連携し、安全を確保するため、昨年7月に設立しました。設立前から防災活動は行って、豪雪のときは除雪作業を協力し合ったり、川が氾濫したときは、点呼を取って会員の無事を確認するなどしています。これは、普段からのコミュニケーションが生きていると思います。災害が起こったとき、被害を最小限に抑えるためには、自分たちが動き、連携して地域を守っていかねばなりません。今後、毎年避難訓練を行い、薪ストーブや発電機の確保、井戸の水質調査などにより、いざというときに備えていきたいです。

取って会員の無事を確認するなどしています。これは、普段からのコミュニケーションが生きていると思います。災害が起こったとき、被害を最小限に抑えるためには、自分たちが動き、連携して地域を守っていかねばなりません。今後、毎年避難訓練を行い、薪ストーブや発電機の確保、井戸の水質調査などにより、いざというときに備えていきたいです。

は街頭に消火器を設置したり、初期消火訓練を行っていました。現在は、市の助成で発電機を購入し、使用訓練を行っているほか、今年度から活動を見直し、防災活動を盛り上げていこうと意気込んでいます。また、1月には市で初めて防災士養成講座が開催され、各自立防災組織を中心に新たに30人の防災士が誕生、防災士がリーダーとなって、防災力の強化を図っています。このように市内でも防災活動が活発化しています。

地域とのつながりの重要性を再認識

地震や豪雨、大雪、火災など災害は突然起こります。いざというときに真っ先に行動できるのは、地域住民の皆さんです。地域とのつながりが希薄になって今、地域のつながりの重要性が再認識されています。日ごろからコミュニケーションを取り合うことが大切です。地域の安全は、地域住民の絆で守られています。



初期消火訓練を行う十和田市連合防災会の皆さん

地域の安全は地域で守る 求められる「地域防災力」

想定外の大規模災害だった東日本大震災。以降、大規模災害に対応できるよう防災活動の取り組みが各地で行われています。特に今、求められているのは「地域防災力」の向上です。被害を最小限に抑えるためには、災害が起こった直後、真っ先に対応できる地域住民の皆さんの力が必要です。今回、地域防災力のかなめである「自主防災組織」を紹介します。

地域で協力し合い、被害を最小限に

大規模な災害が発生したとき、消防や警察などの公的機関による救助や支援（公助）だけの対応には限界があります。災害時は「自分の身は自分で守る」（自助）と、地域や近隣がお互いに協力し合うこと（共助）により、早急に災害への対応ができ、被害を最小限に抑えることが「地域防災力」です。

地域防災力のかなめ 自主防災組織

地域防災力の中核を成す組織が町内会などで構成される「自主防災組織」です。地域防災力の向上と防災・減災対策において、重要な役割を果たします。自主防災組織は、単一町内会や近隣の町内会などで構成されています。災害のときに即座に対応できるよう、普段から避難場所の確認や点呼の取り方、資機材の確認などを自主的に行い、災害発生時に対応できるように取り組みを行います。

市内でも進む 自主防災組織化

市内では、昨年度16団体の自主防災組織が設立され、現在26団体が活動しています。昭和55年に設立した西部小稲自主防災会では、以前

自主防災組織を設立しませんか



自主防災組織について

- ▼町内会または近隣の町内会との共同組織として、平時や災害時の活動ができること
- ※戸数の少ない町内会は、近隣の町内会との共同設立が望ましいです。
- ▼活動拠点（集会所など）があり、災害時に地域住民の一時的な集場所とできること
- ※新設した自主防災組織には、防炎用資機材整備のために市から助成金が交付されます。

自主防災組織の設立を希望または検討している町内会などは、お気軽にお問い合わせください。 総務課防災係 ☎6703

「十和田市地域防災計画」を修正しました 総務課防災係 ☎6703

市は、平成17年度に策定した「十和田市地域防災計画」を、東日本大震災を踏まえ、大規模災害に対応するために内容を修正しました。

■主な修正点

- ①「自主防災組織の育成強化」を推進
「地域防災力」の向上を図るため、町内会などで組織される「自主防災組織」の設立や既存の団体の育成強化を推進します。
- ②災害時要援護者の名簿の作成
一人暮らしの高齢者や障害のあるかた、妊婦など災害時に特に避難支援を必要とするかたの名簿を作成します。



「防災マップ」を改訂しました

「十和田市地域防災計画」の修正に合わせて、防災マップを改訂しました。今月号と一緒に配布していますので、自分の避難場所を確認し、いつでも見られるような場所に置いて活用しましょう。



※「十和田市地域防災計画」の改訂版と「十和田市防災マップ」は総務課に備え付けているほか、市ホームページからダウンロードできます。

■ 平時や災害時の活動

- ① 防災訓練
初期消火訓練や救出方法、救護、炊き出し、避難誘導などの訓練
- ② 災害時要援護者の確認
一人暮らしの高齢者や妊婦など災害時に一人で避難することが困難なかたを事前に把握し、確認
- ③ 防災資機材の整備
発電機や消火器などの確保
- ④ 情報の収集や伝達
...など

2014 太素祭 5/3(土)～5月

祭り期間中は、北園小・十和田中・三本木高の吹奏楽の演奏や、十和田水神雷太鼓の太鼓演奏、RABラジオ公開録音「太素祭カラオケ選手権」など盛りだくさんのステージで皆さんをお待ちしています。詳しくはお問い合わせください。

ぼつり太素祭 園(一社)市観光協会 ☎ 3006



稲生川沿いを歩きませんか ～太素ウォーク2014～

十和田市 太素祭
太素ウォーク2013
一次土曜の朝 最長距離ウォーキング

とき 5月3日(土) 午前8時30分～
参加料 1,500円(当日受け付け) 申込期間 4月1日(火)～22日(火)
申(一社)市観光協会 ☎ 3006



◆◆◆ 新渡戸記念館イベント ◆◆◆

園新渡戸記念館 ☎ 4430

太素祭クイズ大会 ニトちゃん検定

～穴堰のなぞを追え!～

稲生川に関するクイズのほか、穴堰(トンネル) 工事体験コーナーもあります。ニトちゃん

とき 5月3日(土)午前9時～午後7時
4日(日)午前9時～午後6時
5日(月)午前9時～午後4時

■ 選奨土木遺産登録記念・稲生川の土木技術展

近代土木技術の粋と評価された稲生川工事の土木技術を分かりやすく紹介

とき 5月3日(土)～6月29日(日)


■ 未来遺産十和田・ふるさと見本市

郷土の自然、歴史、文化、食などの魅力を紹介

とき 5月3日(土)～6月29日(日)

特別無料開放

太素祭期間中は市外のかたも観覧料が無料です。




三本木原に農業用水を引き入れ、実りをもたらした新渡戸傳翁ら先人たちの偉業をウォーキングしながらとります。コースは3コース、体力に合わせて選ぶことができます。

【コース】

- ▶ Aコース (19 km) “十和田市開拓ゆかりのコース”
- ▶ Bコース (14 km) “ファミリーコース”
- ▶ Cコース (6 km) “らくらくコース”

※コース内容など詳しくはお問い合わせください。




十和田市 春まつり

4/20(日)～5/5(月)

夜桜のライトアップ

とき 4月20日(日)～5月5日(月)
午後6時～10時
ところ 官庁街通り・中央公園
園観光推進課 ☎ 6772



桜流鏝馬

とき 4月26日(土)・27日(日)
午前10時～午後2時
ところ 中央公園緑地
園桜流鏝馬実行委員会 ☎ 2945



Yosakoi 元気まつり 2014 in 桜の広場

とき 4月27日(日) 午後1時～3時
ところ 桜の広場
※雨天時アートステーショントワダ
園(一社)市観光協会 ☎ 3006



駒っランドオープン記念日

園馬車公苑称徳館 ☎ 2100

とき 4月29日(火)
内容 午後1時～3時

春を彩るハンギングリース教室

牧場で乗馬・馬車をご利用のかたにお花の苗をプレゼント(先着50人)

- ▶ 定員 20人
- ▶ 費用 3,000円
- ▶ 講師 英国王立園芸協会日本支部認定ハンギングバスケットマスター 山崎 俊幸さん
- ▶ 申込期限 4月15日(火)

※称徳館の観覧無料です。
「語りべの日」(南部弁による昔話)も開催します。

春の駒っランドまつり

5月3日(土)～6日(火)まで開催!
ステージイベントなどは、次号に掲載いたします。



奥入瀬ろまんパーク こいのぼりフェア

園道の駅奥入瀬 ☎ 3201

ろまんパークの 大空にこいのぼり!

