

～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

3

No. 185
2018



目次

特集 食育で短命県脱却	…… 1
十和田市体育、スポーツに関する表彰	…… 8
十和田市農業賞	…… 9

「食育で短命県脱却」 (特集ページ)

(平成29年11月26日/市民交流プラザ「タワーレ」)

青森県は平均寿命全国ワースト1位。長寿の長野県は野菜摂取量は350g²で日本一となっています。

市民交流プラザ「タワーレ」で行われた食生活改善の食育展示会では、短命県脱却のため十和田市食生活改善推進委員会が県と一緒に、野菜摂取や減塩の大切さなどをPRしていました。

特集

食育で短命県脱却

「本市の健康動向」

本市は、成人や小・中学生の肥満割合が高く、糖分、塩分の摂取量も高い可能性があります。働き盛りの40〜60歳の肥満者の割合は28・6%で、特に50歳代男性の肥満者割合は44・4%となっています。女性は70歳代が高くなっています。また、小・中学生の肥満割合も全年齢で全国平均を上回っています（平成28年度市特定健康診査）。

さらに、食塩摂取量は、都道府県別で本県が1日9・7g（全国9・2g）でワースト3位（厚生労働省「平成28年国民健康・栄養調査」）となっています。

市では、短命県脱却には、食育や地産地消の普及、バランスのとれた食習慣の定着が何よりも重要なため、『十和田市食育・地産地消計画』を策定し、県と一緒に市民の健康づくりに取り組んでいます。

厚生労働省公表の「平成27年都道府県別生命表」では、青森県が男女とも平均寿命が全国最下位。そのほか食生活に関する1位は、カップ麺購入数量、食塩購入数量、ウイスキー購入数量、炭酸飲料購入金額、果実・ジュース購入金額、コーヒー飲料購入金額、2位は即席麺購入数量、中華麺購入金額となっています（家計調査・都道府県庁所在市別ランキング平成26〜28年平均）。全国に比べて高い塩分摂取量、糖分摂取量、喫煙、多量飲酒、肥満、運動不足の青森県民。今号は「減塩すれば血圧が下がり、脳梗塞や脳血管性認知症、心筋梗塞も減って短命県を脱却できる」を合言葉に減塩と食育に取り組む人たちをレポートしました。

昨年11月の“健康料理豆づくし”の試食料理



「食をたのしもう」の展示事業で、十和田市食生活改善推進委員会は、市民に健康的な食生活を実践してもらうため、毎回健康食を提供している。取材した昨年11月の“健康料理豆づくし”は、「農家さん直伝黒豆ごはん」「鮭と大豆の野菜ミルクスープ」「白菜と枝豆のサラダ」「自慢の黒糖豆乳かん」でした。植物性タンパク質たっぷりの豆は、とても栄養価が高い

その1

「減塩と野菜摂取で長寿県へ」

「長年、減塩・野菜摂取を普及」

本市は食生活改善の普及を図るため、十和田市食生活改善推進員を委嘱し、同員で組織する食生活改善推進員会が行う、幼児期・学齢期の食育、学齢期の肥満対策、成人の生活習慣病予防、適正体重維持などの活動を支援しています。

全国に普及している食生活改善推進員の組織は、昭和30年以降、「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、食

を通しての健康づくり運動を地域で推進しているボランティア組織の団体です。十和田市では平成29年4月現在181人が活動しています。同会は長年、減塩活動に取り組み、現在、だし活の普及に力を入れています。だし活とは、だしのうま味を活用して減塩を推進する活動です。

県は短命県脱却の目的で、平成26年度から減塩のいっその推進のために、だしの機能に着目し、県産の農林水産物を活用した、だし商品「で



来場者に野菜たっぷりの減塩食を家庭で作ってもらうため、野菜の大切さを説明する会員



十和田市食生活改善推進員会

会長 小林 博子 さん
よて食得食まのれし。でなりへる物す。育いな食を作らば、うにを大切にする。料理など、よく分ると共に、自分が見れば、知識が自分を実践する大切さを実感する。食育が、食生活の改善に大きく貢献する。

きるだし」を開発し、学校給食や家庭に普及する取り組みを展開しています。

「私たちは減塩普及活動を昭和60年から行っています。昨年は減塩などをテーマに5回食育活動を行いました」

こう話すのは、十和田市食生活改善推進員会会長の小林博子さん。

「市民交流プラザ『タワー』や公民館などで、みそ汁減分測定、野菜たっぷりみそ汁試飲、1日に必要な野菜350gの量や糖分摂取の展示などを毎回行い、参加者の運動不足解消のために軽体操も行っています」

同会の「食を楽しむ」をテーマにした昨年の活動は、▼6月「主食、主菜、副菜を基本に食事のバランスを」と題し野菜たっぷりでヘルシーなメニューの試食▼7月「適度な運動とバランスの良い食事で適正体重の維持を」と題

し地産地消メニューの試食▼9月「9月は防災の月、ごはんなどの穀物をしっかりと」と題し災害時メニューの試食▼10月「一日の生活リズムから健やか生活リズムを」と題し「だし活」メニューの試食▼11月「料理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく」と題し健康メニュー豆づくしの試食を行い、合計470人余りが来場しました。



会地が同各人が市内32区を回り、振省りた1年反の区集

12月の保健センターでの反省会では、「多くの参加者が食生活に気をつかっていることが分かった」「野菜たっぷりのスープが好評だった」「塩分や糖分がどのような食品に多く使われているかをもちと知らせたい」など、次年度に向けての活発な意見が

多く出ました。

「会の活動は、市民文化センターで開催された『健康まつり』（昭和60年）が始まりです。その頃に比べれば、市民の食生活の改善が地域に広がっているのを実感しています。活動当初より、現在の試食の薄味が、ちょうどいいと言っている人が増えています。そろそろ、県の塩分検査結果が発表されるはずですが、十和田市は県内では良い方だと感じています」と小林さん。

「県は3年前から三村申吾知事が率先して、だし活での減塩PRを行っていますが、それ以前から私たちは、長寿県へ視察研修を行い、減塩普及に取り組んできました。栃木県では『だし割しようゆ』の味を学び、長野県松本市では、市全体で減塩に取り組んでおり、長野駅前でのPR活動を見て感動しました」

「短命県脱却には大人の野菜摂取不足、塩分摂取過剰などの不規則な食事を改めること、子どもたちに良い食習慣を身につけさせ、長生きしてもらうことです。学校での食育、地場産食材の普及、学校給食の食育が重要になります」

「学齢期の正しい食習慣で長生きに」

「学校訪問で年77時間の食育授業」



学校で延べ45日、77時間の食育授業を行う栄養教諭

学齢期は、望ましい食習慣を身につけ、生涯を通して健全な食生活を実践していくために大事な時期です。栄養教諭による学校訪問での「食」の指導は、心身の健康、食事の重要性、児童・生徒の食習慣の自己管理能力の育成がねらいです。

十和田・六戸学校給食センターに勤務する栄養教諭の大川春枝さんは、本市の児童・



三本木中学校の生徒は、本市が肥満率が高いことを知り、正しいダイエット法を学ぶ

生徒の肥満割合が高いことに注目し、学校訪問での食育授業の中で、正しいダイエットについて教えています。昨年11月の三本木中学校での授業です。「食べすぎるとエネルギーにならずに、体内にたまってしまい、運動をしないことと重なる」と肥満になります。成長期のダイエットは、間違った方法で行えば、将来自分の体に不利益となり、正常な骨密度を保つことが難しくなります。食べ物をとらないダイエットは、栄養が体に入らず



真剣なまなざしで食物繊維のことを知る四和小学校の児童

体力もつきません。特に女性は女性ホルモンが低下しますので、骨の養分になるものがなくなります。今のうちに正しい知識を身につけて、健康を維持するためにも、今までの悪い食べ方を振り返ってほしいです」と生徒に指導しています。

「野菜を進んで食べるよう指導」

同センターに勤務する学校栄養職員の新山和美さんは、県民が野菜を食べる量が少ないことに注目し、「うんこは食べ物のかすです」この食生活で、青森県を長寿県にしたい」と話します。

大川栄養教諭は、「将来の十和田市を担う生徒たちに、心身ともに健全になってほしいし、大人になっても健全な食生活で、青森県を長寿県にしたい」と話します。



新山学校栄養職員は、野菜をとることの大切さを指導



自主製作のエプロンの内臓模型で、食べたおにぎりの流れを説明

「と児童に指導しています。新山さんは、「子どもたちが、元気な体をつくるためには、排便が大切です。子どもたちには、うんこで体の健康状態が分かることに気づかせ、食べてかすになる野菜を進んで食べる意欲を持たせるために教えています」と話します。



大人になっても、授業で学んだ食育を忘れないで長生きしてほしい

「地元産食材に感謝 豊かな食生活で健康に」

「地元産野菜でバイキング給食」

本市は、米、野菜、畜産などいずれも県内トップクラスの生産を誇る豊かな食資源に恵まれています。中でも、生産量日本一のニンニクをはじめ、長芋、ゴボウ、ネギは全国的に市場評価が高く、また



毎年小・中学校で行われるバイキング給食は、昨年13校で行われた



「緑の色のテーブルに並んだ料理は、体の調子を良くする食べ物です」と、料理に使用している食材を全員で学ぶ



新しく開発した十和田湖ひめますフライ(右)は、とわだ産品販売戦略課の提供

十和田湖和牛や十和田湖ひめますは本市の特産物となっています。

そのため、地産地消(※)の農林畜産物を活用した安全・安心な「食」の提供は、市民の豊かな食生活や健康づくりに役立ち、短命県脱却にもつながります。

十和田・六戸学校給食センターは、バイキング給食で地元産や県産食材を使用したメニューを提供するため、市内の小・中学校に毎年出向しています。

「バイキング給食では、自分に合った適量な料理を知って健康を守る能力、地元産の食

べ物に興味と関心を持たせる、わがままな行動や自分勝手な行動を慎むテーブルマナー、給食や食材を提供してくれた人たちへの感謝の念を指導しています」

こう話すのは、前述の学校栄養職員の新山さん。

昨年10月、法興小学校で行われたバイキング給食をレポートしました。メニューは次のとおりで、いずれも十和田産、県産の食材が中心です。

- ▼主食(県産ゴボウのサラダ巻、焼き鳥井、バラ焼き米粉うどん、デニッシュパン)
- ▼主菜(十和田湖ひめますフ

ライ、小龍包、ホタテ入り厚焼き玉子、えびのチリソース炒め)▼副菜(長芋のジャーマンポテト、小松菜と蒸し鶏

のナムル、玉子サラダ、シーザーサラダ)▼果物(オレンジ、ブドウ、梨)▼デザート(カットケーキ、桃のヨーグルトデザート)など。最初選ぶことができる料理は、主食3品、主菜2品、副菜3品、果物2品、デザート1品です。

市内の小・中学校では、総合学習などを活用し、修学旅行先の東京都内や函館市で、十和田市産食材を使った加工品と本市の観光などをPRしています。昨年は第一中学校が東京都内で、南小学校と東

十和田市産食材の提供は、市とわだ産品販売戦略課です。「バイキング給食では、地元産食材のすばらしさがPRできる良い機会ですので、今後取り組んでいきたい」と同課は話します。

「小・中学校が東京都や函館市の修学旅行で、とわだ産品のPR」

市内の小・中学校では、総合学習などを活用し、修学旅行先の東京都内や函館市で、十和田市産食材を使った加工品と本市の観光などをPRしています。昨年は第一中学校が東京都内で、南小学校と東

をを行い、その活動を市役所を訪れ小山田久市長に報告しました。小山田市長は、「十和田市の良さをさまざま勉強し、市の魅力を伝えてくれて大変うれしいです」と感謝の言葉を述べて激励しています。



第一中学校(水木恵一校長)2学年は、11月の東京都内の修学旅行でPR



南小学校(馬場泰裕校長)6学年は、6月の函館市の修学旅行でPR



東小学校(小原広基校長)6学年は、9月の函館市の修学旅行でPR

(※) 地産地消…地域で生産された農畜水産物を地域で消費・利用すること。「地元生産」と「地元消費」を組み合わせることで、生産者は消費者が求める安全・安心な食料を生産し、消費者が消費することにより、生産者を支える地域内の好循環を生み出す取り組み。

その4

「こうして作る
短命県脱却給食」



給食の汁はいつも具たくさん。具をたくさん入れることで、たくさんの野菜を食べることができる。具たくさん汁は減塩しても野菜のうまみが出て、おいしくできあがる

小・中学生と保護者に配布される「学校給食の献立表」には、学校給食センター自作の食に関する4コマ漫画を掲載しています。



(※こびり…10時ごろのおやつ。ちゅうはん…昼ごはん)

「生きた教材の
学校給食」

青森県の短命脱却には、学齢期から、学校・家庭・地域が一体となって、良い食習慣を身につけていかなければなりません。そのため、十和田・六戸学校給食センターは「あおもり型」給食を取り入れ、次の5つを実施しています。

(1)「塩分」ひかえめ：1食当たり小学生2・5g未満、中学生3g未満

(2)「野菜」たっぷり：1食当たり小学生100g以上、中学生120g以上
(3)「あぶら」ほどよく
(4)「ごはん」しっかり
(5)「あおもり」に感謝
「学校給食は、児童・生徒が学習する生きた教材です。私たちは健康で長生きしてもらうため、減塩などに取り組みながら給食を提供しています」

こう話すのは、十和田・六戸学校給食センター勤務の主任栄養士・堤蘭子さん。

「塩分を抑えた栄養バラ
ンスの良い給食づくり」



すいとん汁、すき昆布用ニンジン6,000食分の皮むき



すいとん汁のささがきゴボウを念入りに洗浄、消毒



すき昆布の煮物に使うさつま揚げを裁断



すき昆布の煮物は薄味。かき交ぜながら弱火で煮こむ



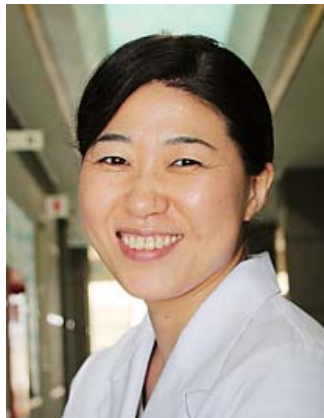
この日の薄味の調整は、堤主任栄養士（右）が行い、調理員に指示する

「大人の責任で子どもに良い食習慣を」



十和田・六戸学校給食センター
東中学校 栄養教諭 大川 春枝 さん

短命県脱却には、食育と運動が重要です。子どもたちは、やがて大人になり、父・母になり、食事も作らなければなりません。家庭科では自分で調理できるよう、しっかり身につけてほしいです。それが自らの健康管理につながります。また、食品を買うときは裏の成分表示を良く見ることが大切です。野菜不足だから野菜ジュースで野菜をとるといいますが、あくまでも補う程度にしかありません。野菜摂取の正しい知識を身につけてほしいです。