とき 4月26日(土)～5月6日(火)

- ◆ 5月3日(土) 午前11時～ 甘酒プレゼント
- ◆ 5月5日(月) 子どもを対象におもちゃ・おからドーナツプレゼント!
(いずれも先着100人)



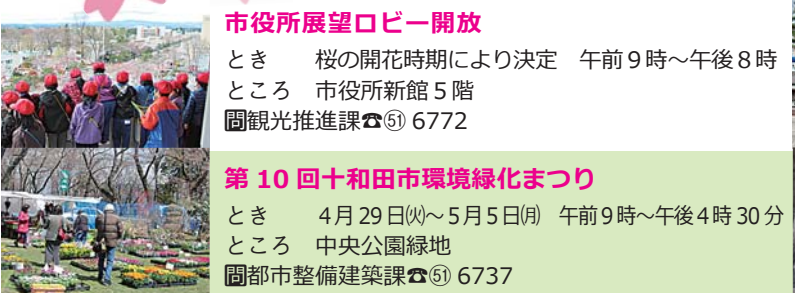
見所満載 Towada Spring Festival

市役所展望ロビー開放

とき 桜の開花時期により決定 午前9時～午後8時
ところ 市役所新館5階
園観光推進課 ☎ 6772

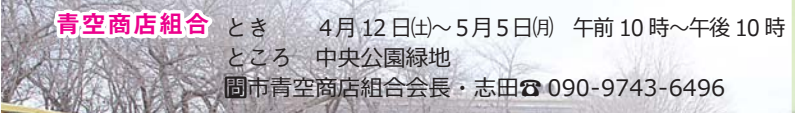
第10回十和田市環境緑化まつり

とき 4月29日(火)～5月5日(月) 午前9時～午後4時30分
ところ 中央公園緑地
園都市整備建築課 ☎ 6737



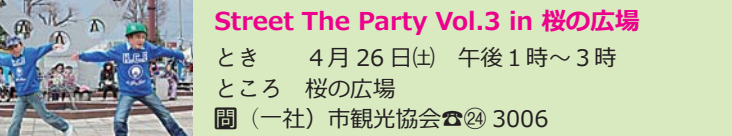
青空商店組合

とき 4月12日(土)～5月5日(月) 午前10時～午後10時
ところ 中央公園緑地
園市青空商店組合会長・志田 ☎ 090-9743-6496



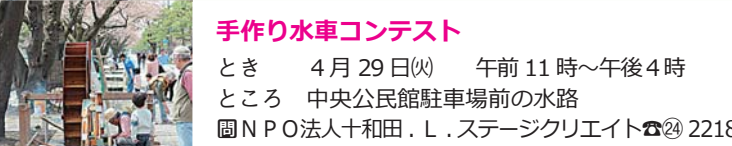
Street The Party Vol.3 in 桜の広場

とき 4月26日(土) 午後1時～3時
ところ 桜の広場
園(一社)市観光協会 ☎ 3006



手作り水車コンテスト

とき 4月29日(火) 午前11時～午後4時
ところ 中央公民館駐車場の水路
園NPO法人十和田・L・ステージクリエイト ☎ 2218



●●● そのほか ●●●

桜の呈茶会、琴の演奏会、体験乗馬、フリーマーケットなどが行われます。詳しくは(一社)市観光協会 ☎ 3006 へお問い合わせください。

さくらボランティア募集!

さくらの季節だけのボランティア募集!

とき 4月25日(金)～5月10日(土)
※詳しくはお問い合わせください。
園TMG48(トワダもてなしガールズ)事務局 ☎ 7580
2014年(平成26年)4月号 広報 とわだ 4



国民健康保険の届け出と負担割合の変更

☎国民健康保険課国保給付係 ☎⑤ 6750

次のことがあったら、必ず14日以内に届け出ましょう。

	こんなとき	持ち物
喪失手続き	就職や転職で職場の健康保険に加入した (職場の健康保険の被扶養者になった)	①国民健康保険被保険者証 ②資格取得証明書または職場の健康保険被保険者証(保険加入の月日が分かるもの)
	他市町村に転出する	国民健康保険被保険者証
加入手続き	学生用の国民健康保険被保険者証を持つかたが卒業、または就職により職場の健康保険に加入した	①国民健康保険被保険者証 ②卒業証書の写しまたは卒業証明書 ③資格取得証明書または職場の健康保険被保険者証(保険加入の月日が分かるもの)
	転職や退職により職場の健康保険をやめた (職場の健康保険の被扶養者から外れた)	①資格喪失証明書 ②母子健康手帳(妊娠されているかた)
その他	65歳未満のかたで定年退職を迎えた	①資格喪失証明書 ②年金証書(年金受給権のあるかた)
	他市町村から転入してきた	他市町村の転出証明書
その他	国保の資格のあるかたで、修学のため他の市町村に転出する	①印鑑 ②国民健康保険被保険者証 ③学校で発行する在学証明書(平成26年4月以降の在学証明書)
	▶転居した▶世帯主や氏名が変わった▶世帯を分けたり一緒にした 保険証をなくしたり、破損してしまった	国民健康保険被保険者証 ①本人確認できるもの(運転免許証など) ②印鑑

国民健康保険に加入の70～74歳のかたの医療費負担割合について

70歳から74歳のかたの医療費の負担割合は、法律上2割ですが、これまで特例措置により1割とされてきました。平成26年度からこの特例措置が見直されることとなり、平成26年4月2日以降に70歳になるかたの負担割合は2割になります(誕生日が昭和19年4月2日以降のかた)。

なお、窓口負担には毎月の負担上限額が定められていますが、70歳から2割負担になるかたは、69歳までと比べて上限額が下がります。

※平成26年4月1日までに70歳の誕生日を迎えたかたの負担割合は、特例措置により1割のまま変わらず、毎月の窓口負担上限額も変わりません。

※一定の所得があるかたは、これまでどおり3割負担です。

平成26年度、27年度の後期高齢者医療保険料が決まりました

均等割額と所得割額はこれまでと変わりません。☎国民健康保険課長寿医療係 ☎⑤ 6752
賦課限度額が2万円引き上げられ、57万円となりました。青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

保険料の決まりかた(年額)	均等割額 被保険者全員が納める額 40,514円	+	所得割額 所得に応じて納める額 基礎控除後の所得×7.41%	=	青森県の保険料額 (限度額57万円)
---------------	--------------------------------	---	--------------------------------------	---	-----------------------

保険料の軽減措置

世帯の所得などに応じて、引き続き実施されます。

●均等割額の軽減(5割、2割軽減の判定基準が拡大されました)

同一世帯内の被保険者と世帯主の所得額の合計	軽減割合
33万円以下かつ被保険者全員の年金収入が年額80万円以下(その他の各種所得がない)	9割
33万円以下	8.5割
33万円+(24万5千円×被保険者の数)以下	5割
33万円+(45万円×被保険者の数)以下	2割

●所得割額の軽減

被保険者の基礎控除後の所得額が58万円以下のかたは、所得割額が5割軽減されます。

●被用者保険の被扶養者であったかたの軽減

均等割額が9割軽減され、所得割額の負担はありません。

※被用者保険とは、全国健康保険協会管掌健康保険、船員保健、健康保険組合、共済組合などです。

転出・転入・転居などの手続きはお済みですか

☎市民課住民記録係 ☎⑤ 6755

入学や就職、転勤などにより住所異動したかたは、転出・転入・転居の手続きをしてください。本人または同じ世帯のかたが手続きできますが、それ以外のかたは委任状が必要です。親族であっても同じ住所で別世帯の場合や、別住所の場合は委任状が必要です。

◆転出するかた◆	◆転入するかた◆	◆転居するかた◆
<ul style="list-style-type: none"> ▶転出予定の14日前から手続きができます。 ▶転出手続き時に、転出証明書を発行します。 ▶転出先では、転入した日から14日以内に転入の手続きをしてください。 ▶印鑑登録証は、転出予定日の前日まで有効ですが、転出予定日以降は使用できません。 <p>※住民基本台帳カードをお持ちのかたには転出証明書が発行されません。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶転入した日から14日以内に、前住所地で発行された転出証明書または住民基本台帳カードを持参し、転入の手続きをしてください。 ▶国民健康保険などに加入が必要なかたは、その旨を申し出てください。 	<ul style="list-style-type: none"> ▶転居後、14日以内に手続きをしてください。 ▶次の資格証などをお持ちのかたは持参してください。 ▶住民基本台帳カード ▶国民健康保険被保険者証 ▶国民健康保険高齢者受給者証または後期高齢者医療被保険者証 ▶介護保険被保険者証 <p>※印鑑登録の住所は、転居手続き後、自動的に変更されます。</p>

●各種異動届および戸籍・住民票の請求時に、本人確認を行います

▶1種類で確認できるの

▷運転免許証▷パスポート▷顔写真付き住民基本台帳カード▷身体障害者手帳▷愛護手帳▷その他、官公庁が発行した顔写真付きの身分証明書

▶2種類以上で確認できるの

▷健康保険被保険者証▷各種年金手帳▷介護保険被保険者証など

窓口への届けは、時間に余裕をもっておいでください。



国民年金の保険料が変更になります

☎市民課国民年金係 ☎⑤ 6753

平成26年度国民年金保険料は、月額15,250円になります(平成25年度より210円増)。

4月上旬に、日本年金機構から国民年金保険料納付案内書(納付書)が郵送されます。毎月分の納付書の他に、割り引きになる前納(1年、6カ月)の納付書も同封されますのでご利用ください。

なお、それぞれの納付書には納付期限がありますので、ご注意ください。

こんなときは市民課国民年金係または十和田湖支所へ申請してください!

平成26年度

学生納付特例の申請を受け付けます

保険料の納付が困難な20歳以上の学生のかたが、在学中の保険料を後払いできる制度です。

申請は毎年必要です。

申請期間

4月1日(火)～平成27年4月末日

※25年度の申請は4月30日(水)まで。

▶引き続き申請するかた

3月下旬から4月上旬までに日本年金機構から郵送されたはがきに必要事項を記入の上、郵送で提出

▶初めて申請するかたや学校が変わったかた

持ち物 年金手帳、認印、在学証明書または学生証の写し

※代理人が申請する場合は、代理人の本人確認できるもの(運転免許証など)や委任状が必要です。



過去2年間に国民年金の未納期間があるかたへ

国民年金は、所得が少ないときや失業などにより保険料を納付することが困難な場合、保険料の免除申請をすることができます。

平成26年4月からは、過去2年1カ月分の申請ができるようになります。

ただし、申請期間に対応する前年所得に基づき、審査を行いますので、免除が承認されない場合があります。

障害年金受給などで法定免除を受けているかたへ

障害基礎年金の受給などにより法定免除となっているかたでも、平成26年4月から保険料を通常納付できる「納付申出制度」が始まります。

将来、障害の程度が改善されるなどして法定免除の対象から外れる可能性のあるかたはご相談ください。



募集

**商品開発を行う事業者の皆さま
買ってもらえる商品づくりを応援します**

市では、地元産の農林水産物を活用した新しい商品づくりを応援するため「買ってもらえる商品づくり支援事業」を実施します。

新商品開発のほか既存商品のブラッシュアップに意欲ある事業者の皆さまのご応募をお待ちしています。

対象事業者 市内に住所または本拠地を有し、商品製造・販売を行う法人、団体、個人事業者

対象商品 十和田産の農林水産物を活用した加工食品、工芸品など

- 支援内容**
- ▶ 商品づくりに関する助言・指導
 - ▶ パッケージやラベルづくりに関する助言・指導
 - ▶ 機械設備導入（ハード）、販路開拓活動（ソフト）への補助※対象経費の1/2以内、補助額は予算の範囲内
 - ▶ 商談機会の提供

申し込み方法 指定の応募書類に必要事項を記入の上、提出してください。



申し込み期間 4月10日(木)～30日(水)

※応募書類は、とわだ産品販売戦略課窓口で配布しているほか、市ホームページでダウンロードできます。

買ってもらえる商品づくりセミナーを開催します

魅力ある商品づくりやパッケージデザインに取り組むポイントなどのセミナーを開催します。

支援内容についての説明会も行いますので、多数ご参加ください。

とき 4月18日(金) 午後1時30分～4時30分

ところ 市総合体育センター

- 内容**
- ▶ 「農産加工食品の繁盛指南～地域の元気づくりは地域資源の活用から～」
講師：(株)キースタッフ・鳥巢 研二 さん
 - ▶ 平成25年度「買ってもらえる商品づくり支援事業」から生まれた商品
講師：商品開発コンサルタント・加藤 哲也 さん、デザイナー・川村 将久 さん
 - ▶ 平成26年度「買ってもらえる商品づくり支援事業」について

TOPIC

都内レストランでアカデミックレストラン

2月6日、東京都港区白金台にある「八芳園 槐樹」において、十和田産野菜を食材とした試食勉強会「アカデミックレストラン」が行われました。

これは、市が自治体パートナーとなっている日本野菜ソムリエ協会と連携し、野菜ソムリエなどに十和田産野菜の特長を知ってもらうことを目的として行ったものです。アカデミックレストランでは、参加した野菜ソムリエらが十和田産品をメインとする料理を味わったほか、生産者の思いや「健康な土づくり」の取り組みが紹介されました。

同レストランの高橋料理長は「十和田の野菜は素直で力強い味なので、調味料は最小限にしました」と話し、高い評価を得ていました。

参加者の感想

- ▶ 野菜の味の濃さは「土づくり」にこだわったたまものなんですね。本当に驚きました。
- ▶ ミネラル野菜のヒミツを知り、おいしい料理で大満足です。

- ▶ 十和田の魅力や、食を通じて知ることができました。
- ▶ 青森県の魅力やをより感じることができ、野菜にも十和田にもより興味が湧いてきました。ぜひ十和田へ行きたいです。



高橋料理長によるゴボウを使ったデモンストレーション



今回提供された十和田産品を使ったメニュー「長芋三珍」と槐樹特製「十和田八彩浸し」

みんなで
出かけよう



上十三・十和田湖広域定住自立圏圏域のイベント情報をお届けします♪

三沢市

寺山修司記念館フェスティバル 2014/春

とき 5月3日(土)~5日(月)
ところ 寺山修司記念館
※4日は、俳優・三上博史さんのライブや一般参加者による献花などが行われます。
※詳細はお問い合わせください。
問 寺山修司記念館 ☎⑨3434

みさわ桜まつり



とき 4月29日(火)~5月6日(火)
ところ 三沢市中央公園
※ライトアップ(期間中午後6時~9時)で夜桜鑑賞!初日はオープニングイベントを開催します。
問 (一社) 三沢市観光協会 ☎⑨2311

秋田県小坂町

康楽館常打芝居

「下町かぶき組」による涙あり笑いありの人情芝居と美しく華やかな舞踏ショーをご覧ください。
とき 4月19日(土)~12月23日(火)
ところ・問 康楽館 ☎0186-29-3732

六戸町

ろくのへ春まつり

とき 4月下旬~5月上旬
ところ 館野公園
奥入瀬川むつみ河川公園付近
内容 ▶さくらフォトコンテンツ ▶鯉のぼりフェア ▶クラシックカーミーティング ▶第36回東北馬力大会 など
問 六戸町観光協会 ☎⑤3111

六ヶ所村

2014たのしむべ!フェスティバル

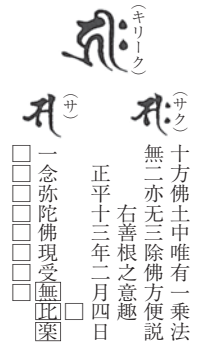
とき 5月10日(土)・11日(日)
ところ 大石総合運動公園
内容 ▶花火大会 ▶キッズマラソン ▶お笑いステージ など
■たのしむべ!2014フェスティバル キッズマラソン参加者募集
とき 5月10日(土) 午後1時~
申込期限 4月18日(金)必着
問 六ヶ所村役場商工観光課 ☎0175-72-2111

とわだの文化財⑬ ~十和田市の文化財を紹介するコーナーです 問 スポーツ・生涯学習課 ☎②2313

十和田市指定有形文化財

「板石塔婆」

ここに紹介する碑は、大不動字柏木から発掘されたもので、一般に板碑と呼ばれている供養碑です。造立年代は、碑の銘文から室町時代の正平13年(1358年)と読み取ることができます。



石に刻まれている文字

津軽地方では多数の例が見られるものの、南部地方ではこれを含め四例だけと貴重なものであることから、平成2年に市は有形文化財として指定しました。青森県内においては、中世の文書史料があまり残っていないため、当時を考証する貴重な史料となっています。

【文責:市文化財保護協会】

この石碑は、昭和初期に土地の所有者が田の近くを草刈りしていた際に一部が土中から露出しているのを発見し、以来「田の神」として拜んできたものです。その後、昭和47年に「田の神」のことを耳にした当時の市文化財保護協会の会員が掘り出したところ「板石塔婆」であることがわかりました。以後、碑文の解説に長い年月を費やし、概要が判明しました。

所在地 大不動字柏木
高さ 106cm、幅 67cm、厚さ 24cm
石質 安山岩
この石碑は、仏様の名と経文を刻んだ中世(鎌倉時代から安土桃山時代)独特の供養碑です。
上段の三文字は梵字です。中央の大きなものが「キリク」と読む阿彌陀如来、その右下は「サク」で勢至菩薩、左は「サ」で観世音菩薩を表しています。
下段には、経文と日付が刻まれています。年号の正平は、南北朝時代の南朝の年号であることから、南朝方に味方した南部氏に関連した豪族か高僧あるいは修験者などが造立したものと推測されます。

平成 26 年度十和田市保健衛生カレンダー (保存版)