十和田・六戸学校給食センター
東中学校 主任栄養士 堤 繭子 さん

給食の減塩のために、だし活を献立に活用しています。また学校訪問を行い、食育の授業をしています。私たちの取り組みが、子どもたちの将来につながれば良いと思っています。とにかく、色々な料理に挑戦して、好き嫌いをなく食べられるようになってもらいたいです。規則正しい生活も大事です。10～20年後、子どもたちが大人になったときを考えて、今、してあげられることを常に考えています。



十和田・六戸学校給食センター
東中学校 学校栄養職員 新山 和美 さん

給食1食あたりの塩分は小学生2.5g、中学生3gまでとしています。汁は具たくさんにして、野菜の摂取量、栄養価も考えて作っています。最近、朝ごはんを食べない子は少なくなっていますし、給食のラーメンもスープを残すようになりました。食育の効果で、子どもたちが「自分は今後どうしていかなければならないか」を考えてきています。短命県脱却には、規則正しい生活と食生活が大切。そして野菜を多くとることが重要です。



「児童・生徒に、安全・安心な給食を愛情をこめて作っています」
(十和田・六戸学校給食センター職員の皆さん)

同センターでは、地産地消の安全・安心な地元農林畜産物を活用した給食で、子どもたちの豊かな食生活と心身の健康、地元への愛着を培っています。

「当センターでは、食材納入業者に、十和田産または青森県産食材を優先的に納品するようにお願いしています。また、学校の給食時間に合わせるため、短時間で料理ができるよう、カットされた食材や冷凍などの一次加工品を使用しています。もちろん、牛肉は細

菌検査、生産履歴などを食材納入業者から提出してもらっていますし、野菜はセンター内で定期的に放射性物質検査を行い、食材の安全性を確保しています」と堤さん。

新山学校栄養職員は、「当センターは、青森県学校栄養士協議会が提唱する『ふるさと産品愛用の日』には、十和田市産や青森県産食材を多く取り入れた給食を提供するとともに、食材の理解を深めてもらうため、郷土料理を取り入れたメニューも提供してい

ます。平成23年度からは、十和田市産米粉を原料とした米粉パン、米粉うどんも給食に提供しています」と話します。

同センターの三浦綾子所長は、「給食に使用する米は十和田市産『まっしぐら』。十和田市産または青森県産食材の割合は、平成25年度は60・9%でしたが、28年度は62・3%と上昇傾向にあります。しかしながら、冬は地元の野菜生産が途絶えるため、関東以西方面の野菜を使用せざるを得ない状況ですが、平

成34年度までには70・0%を目指しています」と話します。

最後に、大川栄養教諭は、次のように述べてくれました。「短命県脱却作戦の成功のためには、大人が癌予防のために禁煙したり、塩分や糖分摂取に注意したり、野菜をたくさん食べる食生活に改善することが重要です。そうすれば、子どもや孫の世代は自然とそれを学び、やがては長寿県になるはずですよ。『今を変えれば未来が変わります』」



学校で食べる本日の給食。すいとん汁とサンマ蜂みつレモン煮、すき昆布の煮つけ。栄養バランスが良い



サンマ蜂みつレモン煮も各学校のクラスごとにバットに詰める



できあがったすいとん汁は各学校のクラスごとに食缶に詰める

平成29年度

十和田市体育、スポーツに関する表彰

この表彰は、本市の体育、スポーツの振興に功績のあった人や、各種スポーツ大会で優秀な成績を収めた人に贈られます。

☎スポーツ・生涯学習課スポーツ振興係 ☎2317

体育功労賞



さとう すすむ 佐藤 進さん
65歳
十和田レスリングクラブ
会長

平成4年に十和田レスリングクラブを開設して以来、現在まで監督として競技者の育成や指導に尽力し、世界、国内におけるトップクラスの選手育成に尽力。また、平成16年から同クラブの会長を務め、組織の強化、発展やアマチュアレスリングを通して子ども達の体力強化、技の向上など青少年育成に尽力している。



かわむら じゅんこ 川村 淳子さん
63歳
市スポーツ推進委員協議会
副会長

平成5年から現在までスポーツ推進委員を25年間務め、いきいき健康づくり事業やリフレッシュスポーツ教室等において中心的存在として、小さい子どもからお年寄りまで幅広い年代層が楽しめる生涯スポーツを取り入れるなど企画や運営に携わり、講師も務めている。また、スポーツ推進委員協議会副会長として、競技者の育成だけでなく指導者の養成にも力を入れ、後進の育成に尽力している。

スポーツ賞

〔生徒個人〕

鴻巣翔（ボウリング）
山内康、斉藤誠（相撲）
小川航大、小川颯太
（レスリング）

〔一般団体〕

十和田市ゲートボール協会
北里大学獣医学部 跆拳道部

優秀選手賞

〔一般個人〕

佐々木あさみ、佐々木茂
（陸上）

工藤慈之（少林寺拳法）

添島拓未（馬術）

下田昭博（ボウリング）

下山優樹（卓球）

〔生徒個人〕

山端詩韻遠（空手道）

鳥谷部汐理（バレーボール）

大下内琢朗、種市慎之介、
佐藤聖也（ボウリング）

白銀柚希（陸上）

渡辺和恵、赤坂楓華
（バスケットボール）

福士超文（馬術）

蛭名魁、繁皓介
（ソフトテニス）

今泉 沙彩（水泳）

〔生徒団体〕

三本木高校少林寺拳法部
三本木農業高校相撲部
三本木農業高校ラグビー部

スポーツ奨励賞

〔一般個人〕

鈴木辰也、瀧内義男、晴山薫
（陸上）

音坂勇一、瀧内陽平、山下香織、
清水目基、宮地寿子、都築一雄、
平田樹恵、工藤佳祐、杉山幸雄
（水泳）

鹿島唯、鹿島育子（硬式テニス）
荒谷智以子、荒谷隆史、畑井智士、
竹鼻厚子（スキー）

中沢綾香、中沢乙子、宮野進
（馬術）

藤井康弘（空手道）

櫻田晴夫、中野誠子（卓球）

庭田純一（弓道）

沢光雄、佐藤悦子、中堤一男、
仁和ちわ、志田杉美
（パークゴルフ）

〔生徒個人〕

中川美優、角浜ゆい
（アーチェリー）

小山田風沙、苫米地未来、
竹ヶ原明日香、岩谷美和、
甲田流乃亜（バスケットボール）

福田瑞紀、後澤海斗、中村陽香
（少林寺拳法）

鈴木龍亮、櫻田佳子、畠山修弥、
坪修平（陸上）

佐々木隆斗（ハンドボール）

東尚希（ゲートボール）

坂本莉花子（剣道）

曾我幹、山市紗友理（相撲）

苫米地紗加、川岸璃空
（ソフトテニス）

第7回十和田市農業賞

この賞は、本市の基幹産業である農業分野において、生産性の高い経営を実践するなど、地域農業の発展に貢献した個人や団体に贈られます。



ふせ けいじ
布施 圭治さん
71歳・大不動字漆久保

酪農部会長を長年務め、巡回指導を行うなど、地域酪農の飼養管理技術の向上に尽力した。

また、生産された堆肥を用いて地域との耕畜連携による循環型農業を実践し、化学肥料を減らした飼料作物の生産において、粗飼料自給率100%となる自家生産を実践するなど、地域農業に大いに貢献している。

▼受賞20回
宮野進（馬術）

特別賞

- 【一般団体】
- 十和田市バスケットボール協会
 - 十和田市柔道協会
 - 十和田市ゲートボール協会
 - 十和田市ボウリング協会
 - 十和田市グラウンド・ゴルフ協会
 - 十和田市パークゴルフ協会
 - 三小インディアアカクラブ
 - 特定非営利活動法人 十和田市サッカー協会
- 【生徒団体】
- 十和田工業高校弓道部
 - 三本木高校女子サッカー部

スポーツ奨励賞

- ▼受賞10回
- 音坂勇一、杉山幸雄（水泳）
 - 鈴木辰也（陸上）
 - 関徹夫（ゲートボール）
- ▼受賞5回
- 荒谷隆史（スキー）
 - 漆館正人、小川向希、櫻田悟、田村英幸、豊川和也、鳥谷部大成、畑中圭、布施和則、松田聡、三浦武美、向山勝男、吉田誠（サッカー）
 - 小笠原勢一（ボウリング）
 - 小川堅一（ゲートボール）
 - 小島貴文（躰道）
 - 中沢綾香（馬術）
 - 中堤一男、中野渡セツ子、中野渡通行（パークゴルフ）
 - 水梨恭宏（柔道）
- ※敬称は省略しています。

地域包括支援センター委託先候補法人が決定しました

☎地域包括支援センター ☎ 3671

市では、高齢者をより一層支援していくため、地域包括支援センターの機能を強化し、4月から市内を『東』、『北』、『西南』の3つの地域に分け、それぞれに地域包括支援センターを設置します。委託先候補法人は表のとおりとなります。



地域包括支援センターは、介護や健康、医療など、さまざまな面から地域で暮らす高齢者のみなさんを支えるための拠点です。

今回の決定によるメリット

- その1 専門知識を持った人員が増える。
- その2 土曜日にも利用できるようになる。

センター名	委託先候補法人	担当圏域（小学校区）	設置予定地
十和田市東地域包括支援センター	医療法人幸仁会	三本木小、東小、藤坂小、清水小	旧坂本書店（東十三番町18番1号）
十和田市北地域包括支援センター	社会福祉法人八甲田会	北園小、洞内小、深持小、松陽小、ちとせ小	十誠ビル（西二番町4番3号）
十和田市西南地域包括支援センター	医療法人仁泉会	南小、西小、下切田小、四和小、沢田小、法奥小、十和田湖小	訪問看護ステーションえがお（穂並町6番27号）
西南サブセンター			在宅介護支援センターおいらせ（奥瀬字中平156番地）

地域包括支援センターの役割、利用方法や連絡先などの詳細は、4月号でお知らせします。

取り組みを紹介します

問農林畜産課 ☎ 6741
とわだ産品販売戦略課 ☎ 6743

市民の役割 生産された農産物などの積極的な消費に努めます。

十和田・六戸学校給食センターが実施するバイキング給食において、十和田産を含む食材を利用したメニューが提供され、十和田産農産物のよさを児童・生徒自らが感じ、家族と共有することで、地元でとれたものを地元で消費する「地産地消」への意識づけが醸成されつつあります。

市の役割 基本的な方針として次に掲げる事項を推進します。

- 安全で安心な農産物などの安定的な生産および供給に関すること
- 収益性の高い農業の確立に関すること
- 農産物などの販売および消費の拡大に関すること
- 食と農を通じた教育に関すること
- 農産物を活用した新たな取り組みの創出に関すること
- 農業の多様な担い手の育成および確保に関すること
- 農村の多面的機能の維持および発揮に関すること

市が農業者を支えた取組実績の一部を紹介します。

1. にんにく日本一確立支援事業

認定農業者に対して、ニンニク専用機の導入を支援しました。
対象者 市内に住所を有し、ニンニクの生産を行う認定農業者
対象 税抜価格が50万円以上のニンニク専用機（残存耐用年数が2年以上のもの）
助成率 購入・導入額（消費税抜き）の10分の2以内（補助金上限50万円）
補助件数 21件（見込み） 補助金交付額 合計9,116,000円（見込み）



※1 2015農林業センサス

2. 農業用機械等導入支援事業

農作業の省力化や効率化を図る生産意欲のある人を支援しました。
対象者 市内に住所を有し、過去に同補助金を受けていない人で、平成28年中の農業収入が100万円以上の農業者
対象 税抜価格が20万円以上100万円以下の農業用機械・パイプハウス（残存耐用年数が2年以上のもの）
助成率 購入・導入額（消費税抜き）の10分の3以内（補助金上限30万円）
補助件数 43件（見込み） 補助金交付額 合計9,348,000円（見込み）



3. 新規就農者農業機械等導入支援事業

認定新規就農者に対して、就農計画の目標達成を支援しました。
対象者 市内に住所を有する認定新規就農者
対象 税抜価格が20万円以上200万円以下の農業用機械・パイプハウス（残存耐用年数が2年以上のもの）
助成率 購入・導入額（消費税抜き）の10分の4以内（補助金上限80万円）
補助件数 5件（見込み） 補助金交付額 合計2,200,000円（見込み）

4. おいしい十和田野菜の健康な土づくり事業

圃場の土壌診断に要する経費の一部を支援しました。
対象者 市内に住所を有する農業者
対象 土壌診断は、基本項目と塩基バランスを含む土壌診断を行ったもの
助成率 農業者が支払った土壌診断に要する経費の2分の1
補助件数 748人（2,596件）（見込み） 補助金交付額 合計3,251,750円（見込み）

5. 移住・定住就農支援事業

持続可能な農業の実現のために市外からの青年新規就農者を支援しました。
対象者 市外からIターン・Uターンなどで移住してきた農業次世代人材投資資金の交付対象者
対象 空き家の家賃支援
助成率 空き家の家賃（管理費などを除く）の2分の1（補助金上限30,000円/月）
補助件数 1人（継続分） 補助金交付額 合計210,000円（見込み）

これからも…



市では、がんばる農業者を応援していきます。
全国に誇れる市の農産物を選ぶことが、市の農業者を応援することになります。
市民の地産地消で、市の農業を盛り上げていきましょう。

「十和田市食と農の推進条例」に基づいた

昨年3月に「十和田市食と農の推進条例」が可決、制定され、1年が経ちました。

本市にとってかけがえのない農業および農村を今後も守り育てていくためには、農業者の意欲の向上はもとより、市民一人ひとりが、食料、農業および農村の市民生活に果たしている役割の重要性について、より一層理解を深め、それぞれの立場で努力を重ねることが重要です。

今号では、同条例の目的を達成するための、それぞれの立場での役割や取り組み実績などを紹介します。

農業者、農業団体、事業者、市民および市がそれぞれの立場での役割を果たすことが重要

農業者の役割

安全で安心な農産物を安定的に生産および出荷し、農業の振興および農村の活性化に主体的に取り組むよう努めます。

安全で安心な農産物を安定的に生産および出荷している若手農業者の取り組みを紹介します。



中沢 聖弥
さん
(28歳)

深持地区で繁殖メス牛と子牛を育てています。もともと畜産をしていた祖父が高齢になったことをきっかけに就農しました。

牛は生き物なので、仕事に休日はありませんし、基本的に一人で世話をしているため、朝から晩まで一日中働いていますが、大好きな牛の成長を楽しみに頑張っています。



竹ヶ原 直大
さん
(38歳)

相坂地区で十和田アグリ株式会社を経営し、水稲・大豆を中心に栽培しています。奥入瀬川流域の水田で育てた安心・安全な農産物を、皆さんに提供していきたいです。

また、全国に誇れるこの十和田市の農業を将来の世代に残せるよう、これからも楽しむことを忘れずに農業に従事していきます。



豊川 聡士
さん
(35歳)