問保健センター
☎⑤ 1181・⑤ 1180



母子保健

実施場所 保健センター ☎⑤ 6792

区分	4 か月児健診	1 歳 6 か月児健診	2 歳児発達健診	3 歳 6 か月児健診	母親教室	両親学級
受付時間	12:15~12:45	12:15~12:45	12:15~12:45	12:15~12:45	12:30~13:00	18:00~18:30
4 月	8 日(火)	16 日(水) 平成24年10月生まれ	17 日(木) 平成23年10月生まれ	15 日(火) 平成22年10月生まれ	10 日(木)	
5 月	13 日(火)	21 日(水) 平成24年11月生まれ	22 日(木) 平成23年11月生まれ	20 日(火) 平成22年11月生まれ		15 日(木)
6 月	10 日(火)	25 日(水) 平成24年12月生まれ	26 日(木) 平成23年12月生まれ	24 日(火) 平成22年12月生まれ	3 日(火)	
7 月	15 日(火)	23 日(水) 平成25年1月生まれ	24 日(木) 平成24年1月生まれ	22 日(火) 平成23年1月生まれ	10 日(木)	
8 月	19 日(火)	20 日(水) 平成25年2月生まれ	21 日(木) 平成24年2月生まれ	5 日(火) 平成23年2月生まれ		28 日(木)
9 月	16 日(火)	17 日(水) 平成25年3月生まれ	18 日(木) 平成24年3月生まれ	2 日(火) 平成23年3月生まれ	11 日(木)	
10 月	14 日(火)	15 日(水) 平成25年4月生まれ	16 日(木) 平成24年4月生まれ	7 日(火) 平成23年4月生まれ	30 日(木)	
11 月	11 日(火)	26 日(水) 平成25年5月生まれ	27 日(木) 平成24年5月生まれ	4 日(火) 平成23年5月生まれ		13 日(木)
12 月	9 日(火)	17 日(水) 平成25年6月生まれ	18 日(木) 平成24年6月生まれ	16 日(火) 平成23年6月生まれ	11 日(木)	
平成27年	1 月	13 日(火)	21 日(水) 平成25年7月生まれ	22 日(木) 平成24年7月生まれ	20 日(火) 平成23年7月生まれ	29 日(木)
	2 月	10 日(火)	18 日(水) 平成25年8月生まれ	19 日(木) 平成24年8月生まれ	17 日(火) 平成23年8月生まれ	12 日(木)
	3 月	10 日(火)	18 日(水) 平成25年9月生まれ	19 日(木) 平成24年9月生まれ	17 日(火) 平成23年9月生まれ	12 日(木)
主な内容	▶離乳食のお話 ▶発育、発達の観察 ▶小児科診察 ▶栄養相談	▶発育、発達の観察 ▶歯のお話、相談 ▶親子遊び ▶歯科診察 ▶小児科診察 ▶栄養相談	▶発育、発達の観察 ▶歯のお話、相談 ▶親子遊び ▶歯科診察 ▶栄養相談	▶尿検査 ▶発育、発達の観察 ▶絵本の読み聞かせ ▶耳鼻科診察 ▶歯科診察 ▶小児科診察	▶医師、助産師などのお話 ▶ベビーマッサージ ▶歯科診察 ▶調理実習、母乳育児、お産の経過、沐浴などのグループ学習	▶保健師のお話 ▶妊婦疑似体験 ▶赤ちゃんのお世話 ▶お風呂の入れ方
持ち物	▶母子健康手帳 ▶問診票 ▶バスタオル ▶赤ちゃんに必要なもの(ミルク、おむつなど)	▶母子健康手帳 ▶問診票 ▶歯ブラシ	▶母子健康手帳 ▶問診票 ▶歯ブラシ	▶母子健康手帳 ▶問診票 ▶歯ブラシ ▶視力検査、ささやきテストの結果表 ▶尿容器	▶母子健康手帳	▶母子健康手帳

- ▶4 か月児健診の対象者は、健診日までに満4 か月に達する乳児です。
- ▶両親学級は定員がありますので、事前に保健センターへお申し込みください。
- ▶母親教室で保育が必要な場合は、実施日の1週間前までに保健センターにご連絡ください。
- ▶乳幼児健診では、事前に番号札を配布していません。お子さんと一緒に受け付けとなりますので、ご注意ください。
- ▶保健センター敷地内の駐車場は台数に限りがあります。満車の際は、周辺の駐車場をご利用ください。

4 月の健康相談

内容	受付時間	ところ・問い合わせ
幼児相談 子どもの発達や接し方など 悩みがある親子	24日(木)9:30~ ※要予約	保健センター ☎⑤6792
子どものこころの相談 対象:小・中学生	24日(木)14:00~ ※要予約	
療育相談 子どもの発育や発達について 心配がある親子	23日(水)※要予約 継続▶9:30~10:30 新規▶10:30~11:00	上十三保健所 ☎⑤4261
B 型・C 型肝炎検査	3 日(木)・14 日(月)※要予約 11:00~11:30	
精神保健福祉相談 心の悩みや病気の相談	16 日(水)※要予約 13:00~14:00	
女性健康相談	15 日(火) 10:00~10:30	

内容	受付時間	ところ・問い合わせ
エイズに関する相談	3 日(木)・14 日(月)※要予約 13:00~14:00	上十三保健所 ☎⑤8450



4 月の献血

問健康増進課健康管理係
☎⑤6790

実施予定日	時間	ところ
7 日(月)	9:30~11:00	紺野建設(株)
	12:15~17:00	北里大学学生ホール前
13 日(日)	9:30~11:45	ホームック(株)十和田店
	13:00~16:00	
22 日(火)	10:00~11:45	イオンスーパーセンター十和田店
	13:00~16:00	



集団健康診査など

■特定健康診査、がん検診(胃、肺、大腸)

実施日	実施場所	
5 月 26 日(月)~30 日(金)	保健センター	
6 月 16 日(月)~22 日(日)		
7 月	16 日(水)	市民の家
	17 日(木)	十和田湖小学校
	22 日(火)・23 日(水)	沢田悠学館
	24 日(木)	洞内小学校
	29 日(火)~31 日(木)	藤坂小学校
8 月	1 日(金)	松陽小学校
	5 日(火)	切田中学校
	6 日(水)	深持小学校
	7 日(木)・8 日(金)	四和小学校
9 月	2 日(火)~4 日(木)	十和田湖公民館
	5 日(金)	北野集落センター
10 月 1 日(水)~3 日(金)、21 日(火)~26 日(日)	保健センター	
11 月 17 日(月)~21 日(金)		
12 月 1 日(月)~7 日(日)		

- ▶受付開始時間は午前7時からです。受付終了時間は実施場所によって異なります。
- ▶申し込みをしたかたには、健診実施日の1週間前までに受付時間や料金などの詳しい案内を郵送します。

■子宮頸がん検診

実施日	実施場所	
6 月	10 日(火)	十和田湖公民館
	11 日(水)・12 日(木)	保健センター
7 月 8 日(火)・9 日(水)		
8 月 26 日(火)・27 日(水)		
9 月 9 日(火)・10 日(水)		
10 月 28 日(火)・29 日(水)		
11 月	5 日(水)	十和田湖公民館
	6 日(木)・7 日(金)・9 日(日)※	保健センター

- ▶受付開始時間は正午です。※11月9日(日)は午前9時開始。
- ▶十和田湖公民館と11月9日(日)の保健センターでは、同時に乳がん検診を実施します。

こころの相談

眠れない、集中できない、物忘れが気になる、お酒がやめられないなどこころの悩みを抱えている市民および家族のかたが対象です。メンタルヘルス科医師、精神保健福祉士、保健師が対応します。実施日前々までに予約が必要です。開始時間などの詳細はお問い合わせください。実施場所 保健センター ☎⑤ 6791

実施日			
4 月 2 日(水)	6 月 4 日(水)	7 月 2 日(水)	8 月 6 日(水)
9 月 3 日(水)	10 月 1 日(水)	11 月 5 日(水)	12 月 3 日(水)
2 月 4 日(水)	3 月 4 日(水)		



予防接種

種類	対象者・標準的な接種時期	回数
四種混合 ※1	1 期初回 生後3~90月に至るまでのかた	3回
	1 期追加 1 期初回接種(3回)を終了し、12~18 月経過した生後90月に至るまでのかた	1回
BCG 生後1歳に至るまでのかた(生後5~8 月が適切)		1回
麻しん・風しん混合 ※2	1 期 生後12~24 月に至るまでのかた	1回
	2 期 5 歳以上7 歳未満で、小学校就学年度前1 年間のかた	1回
二種混合 11~13 歳未満のかた		1回
日本脳炎 ※3	1 期初回 生後6~90 月に至るまでのかた(3~4 歳が適切)	2回
	1 期追加 1 期初回接種(2 回)を終了し、おおむね1 年経過した生後90 月に至るまでのかた	1回
	2 期 9~13 歳未満のかた	1回
子宮頸がん予防ワクチン	小学6 年生~高校1 年生相当の女子(中学1 年生が適切)	3回
ヒブ ※4	初回 生後2~60 月に至るまでのかた(生後2~7 月が適切)	3回
	追加 初回接種(3 回)を終了し、7~13 月経過した生後60 月に至るまでのかた	1回
小児用肺炎球菌 ※4	初回 生後2~60 月に至るまでのかた(生後2~7 月が適切)	3回
	追加 初回接種(3 回)を終了し、60 日以上経過した生後12~60 月に至るまでのかた	1回

「至るまで」、「未満」は、誕生日の前日までを表しますのでご注意ください。

- ▶予防接種は年間を通して受けることができます。体調の良い日に受けてください。
- ▶詳細については、母子健康手帳および子どもすこやか手帳をご覧ください。また、接種の際は必ず母子健康手帳および予診票をご持参ください。
- ▶やむを得ない事情がある場合、青森県内の指定医療機関で予防接種を受けることができます。この場合、必ず事前に保健センターへお問い合わせください。



バラ焼きによるまちおこし活動を広げよう サポータークラブ発足

3月15日、十和田バラ焼きによるまちおこしサポータークラブ設立総会が十和田商工会館で行われました。これは、十和田バラ焼きによるまちおこし活動を地域全体に広めようと十枝内 亘 発起人代表らにより発足したもので、市民ら約150人が参加しました。サポータークラブへの入会資格は、この地域を良くしたいという思いだけのことです。登録料、年会費はなし。問い合わせは、弁護士法人十枝内総合法律事務所 ☎ 4005



市内外からたくさんのかたが総会に集まりました

洗練された演舞に拍手喝采 十和田市素人防犯演芸大会

3月2日、市民文化センターで「第52回十和田市素人防犯演芸大会」が開催されました。この大会は、防犯思想の普及、啓蒙を図り、市民相互の連携を深め、青少年の健全育成に努めることを目的に市防犯協会（高谷隆一 会長）が主催しました。演芸大会は、「新舞踊の部」、「歌謡・民謡の部」など6部門が行われ、約60人が参加。演舞者は、日頃の練習の成果を発揮し、観客の目を楽しませていました。



「子どもの部」で「みちのく旅鴉（たびがらす）」を踊った沢口ゆづきくん。力強い演舞を披露しました

市消防団に最高の栄誉 特別表彰「まとい」を受章

このたび、市消防団（中沢豊美 団長）が日本消防協会の特別表彰「まとい」を受章しました。この特別表彰は、全国約2,200の消防団から毎年10団体に贈られ、全国の消防団にとっては最高の栄誉です。市消防団は県消防操法大会で6度優勝、全国大会へも3度出場するなど優秀な成績を取ったほか、日頃の活動が高く評価されました。今後「まとい」は、市役所本館1階に展示されます。



「まとい」を囲む小山田市長（左から3人目）と中沢団長（右から3人目）ほか副団長のみなさん

地域防災力強化のために 消防団屯所の車両を更新

市では、市消防団の機能強化を図るため、各屯所の車両更新を行っています。今年度は、老朽化のため、市消防団第5分団第2部小山屯所に小型動力ポンプ積載車1台および小型動力ポンプ1台、第6分団第7部館屯所に小型動力ポンプ積載車1台を導入しました。3月2日、十和田地域広域事務組合消防本部において引き渡し式が行われ、小山田市長から中沢豊美消防団長へ車両が引き渡されました。



市では、地域防災力強化のため、今後も消防団車両の更新を行います

放射性物質による汚染傷病者を想定 緊急被ばく医療合同訓練

2月19日、市立中央病院で日本原燃(株)らによる「緊急被ばく医療合同訓練」が初めて実施されました。訓練は、原子力サイクル施設で放射性物質による汚染を伴う傷病者が発生したという想定のもと、通報連絡、傷病者の引き渡し、医療処置や除染などについて行われました。医療スタッフからは普段の受け入れとは違う症状の傷病者に対し、日本原燃(株)担当者に手順を確認しながら、慎重に訓練を行いました。



医療スタッフや治療に使用した機器など放射線量の測定も行われ、通常の治療より多くの時間がかかります

あまちゃんの作曲家・大友良英さん 市現代美術館でトーク&ライブ

2月16日、市現代美術館で音楽家・大友良英さんのトークショーとライブイベントが開催されました。大友さんは、自身の生い立ちを振り返りながら、音楽との出会い、影響を受けたアーティストなどをユーモアたっぷりに話した他、東日本大震災を受けて他のアーティストらと立ち上げたプロジェクトで、ライブのときに放射能の影響を考え、会場の敷地に風呂敷を敷いて開催したエピソードなどを話しました。



ライブではギター演奏を披露。訪れたかたはじっと聞き入っていました



「3.11」あの日への気持ちを新たに 東日本大震災追悼イベント「Pray for the EARTH 2014」

3月9日、馬事公苑駒っこランドの交流館で、東日本大震災追悼イベント「Pray for the EARTH 2014」が開催されました。このイベントは、震災の影響で福島県浪江町から本市に避難している矢澤アイサさんら避難者と市民有志が一緒に実施し、震災を忘れないでほしいと毎年開催しており、今回が3回目となります。「Happy!!」をテーマに行われた今回のイベントでは、グッズの販売や手作りせっけんなどのワークショップが行われたほか、矢澤さんの音楽仲間ら9団体によるライブが行われ、会場を盛り上げていました。また、地震発生時刻の午後2時46分には、震災で犠牲になったかたの冥福を祈り、全員で1分間の黙とうを行いました。イベントに参加した小原千佳さん（十和田西高・2年）からは「東日本大震災は忘れることができません。こういうイベントでみんながつながっていくことは大切だと思います。これからも続けてほしいです」と、話しました。今回のイベントで集まった募金などは、福島県の子どもたちに十和田市の野菜を届ける費用などに使われます。



- 1 会場を訪れていたかたも一緒に歌いました
- 2 午後2時46分には1分間の黙とうを行いました
- 3 手作りグッズの販売も好評

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

※費用の記載がないものは無料です。

暮らし

使用料などの改定のお知らせ

消費税法および地方税法の一部改正に伴い、市の公おおきけの施設の使用料・観覧料、水道料金、下水道使用料などが4月1日から改定されました。改定後の金額などの詳細については、各施設や担当課などにお問い合わせください。

問 総務課 ☎ 51 6701

子どもの夢チャレンジを応援します

スポーツまたは文化の県大会などで優秀な成績を挙げ、東北大会または全国大会に出場する市在住の小・中学生を派遣する団体に対し、経費の一部を補助します。詳しくはお問い合わせください。

※申請書類などは市ホームページに掲載しています。

問 教育総務課 ☎ 72 2305

福祉課からのお知らせ

■民生委員・児童委員が決まりました

次の地域の民生委員・児童委員が決まりましたので、お知らせします。

氏名	電話番号	主な担当区域
小笠原 勉	23 4567	東三番町 3、4、9、35
中西 章子	23 4756	西三番町 14、19
小山田 良子	23 3435	西三番町 25、37
成田 正男	23 2092	万内、清瀬、大不動、川尻、杉ノ木
齋藤 美悦	22 6093	千里平、栄松、十美岡、中平

問 福祉課 ☎ 51 6718

遺児入学祝金を支給します

小・中学校入学時に、入学祝金を支給しますので対象となるかたは申請してください。

対象者 父または母の死亡により遺児となった児童、または父母のいない児童を養育する保護者

申込期間 4月1日(火)～30日(水)

持ち物 ▼ひとり親家庭等医療費受給資格証または戸籍謄本など、

父母の死亡などを確認できるもの

▼印鑑▼通帳

※申請書は福祉課に備え付けています。

申 福祉課 ☎ 51 6717

軽度・中等度難聴児補聴器購入費

助成について

市では、身体障害者手帳の交付対象とならない軽度・中等度の難聴児に対し、4月1日から補聴器購入費用の一部を助成します。

対象 次の要件の全てを満たす18歳未満の児童

▼市内に住所を有すること

▼両耳の聴力レベルが30デシベル以上70デシベル未満で、身体障害者手帳の交付の対象とならないこと

▼補聴器の装用により、言語の習得など一定の効果が期待できると医師が認めていること

▼同一世帯に市民税所得割額が46万円以上の人がないこと

助成額 補聴器購入費の3分の2

※基準額があります。

※補聴器購入前に福祉課へご相談ください。申請前に購入した場合は、対象外となります。

問 福祉課 ☎ 51 6718

見守ってほしい高齢者のかたは登録しましょう

対象 おおむね60歳以上のひとり暮らしや高齢者のみの世帯

内容 高齢者見守りネットワークの対象者として登録されると、地域の新聞配達員などが業務の範囲内で安否確認のために声掛けを行います。

※異変を察知した場合は関係

機関へ連絡します。

申し込み方法 高齢介護課備え付けの申請書に記入の上、提出してください。

※新聞を購読して

いない場合でも

サービスの提供

を受けることができます。

問 高齢介護課 ☎ 51 6720

市民交流プラザの工期延長について

市民交流プラザの工期が9月末まで延長となります。完成後、できるだけ早い時期の開館を目指してまいります。その間、市民の皆さまには大変ご不便をおかけいたしますが、生涯学習センターなどの公共施設をご利用ください。各公共施設の予約状況は市ホームページでも確認いただけます。

なお、中央公民館は4月から廃止となりますが、

市民交流プラザ

完成までの間、

臨時的にご利用

いただける場合

もあります。

詳しくはお問い合わせください。

問 政策財政課

☎ 51 6712



本の「セット貸出」と「団体貸出」のご案内

市民図書館では、団体利用者への貸し出しサービスを行っています。セット貸出

本の選定は図書館で行います。

▼貸出冊数 1箱30冊（複数箱も可能）

▼貸出期間 約1～2カ月

団体貸出

利用者が自由に本を選ぶことができます。

▼貸出冊数

1回30冊以内

▼貸出期間

1カ月以内

※詳しくはお問い合わせください。

☎市民図書館 ☎237808

販売禁止農薬の回収について

エンドスルファンを含む農薬（殺虫剤）は安全性に問題があるため、販売禁止農薬に指定され、平成24年4月1日をもって販売および使用が禁止されています。当該農薬の回収については、農薬メーカーが無償で回収していますので、当該農薬を所有していないか倉庫などをご確認ください。エンドスルファンを含む農薬が見つかった場合や処分などについては、農林畜産課までお問い合わせください。なお、農薬の名称や登録番号の情報については、市ホームページをご覧ください。

☎農林畜産課 ☎516742

街なか居住推進区域の民間賃貸住宅に移り住む

若年・子育て世帯などに家賃の一部を補助します

☎商工労政課 ☎516773

区分	世帯の要件	補助月額	補助期間
若年・子育て世帯	次のいずれかの世帯 ▶小学生以下の子どもを有する世帯 ▶婚姻届け出から5年以内の夫婦	家賃から住宅手当を控除した額の2分の1、または2万円のいずれか低い方の額	入居翌月～平成27年3月まで
勤労世帯	上記の若年・子育て世帯を除く2人以上の世帯で、会社・工場・商店などに勤めている人がいる世帯	家賃から住宅手当を控除した額の2分の1、または2万円のいずれか低い方の額	入居翌月～平成27年3月まで
勤労単身世帯	会社・工場・商店などに勤めている単身世帯	家賃から住宅手当を控除した額の2分の1、または1万円のいずれか低い方の額	入居翌月～平成27年3月まで