切田地区でニンニクやナガイモ、西洋野菜などを栽培しています。よりおいしいものを作るために、作業の合間を縫って様々な研修などに行き、自分の栽培に活かしています。

忙しい時期には、朝から晩まで働き、休日はなかなかとれませんが、頑張った分だけ良い品質のものが収穫できるのでやりがいがあります。

農業者団体の役割

基本理念の実現に向けて自ら取り組むとともに、市の事業に協力するよう努めます。

十和田おいらせ農業協同組合は、農業生産力の増進と農業者の経済的社会的地位の向上を図るための農業者の自主的な相互扶助組織として、販売、購買、信用、共済などの各種事業を展開するほか、市の補助事業を活用しながら、肉用繁殖雌牛貸付事業を実施するなどし、農業者を下支えしています。

肉用牛主産地づくり事業（市の補助事業）

繁殖雌牛群の改良、更新などの整備強化を図るため、優良雌牛を導入する経費の一部を市が支援しました。

対象者 十和田おいらせ農業協同組合（同農協の貸付制度を受ける農業者への間接補助）

対象 県内市場から購入した優良雌牛を導入する経費の一部を補助

助成率 導入した雌子牛1頭当たり100,000円以内

補助件数 50頭（見込み） 補助金交付額 5,000,000円（見込み）

事業者の役割

生産された農産物などの積極的な活用と消費拡大につながるよう努めます。

加工業者は、農産物の加工に取り組み、市の補助事業を活用するなどしながら、魅力的な商品づくりに努め、販路拡大を図っています。また、飲食店などにおいては十和田産食材を積極的に活用する店舗が増え、さらに市内の小売店でとわだ製品の取り扱いが充実しつつあります。

とわだの逸品開発事業（市の補助事業）

新商品の開発やブラッシュアップなどへの専門家のアドバイスを行うとともに商品開発や加工機械導入に対し市が補助しました。

対象者 市内に住所や本拠地を有する民間事業者や団体に要綱に掲げる要件を満たすもの

対象 専門家によるパッケージづくりの助言・指導、機械導入・販売活動への補助、販促機会の提供

助成率 経費の合計額の2分の1（補助金上限50万円）

5年間の実績 平成25年度から29年度までの5年間で24,709,000円（96商品・49事業者数）（平成29年2月末時点）を補助しました。

素敵な出会い応援します！婚活支援事業

市や県では、結婚を希望する独身男女を応援するさまざまな取り組みを行っています。3月に開催される婚活応援イベントと、県で設置している「あおもり出会いサポートセンター」を紹介します。

ちょっと結婚が気になる女性へ 「恋」と「出会い」に効く “ヒミツの女子会” (あなたのウラ星座を知る「占い女子会」です)

と き 3月16日(金) 午後7時～9時 (受け付け：午後6時30分～)

と ころ 14-54 (イチヨンゴーヨン) (十和田市稲生町14-54)

対 象 独身女性30人(先着順)

内 容 結婚が気になる女性を対象に、思いを共有する場を設け、婚活への不安を和らげ、女性ながらを生むことで、婚活の勇気づけにつなげることを目的とした婚活応援イベントです。

「Nikko(にっこー)おまもり屋 由布」のゆふ先生を講師に迎え、「ウラ星座を知り“しあわせオーラ”で生きるワークショップ」を開催します。また、ワークショップ終了後は、交流会を行います。お気軽にご参加ください。

参加費 1,000円(飲食代)

申込方法 電話、FAX、メールで申し込みください。

※申込用紙は市ホームページからダウンロードできます。

申込期限 3月8日(休)

申問 NPO法人プラットフォームあおもり (あおもり出会いサポートセンター運営団体)

☎017-763-5522 FAX017-763-5523 メール：info@platform-aomori.org

※この婚活イベントは、「平成29年度十和田市婚活支援事業補助金」を活用して行われます。

～あおもり出会いサポートセンター 会員募集～

サポートセンターは、少子化の流れを変えるため、結婚をしたい人の出会いを応援する県の組織です。会員には、協賛団体が企画・実施するイベントなどの情報を、メールマガジンで配信します。出会いの情報をキャッチすることから始めてみませんか。

※協賛団体も募集しています。イベント告知などに活用してください。

会員数 約1,700人(男性950人、女性750人)

会員条件 出会いを希望する満20歳以上の独身者で県内在住の人

登録料 無料

申問 あおもり出会いサポートセンター (運営団体：NPO法人プラットフォームあおもり)

青森市新町2丁目5-4 スペースMOMO2階 ☎017-721-1250



十和田市空き家バンク制度

十和田市空き家バンク

制度を活用しましょう！
 使いたい人へ 住みたい人へ

空き家情報や申請に必要な書類は十和田市ホームページで確認できます。

で検索



平成30年度期間業務職員・非常勤職員等募集のお知らせ

表中※印の番号の説明

対象※1

- ①…昭和28年4月2日以降に生まれた人
- ②…市内に住所がある人
- ③…普通自動車の運転免許を有している人
- ④…準中型自動車以上の運転免許を有している人（5t限定を除く）（AT限定不可）
- ⑤…大型自動車・大型特殊自動車の運転免許を有している人
- ⑥…パソコン操作（ワード・エクセル）ができる人
- ⑦…草刈機技能講習とチェーンソー技能講習を修了しているか、受講する意思がある人
- ⑧…消費生活専門相談員資格認定試験を自己負担により受験する意思がある人
- ⑨…車輛系建設機械運転技能講習を修了している人

提出書類※2

- ①…履歴書（市販のものに顔写真貼付）
- ②…自動車運転免許証の両面の写し
- ③…講習修了証の両面の写し
- ④…ハガキ（受験票用）
- ⑤…82円切手貼付け済の返信用封筒

募集区分	庁舎等維持管理作業員	消費生活相談員	労務作業員	とわだ産品販売戦略課事務補助員	期間業務職員
勤務場所	管財課	市消費生活センター	市内	とわだ産品販売戦略課	十和田湖支所
対象※1	①、④、⑦	①、③、⑥、⑧	①、②、④	①、③、⑥	①、⑤、⑨
業務内容	市役所庁舎内外施設維持管理、駐車場交通整理など	事業者に対する消費者からの苦情に関する相談受け付けなど	廃棄物対策、環境整備や公害排除業務など	物産フェアなどの出展者の取りまとめ、サンプル食材提供など	大型バス運転、草刈り、除雪などの環境整備など
募集人員	2人	1人	1人	1人	1人
勤務日	月～金曜日（祝日を除く）		原則、月～金曜日（土・日曜日、祝日の勤務あり）	月～金曜日（祝日を除く）	原則、月～金曜日（土・日曜日、祝日の勤務あり）
勤務時間	夏期：午前9時～午後5時 冬期：午前8時～午後4時（早朝勤務などあり）	シフト制 (1)午前8時30分～午後3時15分 (2)午前10時15分～午後5時	午前8時30分～午後5時15分		
賃金・報酬	月額159,400円	月額139,000円	日額8,600円	日額6,000円	日額9,500円
保険	通勤手当相当を支給（条件などあり） 社会保険、雇用保険				
任用期間	平成30年4月1日～平成31年3月31日			平成30年4月1日～12月31日	平成30年4月1日～平成31年3月31日
面接試験	3月16日(金) 午前10時 市役所新館 3階会議室	3月20日(火) 午前10時 市役所本館 2階会議室	3月23日(金) 午後2時 市役所本館 3階第1委員会室	3月13日(火) 午前10時 市役所本館 2階会議室	3月16日(金) 午後2時 十和田湖支所 2階交流室2
提出書類※2	①、②、③	①、②、④、⑤	①、②	①、②	①、②、③
申込期限	3月9日(金)	3月15日(木)必着	3月16日(金)必着	3月8日(木)必着	3月9日(金)
申し込み方法	提出書類を直接持参（郵送不可）	提出書類を直接持参か郵送。 郵送の場合は、封筒の表に「消費生活相談員申し込み」と朱書きし、〒034-8615（住所記載不要）まちづくり支援課あてまで	提出書類を直接持参（郵送不可）	提出書類を直接持参か郵送。 郵送の場合は、封筒の表に「事務補助員申し込み」と朱書きし、〒034-8615（住所記載不要）とわだ産品販売戦略課あてまで	提出書類を直接持参（郵送不可） 十和田湖支所まで持参ください。
申し込み・問い合わせ先	管財課 ☎⑤ 6707	まちづくり支援課 ☎⑤ 6777	まちづくり支援課 ☎⑤ 6726	とわだ産品販売戦略課☎⑤ 6743	十和田湖支所 ☎⑦ 2311

募集区分	保健師・看護師	えいぜん 学校営繕作業員	アシスタント ティーチャー	消防本部 非常勤職員
勤務場所	保健センター	市内小・中学校		十和田地域広域事務 組合消防本部警防課
対象※1	②、④、⑪、保健師か 看護師の免許を有して いる人	①、⑥、⑨、営繕業務 内容の経験があるか、 得意な人	①	①、③、⑥、⑩、⑪、 災害発生時、気象警報 発令時に休日夜間を問 わず出勤できる人
業務内容	生活習慣病予防におけ る生活習慣改善のため の支援、疾病予防のため の訪問保健指導、十 和田湖診療所の看護業 務や薬剤の管理保管な ど	市内小・中学校の営繕 業務（木工製作・修理、 屋根など塗装、樹木伐 採など）	児童生徒の教科（国語、 算数・数学、社会、理科、 英語など）の指導の支 援	特殊業務 ・災害発生時の消防団の 出動に関すること ・消防団の訓練に関する こと 経理など事務
募集人員	1人	1人	5人程度	1人
勤務日	月～金曜日（祝日を除く）		年間45～120日 ※勤務校との協議によ り決定する。	月～金曜日 （祝日を除く）
勤務時間	午前9時～午後5時	午前8時30分 ～午後5時15分	原則1日3時間程度	シフト制 (1)午前8時30分 ～午後3時15分 (2)午前10時30分 ～午後5時15分 ※時間外勤務・休日勤 務などあり（その場合、 割増賃金あり）
賃金・報酬	月額189,000円	日額8,600円	日額3,000円（謝礼） （交通費込み）	月額172,000円
	通勤手当相当を支給（条件などあり）			通勤手当相当を支給 （条件などあり）
保険	社会保険、雇用保険		なし	社会保険、雇用保険
任用期間	平成30年4月1日 ～平成31年3月31日	平成30年4月1日 ～平成31年3月31日 （うち一定の期間を除く）	平成30年4月下旬～ 平成31年2月頃 ※勤務校により変動あり	平成30年4月1日 ～平成31年3月31日
面接試験	3月13日(火) 午後4時 保健センター	3月20日(火) 午前9時 十和田湖支所 2階交流室	なし	3月19日(月) 午前9時30分 十和田消防庁舎 2階第2会議室
提出書類※2	①、②、④	①、②	①、⑤	①、②
申込期限	3月12日(月)必着	3月16日(金)	3月13日(火)	3月12日(月)必着
申し込み方法	提出書類を直接持参か 郵送。	提出書類を直接持参 （郵送不可）	提出書類を直接持参 （郵送不可）	提出書類を直接持参か 郵送。
	郵送の場合、〒034-0081 西十三番町4-37 健康増 進課課あてまで	十和田湖支所まで持参く ださい。	提出書類を直接持参した 際に、登録用紙への記入 と押印をしていただきま す。十和田湖支所まで持 参ください。	郵送の場合、封筒の表に 「消防団事務員申込書」と 朱書きし、〒034-0082 西 二番町7-10 十和田地域 広域事務組合消防本部庶 務課あてまで
申し込み・ 問い合わせ先	健康増進課 ☎⑤ 6791	教育総務課 ☎⑦ 2304	指導課 ☎⑦ 2309	十和田地域広域事務 組合消防本部庶務課 ☎⑤ 4111

平成30年度期間労務職員・非常勤職員等募集のお知らせ

表中※印の番号の説明

対象※1

- ①…昭和28年4月2日以降に生まれた人
- ②…昭和33年4月2日以降に生まれた人
- ③…市内に住所がある人
- ④…普通自動車の運転免許を有している人
- ⑤…中型自動車（中型車は中型車「8tに限る」）以上の運転免許を有している人（AT限定不可）
- ⑥…準中型自動車以上の運転免許を有している人（5t限定を除く）（AT限定不可）
- ⑦…大型自動車以上の運転免許を有している人
- ⑧…大型特殊自動車の運転免許を有している人
- ⑨…自家用車で通勤できる人
- ⑩…高等学校卒業以上の人
- ⑪…パソコン操作（ワード・エクセル）ができる人
- ⑫…草刈機技能講習とチェーンソー技能講習を修了しているか、受講する意思がある人
- ⑬…中高木の剪定等の作業のできる人
- ⑭…高所作業者運転技能講習を修了している人
- ⑮…車輛系建設機械運転技能講習（整地・運搬等）を修了し、重機を使った作業経験がある人

提出書類※2

- ①…履歴書（市販のものに顔写真貼付）
- ②…自動車運転免許証の両面の写し
- ③…講習修了証の両面の写し
- ④…保健師か看護師免許証の写し
- ⑤…印鑑

募集区分	公園緑地等高所作業車 取扱維持管理員	公園緑地等 維持管理員	都市整備建築課 期間労務職員	道路維持補修作業員	
勤務場所	市内				
対象※1	①、③、⑦、⑫、⑬、⑭	①、③、⑤、⑫、⑬	①、③、⑤、⑫	①、③、⑤、⑫	①、③、⑤、⑧、⑫、⑮
業務内容	都市公園・保全地区・街路樹などの維持管理業務など 主に中高木の剪定などと、冬～春季の維持管理作業など			道路の維持・補修・清掃業務、除雪作業、凍結防止剤散布作業	
	高所作業車の運転				重機の運転
募集人員	1人	若干名	若干名	若干名	若干名
勤務日	月～金曜日（祝日を除く）				
勤務時間	午前9時～午後5時		午前8時30分～午後5時15分	午前9時～午後5時	
	作業により、早朝などの勤務あり			作業により、早朝、夜間などの勤務あり	
賃金・報酬	月額188,800円	月額159,400円	日額8,000円	月額159,400円	月額188,800円
	通勤手当相当を支給（条件などあり）				
保険	社会保険、雇用保険				
任用期間	平成30年4月1日～平成31年3月31日		平成30年4月1日～11月30日	平成30年4月1日～平成31年3月31日	
面接試験	3月26日(月)午後1時30分 市役所新館3階会議室			3月20日(火)午前9時30分 市役所新館3階会議室	
提出書類※2	①、②、③				
申込期限	3月20日(火)必着 提出書類を直接持参か郵送。			3月14日(水)必着 提出書類を直接持参か郵送。	
申し込み方法	郵送の場合は、〒034-8615（住所記載不要）都市整備建築課あてまで			郵送の場合は、〒034-8615（住所記載不要）土木課あてまで	
	履歴書上部に希望する「募集区分」を記入する事。 1枚の履歴書で複数の募集区分の申し込みが可能です。その場合は、申し込みしたい「募集区分」のすべてを記入する事。				
申し込み・問い合わせ先	都市整備建築課 ☎⑤ 6737			土木課 ☎⑤ 6730	

平成30年度 健康診査のご案内



電話または健康診査申込書で保健センターに申し込みください。

▷健康診査申込書は、40歳以上の国民健康保険加入者、61歳以上の人、前年度に市の健診を受診した人などへ郵送します。そのほかの人は、電話で申し込みください。

▶申込期間 3月1日(木)～26日(月)