街なか居住推進区域

- ▶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

対象者

- ▶上記の表の区分のいずれかの世帯に該当すること
 - ▶世帯員全員が市税などの納付金を滞納していないこと
 - ▶生活保護法による住宅扶助など公的制度の補助を受けていないこと
- ※その他要件がありますので、必ずご確認ください。

募集世帯数

- 募集世帯 ▶若年・子育て世帯 5世帯程度
 - ▶勤労世帯 5世帯程度
 - ▶勤労単身世帯 4世帯程度
- ※応募者多数の場合は抽選になります。

申し込み方法・期間

商工労政課に備え付けてある申請書に記入の上、お申し込みください。

申込期間 4月7日(月)～4月18日(金)

平成26年度 春期側溝清掃 土砂・汚泥回収日程

☎まちづくり支援課 ☎516726

対象地区	収集運搬日程
東二十一～二十四番町、ひがしの一～二丁目、一本木沢一～二丁目、一本木沢、下平、藤高、里ノ沢、しらかば団地、牛泊	4月7日(月)～10日(木)
稲生町、東一～三番町、東十一～十三番町	4月14日(月)～17日(木)
西一～三番町、西十一～十三番町、西二十一～二十三番町	4月21日(月)～24日(木)
西金崎、本金崎、上平、南平、長根尻、八郷、ニュー若葉	4月28日(月)、30日(水)～5月2日(金)
元町西一～六丁目、元町東一～五丁目、北平、北斗、井戸頭、千歳森、後野、七郷	5月12日(月)～15日(木)
穂並町、東四～六番町、東十四～十六番町、西四～六番町、西十四～十六番町、並木西、西小稲、日の出町、朝日ヶ丘、一本木、白上中通り、小林	5月19日(月)～22日(木)

● お願い ●

- ▶収集車は各通りを一度だけ回収します。泥上げは回収日初日の前日までに終わらせてください。
- ▶国道、県道の清掃を実施する町内会は、国、県に回収を依頼しますので、事前にまちづくり支援課までご連絡ください。

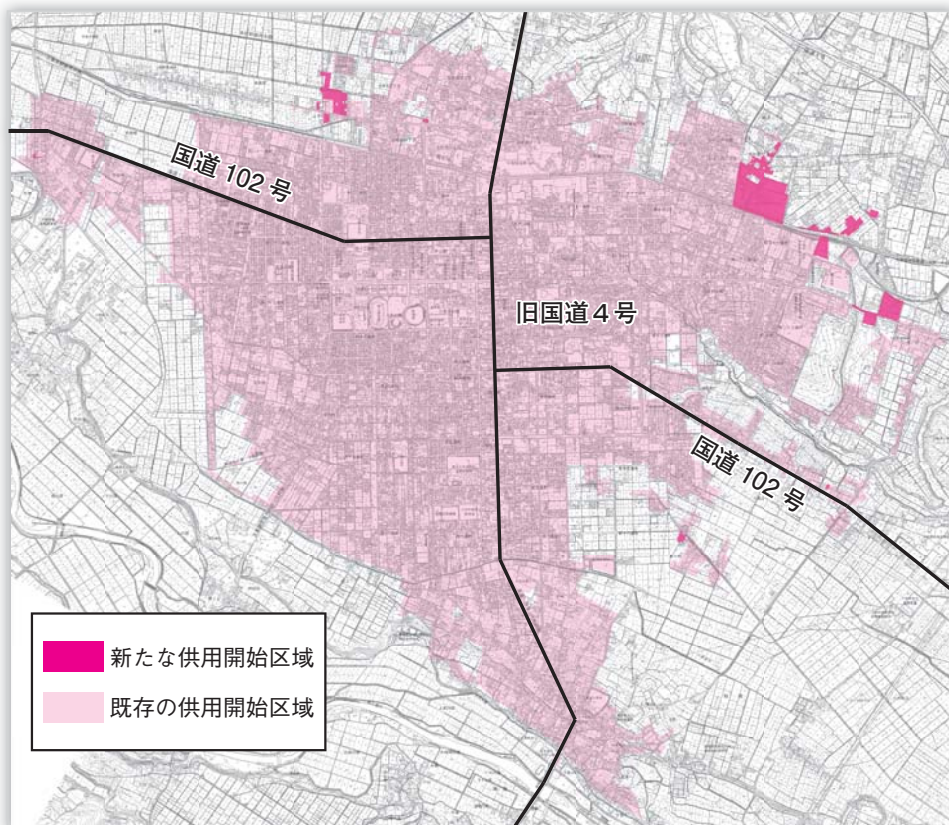
次の区域にお住まいのかたは、下水道の使用が可能となりました。お早めに接続工事をお願いします。

なお、接続工事は市の指定を受けた排水設備工事業者しか行えません。

◆新たな供用開始区域◆

- 東二十一番町
- 一本木沢一丁目
- 三本木字一本木沢
- 三本木字上平
- 三本木字里ノ沢
- 三本木字下平
- 三本木字東小稲
- 元町西二丁目
- 三本木字稲吉
- 赤沼字沼袋

※それぞれ一部の区域です



募集

EVカーシェアリング利用団体募集
市の電気自動車お貸しします

市では、市民の地域活動を支援するとともに、環境保護・二酸化炭素排出の削減などを推進するため、市が所有する電気自動車を、主に市民で構成される団体などに無料で貸し出します。

対象 ▼市内の町内会、NPO法人、ボランティア・教育・福祉・スポーツ団体などの団体で、営利、政治および宗教団体でないもの
▼市内の小・中学校、高校、大学などの教育機関関係

利用可能日時 11月30日(日)までの土・日曜日、祝日
午前8時30分～午後5時

貸出場所 市役所
申し込み方法 事前に団体登録が必要。詳しくは市ホームページをご覧ください。

活用事例 ▼観光ボランティアガイド活動 ▼学校の委員会活動など

申込みづくり支援課 ☎ 6725



市民ふれあい農園参加者募集

土と触れ合い、収穫の喜びを味わってみませんか。

対象 市内に住所を有し、農業を営んでいないかた



開園時期 4月下旬～11月中旬
場所 ▼東地区(東十二番町25番13) ▼西地区(三本木字西金崎472番1,473番1)
※それぞれ40区画(1区画約15坪)。利用は1世帯1区画です。

申込期間 4月1日(火)～7日(月)(消印有効)
申込方法 はがきに住所・氏名・年齢・職業・電話番号・希望地区を必ず記入し、次へ

〒034-8615 (住所記載不要) 農林畜産課市民農園担当宛て
決定方法 抽選会出席者による抽選で利用者および利用区画を決定

抽選日 4月11日(金)
抽選会場 市役所新館5階会議室
開始時間 ▼東地区 午後6時15分 (午後6時から受け付け)
▼西地区 午後7時(午後6時45分から受け付け)

農林畜産課 ☎ 6742

あなたも始めませんか、赤十字ボランティア!

十和田市赤十字奉仕団は、全ての人々の幸せを願い、明るい住みよい社会を築き上げて行くため、今の自分が今できることを「一人一人が誰かのために」という志を持って活動しています。一緒に活動していただけるかたを募集しています。

主な活動 ▼市防災訓練(炊き出し班として参加)

▼献血そば奉仕(献血したかたに温かいそばを提供)

申 市赤十字奉仕団(市外郭団体事務室内) ☎⑤6783



東公民館民間教育事業者による新規開設講座

講座名 初心者のための日本画講座
とき 月1回 第1日曜日
午後1時～5時

内容 絵具の溶き方、和紙の扱いなど基本的な画材・道具の使い方から絵画制作まで、初心者に優しい講座です。

費用 月2000円(教材費別)

講師 アトリエ warm s

佐伯 知美

申 佐伯 ☎080・1815・1867

リフレッシュスポーツ教室

対象 ①18歳以上(大学生を除く)

②シニア女性(おおむね60歳以上)

※両方に参加することはできません。

とき 5月7日～7月16日

毎週水曜日

①午前10時～正午

②午後1時30分～3時30分

ところ 市総合体育センター

定員 ①②各35人(先着順)

内容 いろいろな軽スポーツ

費用 2500円(保険料含む)

申込期間 4月15日(火)～30日(水)

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 参加費用を持参の上、

お申し込みください。電話での申し込みは受け付けていません。

申 市総合体育センター ☎⑤5555

子ども将棋教室

対象 小・中学生

とき 5月10日～平成27年2月21日

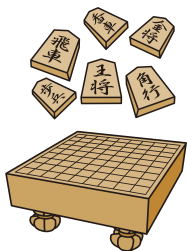
(おおむね第2・4土曜日)、全15回

午前10時～正午

ところ 市民文化センター

定員 20人(先着順)

申 スポーツ・生涯学習課 ☎⑦2318



仲間とともに新たな活動に挑戦!