▶問い合わせ・申し込み先 保健センター ☎⑤16790・⑤16791・⑤16792

種類	検査内容	対象・年齢 (平成31年3月31日での年齢)	個人負担金	
			集団方式	個別方式
1	特定健康診査	・国民健康保険加入者(40歳未満も集団方式で受診できます) ・40歳以上の生活保護受給者	無料	
	後期高齢者健康診査	後期高齢者医療保険加入者	無料	
2	胃がん検診(★) 胃X線検査(バリウム検査)	40歳以上の人 (40歳未満の国民健康保険加入者も、集団方式で受診できます)	1,300円	1,800円
3	結核・肺がん検診(★) 胸部X線検査		400円	実施なし
4	大腸がん検診(★) 便潜血検査(2日分の採便)		500円	
5	乳がん検診(2年に1回)(★) マンモグラフィ		1,000円	
6	子宮頸がん検診(2年に1回)(★) 視診、細胞診	20歳以上で平成29年度市が実施した子宮頸がん検診を受診していない女性	1,200円	1,200円 ▶医療機関に直接申し込み
7	骨粗しょう症検診 足骨量測定	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	600円	実施なし
8	肝炎ウィルス検診(電話申し込み) B型・C型	40歳と41歳以上で過去に受診したことがない人	1,200円	
9	人間ドック 上記1～4の他、腹部超音波、視力、聴力、血液追加検査など	・40歳以上の国民健康保険加入者 ・後期高齢者医療保険加入者 ・40歳以上の生活保護受給者	14,000円 ▶実施場所は市立中央病院	実施なし

★平成30年4月1日時点で満40歳(昭和52年4月2日～昭和53年4月1日生まれ)の人は、各種がん検診を無料で受けられます。

*個人負担金の免除

市民税非課税世帯、生活保護、満70歳以上の方は、一部の健診を除いて個人負担金が免除となります。詳しくはお問い合わせください。

*子宮頸がん検診(個別方式)

個別子宮頸がん検診は、以下の指定医療機関で実施しています。受診希望者は直接申し込みください。

指定医療機関名	電話番号
十和田産婦人科内科クリニック	㉓ 7777
藤井産婦人科医院	㉓ 5588
市立中央病院(健診センター)	㉓ 5763
しんクリニック	㉓ 7711

市立中央病院の子宮頸がん検診は、経膈エコー検査とセットとなり、追加料金があります。詳しくは、市立中央病院(健診センター)へお問い合わせください。

●協会けんぽ、共済組合など、国民健康保険以外の保険に加入している40歳以上の被扶養者(家族)の特定健康診査の申し込みは、青森県総合健診センター(☎017-741-2336)へ4月2日(月)以降直接申し込みください。

3月の健康カレンダー

●乳幼児健診・母子健康相談

▶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	6日(火) 12:30~13:00 ※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28年9月生まれの幼児	14日(水)※歯ブラシ持参 12:30~13:00	
◆2歳児発達健診 平成27年9月生まれの幼児	15日(木)※歯ブラシ持参 12:30~13:00	
◆3歳児健診 平成26年9月生まれの幼児	13日(火) 12:00~12:45	
◆ほっとマミーサロン 妊産婦と生後6か月未満の乳児	5日(月)・19日(月) 13:30~15:30 ※前日までに要予約	市民交流プラザ「タワーレ」 問健康増進課 ☎⑤6792

※2歳児発達健診は2歳6か月児が対象です。

※3歳児健診は3歳6か月児が対象です。問診票一式は事前に郵送しています。

※発熱や感染症治療中のときは、翌日以降に受診してください。

※保健センター駐車場が満車の場合は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

●各種相談

内容	受付時間	ところ・問い合わせ
◆こころの相談 心の悩み、不眠、もの忘れ、お酒のことなど、気がかりのある人・家族	7日(水) 14:00~15:00 ※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 市内在住の人	7日(水) 9:30~13:15~ ※5日(月)まで要予約	
◆療育相談 首すわり、おすわり、歩き始めが遅い気がするなど発育や発達について心配のあるお子さんの家族	14日(水)※要予約 ▶継続の人 9:30~10:30 ▶新規の人 10:30~11:00	上十三保健所 問☎③4261
◆B型・C型肝炎検査 一般の人	6日(火)・13日(火)※要予約 13:00~13:30	
◆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	14日(水)※要予約 13:00~14:00	
◆女性健康相談 思春期や不妊、更年期障害などにお悩みの人	15日(木) 10:00~10:30	市民交流プラザ「タワーレ」 問健康増進課 ☎⑤6791
◆まちなか健康相談 心や体のことを相談したい人 ※予約不要、お気軽にどうぞ	9日(金) 9:00~12:00 13:00~15:30	
◆エイズに関する相談 一般の人	6日(火)・13日(火)※要予約 13:30~14:30	上十三保健所 エイズ専用 問☎③8450

●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
20日(火)	10:00~12:00	(株)大泉製作所 十和田工場
	13:30~16:00	十和田東病院
25日(日)	10:00~11:45	イオンスーパーセンター十和田店
	13:00~16:00	

3月1日~8日は女性の健康週間です

厚生労働省では、女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを支援するため、毎年3月1日から8日までを「女性の健康週間」と定めています。

女性がずっといきいきと活躍するために、定期的に特定健診・がん検診を受診しましょう。



問健康増進課健康づくり推進係☎⑤6791

3月は自殺対策強化月間です

リラクゼーションを心がけましょう

- 心が疲れたな、ストレスがたまってきたな、と感じたらまずは十分な睡眠と栄養をとってみましょう。
- 自律神経のバランスを整えるために、目を閉じ、鼻からゆっくり息を吸い込み、その倍の長さで口からゆっくりと吐き出しましょう。



悩んだときは、1人で抱え込まず、身近な人や健康増進課（保健センター）へご相談ください。

問健康増進課健康づくり推進係☎⑤6791

助成期限は3月31日

高齢者肺炎球菌ワクチンは接種しましたか？

今年度の高齢者肺炎球菌ワクチンの予防接種は、3月31日で助成が終了します。対象期間を過ぎると、全額自己負担になりますので、希望される対象者は、市内指定医療機関で接種を受けましょう。

◎対象者

市内に住所のある次の①か②に該当する人で、過去に肺炎球菌ワクチン（ニューモバックスNP）を接種したことがない人

①平成29年度中に65、70、75、80、85、90、95、100歳になる人

②接種日において60歳以上65歳未満の人で、身体障害者手帳1級（内部障害）の人

◎接種費用

2,000円
(非課税世帯、生活保護世帯は無料)

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

男女ともに個性と能力を発揮できる 社会づくりにつなげよう

これまで女性が中心だった職種に就く男性が、あらゆる分野で増えてきています。男女それぞれが個性や能力を発揮できる就業機会均等が進んできた結果だと思われれます。

今号では、今までは「女性の職場」と思われがちだった保育園で、自らも家庭を持ち子育てをしながら活躍している男性保育士さん3人にお話を伺いました。



みきの保育園・
保育士歴6年
阿部 裕貴さん
(29歳)

みきの保育園・
保育士歴11年
遠田 圭佑さん
(32歳)



十和田市男女共同参画市民
情報誌ゆっパル編集委員に
よるコーナーです

「ゆっパル」の由来
この地方の方言で「結ぶ」という意味の「ゆっばる」と、英語で「仲間・友だち」という意味の「パル」からできています。「一人ひとりの思いが結びついて仲間をつくる」という願いが込められています。