～各公民館などで生涯学習事業を開催～

■いづれも

対象 おおむね60歳以上のかた ※必要に応じて実費負担があります。

寿大学 申 スポーツ・生涯学習課 ☎⑦2318	
とき	4月22日(火)～平成27年2月24日(火) ※おおむね第2・4火曜日 午前10時～午後3時
開講式	4月22日(火) 午前10時～正午
ところ	市民文化センター
内容	午前…歌唱、講話、スポーツ、健康体操、野外学習など 午後…クラブ活動(詩吟、社交ダンス、いけ花、焼物、郷土史など)

みなみ大学 申 南公民館 ☎②4416	
とき	4月11日(金)～平成27年3月6日(金) ※隔週金曜日 午前9時30分～午後3時
開講式	4月11日(金) 午前9時30分～正午
内容	午前…歌唱、健康体操、学習活動(講話、趣味講座など) 午後…クラブ活動(社交ダンス、書道クラブ)
費用	年会費6,000円(運営費)

遊友ひがし 申 東公民館 ☎②9000	
とき	4月18日(金)～平成27年3月6日(金) ※隔週金曜日 午前10時～午後3時
開講式	4月18日(金) 午前10時～正午
内容	午前…クラブ活動(社交ダンス、ハイキング、料理、グラウンドゴルフなど) 午後…講話、軽スポーツ、野外学習など
費用	年会費5,000円(運営費)

ろまん大学 申 十和田湖公民館 ☎⑦2102	
とき	4月17日(木)～平成27年3月5日(木) ※おおむね第3木曜日 午前10時～午後3時
開講式	4月17日(木) 午前10時～正午
内容	午前…講話、健康講座、野外学習など 午後…クラブ活動(踊り、カラオケ、手芸、軽スポーツなど)
費用	年会費2,500円(運営費)



駒つこランドイベント情報

■称徳館特別展「日本の蝶と押し花アート展」

鳥谷部一嘉さん（南部昆虫同好会）所有の全国各地の蝶の標本と「東大野美穂子押し花教室」の作品を展示します。

とき 4月19日(土)～6月29日(日)

午前9時～午後4時30分

※最終入館午後4時

観覧料 一般300円、高校・大学生100円、中学生以下無料

■第2回駒つこランド写真コンテスト

駒つこランドで撮影した写真ならなんでもOKです。

申し込み方法 撮影したデータ（JPEG形式500KB以上）を氏名・連絡先明記の上、次のアドレスへ送信してください。ファイルカメラの場合は、2L判にプリントし、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。

メール photo2014@komakkoland.jp

▼郵送 〒034-0106 十和田市大字深持字梅山1番地1

申込期間 4月20日(日)～11月3日(月)

◆いづれも

〒034-0106 十和田市大字深持字梅山1番地1

上十三もの忘れフォーラム2014

とき 4月12日(土)

午後1時30分～4時

ところ 市民文化センター

内容 認知症に関する講演や寸劇、パネルディスカッション

高齡介護課 ☎6720

〒034-0106 十和田市大字深持字梅山1番地1

小さな親切運動春のクリーン作戦

とき 4月19日(土)

午前8時30分～10時30分

ところ 官庁街通り、中央公園、若葉公園など（中央公民館前集合）

持ち物 軍手、鉄ばさみ

※ごみ袋は支給します。

申込期限 4月18日(金)

申し込み方法

電話またはFAX

※清掃後、記念品などの配布があります。

申 小さな親切運動

十和田支部・似鳥

☎22236 FAX22222

〒034-0106 十和田市大字深持字梅山1番地1

大型絵本の展示

こどもの読書週間にちなみ、大型絵本の展示を行います。

とき 4月23日(水)～5月12日(月)

午前9時～午後5時

ところ 市民図書館

〒034-0106 十和田市大字深持字梅山1番地1

☎7808



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。

◆催し◆

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のサロンです。誰かにお話を聞いてもらいたいと思っているかたは、お気軽においでください。

とき 4月11日(金)

午前10時～正午、午後1時30分～3時30分

ところ 保健センター

☎傾聴サロンとわだ・木津 ☎225745、黒子 ☎090-2796-0999

着物をきてさくらになり帯！

思い思いの着物を着て、満開の桜の下、駒街道（官庁街通り）を華やかに、にぎやかに、笑顔で闊歩しましょう！

とき 4月29日(火) 午前9時～

ところ 市民文化センター

持ち物 着物、履物、必要な小物 費用500円

申込期限 4月11日(金)

☎楽らく会・母良田 ☎090-4314-6424

【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 ☎6702

いつも
ここに
防災ずきんを



今日、「まさか」について考えよう。

ZENROSAL NEWS

自然災害保障付 火災共済

風水害等給付金付火災共済・自然災害共済

全労済は、営利を目的としない保障の生協として共済事業を営み、組合員の皆さんの安心とゆとりある暮らしをめざしています。出資金をお支払いいただいで各都道府県生協の組合員になれば、各種共済をご利用いただけます。



全国労働者共済生活協同組合連合会

<資料請求・お問い合わせ>

全労済 八戸支所

〒031-0081 八戸市柏崎5-4-7

TEL.0178-47-0631

2014年6月2日

十和田支所が誕生します。

全労済青森県本部(青森県労働者共済生活協同組合)

◆ 体験 ◆

フォークダンスを体験しませんか

世界のフォークダンスを踊ります。初めてのかたでも大丈夫です。

対象 市民のかた

とき 4月3日～24日までの毎週木曜日

午前9時30分～11時30分

ところ 南公民館

※運動しやすい服装でご参加ください。

☎十和田フォークダンスクラブ・工藤 ☎25 5012

ジュニアカンファーマタ極拳体験教室

対象 5歳以上（保護者も参加可能）

とき 5月1日～22日までの毎週木曜日

午後7時～8時

ところ 志道館 持ち物 室内用シューズ

※5月25日(日)にジュニア参加の交流大会が開催されます。

☎太極拳連盟・加賀 ☎24 1208 (FAX同じ)

※午後6時以降

剣道体験教室

初心者のかた、大歓迎です。

とき 4月14日(月)～19日(土) 午後6時～7時

ところ 志道館

☎市剣友会・大木 ☎090-7330-1623

市民グラウンド・ゴルフ体験教室

とき 4月21日(月)、25日(金) 午前9時～正午

ところ 市陸上競技場

※用具は貸し出します。

☎十和田市グラウンド・ゴルフ協会 山崎 ☎25 2407

極真カラテ無料体験入門

気軽に極真カラテを体験してみませんか。

対象 5歳以上60歳以下

とき 4月の毎週水曜日 午後7時～8時30分

ところ 極真会館十和田道場

※動きやすい服装でご参加ください。

☎極真十和田道場・千葉 ☎090-2608-9012

◆ 参加者募集 ◆

**“体の歪み改善”と
“シェイプアップ体操&ストレッチ教室”**

ストレッチポールで体のゆがみを改善！後半はリズム体操や簡単筋トレで汗を流します。

とき 4月4日(金)～ 月3～4回

①ポールエクササイズ 午後7時～7時30分

②シェイプアップ体操&ストレッチ 午後7時30分～

午後8時30分

ところ 志道館

定員 10人

費用 一般1,000円、協会会員500円

※詳しくはお問い合わせください。

持ち物 ヨガマットやバスタオル、シューズ、タオル

☎十和田ボディビル・フィットネス協会 ☎23 1509

グラウンド・ゴルフ

とき 4月15日(火)～ 毎週火・土曜日

午前9時30分～11時30分

ところ 東公民館

定員 120人 ※初心者大歓迎です。

受け付け開始 4月15日(火) 午前9時～

※用具は貸し出します。

☎松田 ☎090-1930-5451



【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

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2.5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

SG GROUP どこよりも、いのちを愛する東北へ。



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/

総合型スポーツクラブ RED HORSE 定期教室

■ラグビー部

対象 3歳以上（小学生未満は保護者同伴）
 とき 毎週日曜日 午前9時～正午
 ところ 三本木農業高等学校芝グラウンド
 費用 成人5,000円、小・中学生8,000円、
 小学生未満7,000円（いずれも年会費）

■ヨガ部

対象 小学生以上（小学生は保護者同伴）
 とき 月2回土曜日 午前10時30分～11時30分
 ところ 市総合体育センター
 定員 各回25人（年会費優先、先着順）
 費用 年会費6,000円（24回講習料、保険代含む）
 または体験1回500円（当日徴収）

◆いずれも

参加希望者は事前に担当までご連絡ください。

☎ラグビー部・成田 ☎090-6853-3370
 ヨガ部・小川 ☎090-8929-1577

ご当地ベビーヨガ

笑顔で楽しく行うヨガです。ポーズと呼吸で産後の骨盤を引き締め、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 ①4月12日②5月31日③6月28日④7月26日
 ⑤8月30日⑥9月27日⑦10月25日⑧11月29日
 ⑨12月13日⑩1月24日⑪2月28日⑫3月28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 ▶①③⑤⑦⑨⑪生後4カ月～1歳（託児なし）
 の母子

▶②④⑥⑧⑩⑫産後1カ月～1歳の母親（託児付）

費用 1,500円（託児希望のかたはプラス500円）

持ち物 ヨガマットやバスタオル、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
 メール gotohchiyoga@gmail.com

十和田ジュニアハンドボールクラブ・ 十和田ユースハンドボールクラブ

■十和田ジュニアハンドボールクラブ

対象 小学3～6年生
 とき 毎週土曜日 午後4時～6時
 ところ 市総合体育センター・南小学校体育館
 費用 8,000円（年会費）

■十和田ユースハンドボールクラブ

対象 中学1・2年生男子
 とき 平日は午後7時～9時（週3～4回）
 土・日曜日は不定期
 ところ 市総合体育センターほか
 費用 15,000円（年会費）

◆いずれも

☎母良田 ☎0545



十和田野鳥の会 バードウォッチング

初心者のかたや親子の参加、大歓迎です。

とき ①4月27日 焼山、休屋、大川岳
 ②5月5日 蔦六沼 ③6月29日 小川原湖、仏沼
 ④7月27日 八甲田山 ⑤8月31日 三沢海岸
 ⑥9月7日 六ヶ所尾鮫沼、鷹架沼
 （5月5日(月)以外は全て日曜日です）

※中央公民館前8時集合、回により集合場所、時間が違う場合があります。

持ち物 フィールドスコープ（望遠鏡）、野鳥図鑑など

☎事務局・上明戸 ☎022 5462

十和田ウォーキングクラブ

自然と親しみ、奥入瀬溪流・蔦沼・八甲田山・種差海岸菜の花などをウォーキングしてみませんか。毎月1回のウォークを実施します。

費用 3,000円（年会費）、1,000円（入会金）

☎事務局・(有)河野スポーツ ☎023 2241

【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 ☎05 6702

☆初心者のための健康ボウリング教室 受講者募集☆

主催 十和田市ボウリング協会
 後援 十和田市体育協会

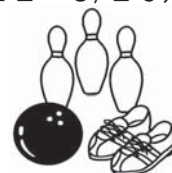
開催日時：4/24(木)より全6回（4/24・5/1・5/8・5/15・5/22・5/29）

午前9：30～12：00までの約2時間30分の予定です。

募集定員：16名（先着順となります。）

受講料：全6回1人1,200円（貸靴代・ゲーム代・テキスト代・保険料込み）

会場及び申込先：イーグルボウル TEL 25-1233 担当 丸 達也



ご参加の方全員に
 オーナーシューズ
 プレゼント!!

ボウリングは生活習慣病の予防や、ご年配の方々の健康維持などに非常に効果が高いスポーツであると言われています。また新しいことにチャレンジすることで気持ちに張りや生まれ、ボウリングを通じて仲間の輪も広がります。講師は公認資格を持ったインストラクターが基本から親切にお教えしますので、安心してご参加下さいませ。

ジュニアソフトテニス講習会

対象 小学2～6年生
 とき 4月5日(土)～10月18日(土)
 水曜日 午後4時30分～6時30分
 土曜日 午前10時～正午
 ところ サン・スポーツランド
 定員 30人 費用 8,000円(保険代、登録代)
 申込期限 4月3日(木)
 事務局・宮腰 ☎090-7066-0819

硬式テニス

対象 20歳以上のかた
 とき 4月9日～10月29日 毎週水曜日
 午後7時～9時
 ところ サン・スポーツランド 定員 20人
 費用 3,000円(年会費)、毎回300円(コート代)
 持ち物 硬式テニスラケット、テニスシューズ
 ファインテニスクラブ・沼岡 ☎090-7792-4936

卓球教室(前期)

市卓球協会員が基礎から指導します。
 対象 市内小学生
 とき 5月8日～7月17日 毎週木曜日
 午後6時30分～8時
 ところ 市総合体育センター
 定員 30人 費用 3,000円(前期会費)
 申込期間 4月1日(火)～5月1日(木)
 市卓球協会・三浦 ☎090-2273-1423

十和田市子ども劇団

一緒に演じる楽しさを表現しませんか。
 対象 小学3～中学1年生
 とき 毎週金曜日 午後7時～8時30分
 ところ 市民文化センター 費用 2,000円(月額)
 ※見学・体験はいつでもできます。
 事務局・大久保 ☎080-1834-5134

十和田サッカースクール 十和田ジュニアフットボールクラブ

■十和田サッカースクール
 対象 幼児(年長)～小学2年生
 とき 4月12日(土)～毎週土・日曜日 午後4時～5時30分
 ところ 若葉球技場
 費用 500円(月額)、入会時1,300円(保険料含む)
 ※ボールは持参してください。
 ■十和田ジュニアフットボールクラブ
 対象 小学3～6年生
 とき 毎週土・日曜日 午後4～6時(週4回)
 ところ 若葉球技場 費用 2,000円(月額)
 閻代表・古市 ☎22 4205

十和田セライオFCジュニア・U15クラブ

対象 ①5歳～小学生 ②中学生
 とき ①毎週火・木・金曜日 午後5時～7時
 ②毎週月・火・木・金曜日 午後6時～8時30分
 ※土・日曜日大会や試合があります。
 ところ 若葉球技場
 費用 500円～2,000円(月額)、2,400円～6,000円(入会費)
 似鳥 ☎090-8254-9646

十和田レイカーズサッカークラブ

対象 6歳～小学3年生の男子、6歳～小学5年生の女子
 とき 毎週土・日曜日 午前9時～正午
 ところ 中央公園緑地、南屋内グラウンド
 費用 500円(月額)、800円(保険料)
 事務局・川村 ☎080-3592-5883

ソフトバレーボールクラブ

楽しく汗をかきませんか。未経験者も大歓迎です。
 対象 女性 とき 毎週火・金曜日 午前10時～正午
 ところ 市総合体育センター
 費用 10,000円(年会費)、1,850円(保険料)
 櫻田 ☎23 9185

【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 ☎51 6702

《お気軽にご相談ください》

弁護士法人 青空と大地

(青森県弁護士会所属)

弁護士 橋本明広 弁護士 塩澤将宏

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 5,000円(税別)

(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.aozora-daichi.com

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

4月の市民無料相談

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	7日(月)・21日(月) 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もめごとなどの相談	11日(金)・25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	23日(水) 午後1時～4時 ※16日(休)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	10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	9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～金曜日 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	15日(火) ※予約先県庁 ☎017-734-9235

ところ まちづくり支援課市民相談室
申まちづくり支援課 ☎⑤ 6777

内容	日時
◆ふれあい相談所 法律相談 弁護士による財産・金銭・借地・保証人などに関する相談	10日(木) 午後1時～4時 定員8人 ※8日(火)午前9時から予約開始

ところ 市民図書館
申市社会福祉協議会 ☎② 7938

内容	日時
◆家庭児童・婦人相談 虐待、育児、DV被害、離婚などの相談	毎週月～金曜日 ※祝日を除く。

申福祉課 ☎⑤ 6716

内容	日時
◆市税夜間納付窓口	1日(火)～4日(金) 28日(月)～5月2日(金)
◆市税夜間相談窓口	28日(月)～5月2日(金)

とき 午後5時30分～8時 ところ 収納課
申収納課 ☎⑤ 6761 (祝日を除く)

4月10日(木)は常設展示
市民無料デー
☎現代美術館 ☎② 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 6790

6日(日)	阿部クリニック ☎⑤1122
13日(日)	さとの整形外科クリニック ☎②5885
20日(日)	鈴木内科医院 ☎⑤1111
27日(日)	田島クリニック ☎③5002
29日(火)	小嶋外科胃腸科医院 ☎③2666
5月3日(土)	十和田東病院 ☎②5252
4日(日)	村木内科胃腸科医院 ☎②1010
5日(月)	育成会内科小児科 ☎③3821
6日(火)	遠藤内科医院 ☎③6318

人口と世帯 平成26年2月末現在 ※ () 内は前月比

- 人口/64,659人 (-30人) 男/30,992人 (-4人) 女/33,667人 (-26人)
- 世帯数/27,167世帯 (-10世帯)

information

その他の催し <>…開始時間

1(火)	▶十和田乗馬倶楽部 十和田・桜流騎馬展 (～30日) ～市民文化センター (☎有)十和田乗馬倶楽部 ☎②2945)
12(土)	▶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 ☎③7808) (26日も開催) ▶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 ☎⑤1181) (26日も開催)
13(日)	▶しのぶ音楽教室発表会<13:30>～市民文化センター
20(日)	▶南こうせつ がんばろう東北 元気応援コンサート <17:00>～市民文化センター (SS席5,500円、 S席5,000円、A席3,500円) (☎ギルドネクスト ☎022-222-2033) ▶第21回 十和田将棋大会<10:00>～市民文化センター (☎十和田将棋サークル・日野口 ☎⑤5051)
27(日)	▶2014東北ダンススポーツフェスティバルin十和田 <11:00>～市民文化センター (1,000円) (☎吉田ダンス教室 ☎②4459)

現代美術館イベント情報 ArtsTowada ☎現代美術館 ☎② 1127

企画展 《そらいろユートピア》

見知らぬ人同士が、あるモノやコトをきっかけに、ゆるやかにつながるコミュニケーションや創造力と愛に満ちた空間について考える展覧会です。絵画や映像作品、インスタレーション作品などさまざまな作品が展示されます。

会期 4月19日(土)～9月23日(火)
観覧料 企画展+常設展セット券1,000円
参加作家 フェデリコ・エレロ、守章、三田村光土里、中崎透、山本高之、カフェ・デ・モンク、山本修路他

■オープニングセレモニー
とき 4月19日(土) 午後1時～

■オープニングトーク
「Cafe de Monk (カフェ・デ・モンク)」
僧侶や牧師が集まり、被災地で人々の話に耳を傾けるカフェ・デ・モンク(移動傾聴喫茶)の発起人、通大寺(宮城県栗原市)の金田諦広住職を迎えてお話を聞きます。
とき 4月19日(土) 午後2時～3時30分

■「フェデリコ・エレロによるアーティスト・トーク」

本展で企画展示室内に新たに作品を描いたフェデリコ。常設展示作品や今回の作品について語ります。
とき 4月20日(日) 午後2時～
(通訳あり) ※要企画展チケット



●お知らせ●
4月28日(月)は臨時開館します。また、5月3日(土)・4日(日)は開館時間を午後6時まで延長します。



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