てありがたいです。

阿部 最近、2人目の子どもが産まれたばかりなので、お風呂やごはんの手伝いをしています。毎日の食器洗いは欠かさずやっています！

酒井 残業がほぼない職場なので、仕事以外はほとんど家族と一緒に過ごしています。前職が料理人だったということもあって、家族に食べた物を聞いて作ったりなど、楽しみながら家事をしています。

Q 保育士を目指している男子学生さんにもメッセージをお願いします。

遠田 子どもたちが大人になるための基盤を作るお手伝いをする仕事なので、とてもやりがいがあるし面白

を取得しました。今思えば、自分の父親が育児に積極的だったことも、きっかけの1つになったと思います。

Q この仕事をしていて良かったこと・苦労したことなどありますか？

遠田 初めて受け持つクラスだと、男の先生という迫力にビックリして壁を作る女の子の園児もいたので、信頼関係を築いていくことに苦労したこともありました。しかし、子ども達の笑顔、成長していく姿を毎日見られるのでそれがとても嬉しいです。現在、年長児のクラスを受け持つ

Q 保育士を目指したきっかけは？

(以下敬称略)

遠田 小学校高学年の時に、友人から(友人の弟と遊ぶ姿を見て)「保父さんになったら？」と言われ、その言葉がずっと心に残っていました。その後、保育士になりたいと意識しはじめました。

阿部 母親が保育士だったこともあり、高校生になり進路を考えた時、保育士になりたいと思いました。

酒井 以前は別の仕事をしていましたが、結婚が転機となり、30歳を過ぎてから短大に入学し、保育士資格

「さんかく日和」 その11

Akemi.N



まきばのこども園・
保育士歴2年
酒井 啓太さん (35歳)

います。気力と体力と愛情があれば楽しくできます！
阿部 子どもの成長を考えて活動しているので楽しいです。男性保育士は重宝される存在ですので、女性中心の職場というしがらみなどはなく、保育士は楽しい仕事だと思ってもらえば嬉しいですね。
酒井 保育園に母親役はいるけど、

父親役はいなくていいの？単純にそう思うんです。力のあるパパのような遊び方を楽しんでくれる子どももたくさんいると思いますし、男性にしかできない得意分野も活かせるので、とてもやりがいを感じられる仕事だと思えます。何より子どもにモテますね！
実際保育士になってみて思うのは、女性だけが働く職場ではないなという事です。少しずつですが、就労条件が改善されてきているので、今後もっともって男性が活躍できる職業になっていけば良いなと思います。

以前は、保育士さんのことを「保母さん・保父さん」と呼ぶ時代でしたが、近年、男性が保育現場に立つことが増加し、女性・男性ともに「保育士」と呼ばれるようになっていきました。10年前は約2万人だった男性保育士の登録者数は、平成28年には約6万4千人に増えました。(社会福祉法人 日本保育協会調べ)
男性保育士の存在は、園に多様性をもたらすほか、子どもにも多くの刺激を与えることができるため、今後需要は高まっていくと思われるます。核家族が進んでいる昨今、子どもたちにとっては、さまざまな性別、年齢層の人達と関わりあうことが大切です。



今後ますます職業選択の幅が広がり、男女ともに輝ける社会を築くことが大切です。

◆編集後記

どんな職種も男女ともに個性と能力を活かせますね！先入観やイメージをゼロにして物事を捉えることが大切だな〜(U)

男性保育士に、家庭ではイクメンやカジダン…男女問わずの歴史に変化していて、女性も力仕事の時代になりそうですね！(K)

大人がいつも笑っている…それを見て育つ子は、楽しい人生が送れるのでは？(S)

4人の子どもの育てて思うのは、子どもの相手は、とにかく体力が必要ですね。やっぱり男性の力があると助かりますよね。(S)

子どもが親に甘えてくるのは期間限定だと思えます。その貴重な時間を楽しめればいいですね。(N)

人間形成の一番大切な時に、気力、体力、愛情を注いでもらえるのは力強い！(F)

編集 十和田市男女共同参画市民情報誌ゆっパル編集委員 漆館優美

花、木村奈生美、笹森栄子、新藤

幸子、中野渡明美、深谷淳子

発行 総務課広報男女参画係

☎6702

窓口の時間延長と臨時開設を行います

時間延長

3月29日(木)、30日(金)
午後5時15分～午後6時

臨時開設

4月1日(日)
午前8時30分～午後4時

■市民課 ☎6755

- ▽住民異動届の受け付け(転入・転出・転居)
- ▽戸籍届出(出生・死亡・婚姻など)
- ▽各種証明書の交付(住民票、戸籍、年金現況証明)

▽印鑑登録、印鑑証明書の交付

▽国民年金の資格に関する手続き

▽マイナンバーカードの交付

※市民課では、各種証明書の交付に限り1年を通して月・金曜日に午後6時までの時間延長を行います。

■税務課 ☎6765

- ▽所得(課税)証明書・納税証明書の交付

▽原付バイクなどの標識交付・返納の受け付け

■国民健康保険課

☎6750 ☎6752

▽時間延長と臨時開設時の住民異動に伴う国民健康保険、後期高齢者医療制度の手続き

■こども子育て支援課

☎6716 ☎6717

- ▽児童手当の手続き
- ▽児童扶養手当の手続き
- ▽子ども医療費の手続き
- ▽ひとり親家庭等医療費の手続き
- ▽特別児童扶養手当の手続き
- ▽保育所などの入所手続き

■まちづくり支援課 ☎6726

- ▽ゴミ出しのルール説明
- ▽町内会への加入案内
- ▽犬の登録、転入、転出手続き
- ▽交通災害共済加入、脱退手続き

ご協力ください

- ※取り扱いきれない業務やマイナンバーが必要となる業務が一部あります。
- ※手続き内容によっては、後日あらためておいでいただくことがあります。



※窓口では「なりすまし」などによる不正な請求を防止するために本人確認を行っています。

※本人確認書類(マイナンバーカードや運転免許証など)と印鑑をお持ちください。

※代理人が手続きを行う場合、委任状などの提出を求める手続きがあります。

詳しくはお問い合わせください。

あなたの街の

法律相談



～第36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「**土地の通行権**」についてです。

☎まちづくり支援課 ☎6777

Q ある土地を相続したのですが、その土地は他人の土地に完全に囲まれており、公道へ出るための通路がありません。このままでは売却にも利用にも不便があり、困っています。

A まず、通行地役権^{ちえき}という権利の設定をすることが考えられます。他の土地の所有者と話し合い、合意により、通路を設定します。通路開設費用や利用料は合意により定めます。

Q 合意ができない場合はどうすればよいのでしょうか。

A 周囲を他人の土地に完全に囲まれて公道へ出られない土地(袋地)について、民法は、袋地の所有者等は、他人の土地を通行する権利があると定めています。この場合、最も被害が小さい部分を通行することになりますので自由に通行部分を選択できるわけでなく、原則として、

償金を支払う必要があります。例外として、土地が分割や一部譲渡によって袋地となった場合などは、償金が不要とされる場合もあります。

Q 袋地通行権は自動車の通行も認められるのですか。

A 民法で認められる袋地通行権について、どのような幅、長さ、歩行者に加えて自動車も通行できるのかなど具体的な内容は、事案の個別の事情を踏まえて判断されています。地域の実情、通行方法の必要性、土地の状況や通行による被害の程度など、あらゆる事情を総合考慮して定められます。自動車の通行まで認められるかは、一概には言えません。

Q 通行地役権は時効により取得することはできますか。

A 袋地通行権は民法が特別に認められた権利であり時効取得の対象にはなりません。通常の通行地役権は時効取得の対象となります。継続かつ外形上認識できる使用がなされ、自己のためにする意思により、平穩公然と行使していることを要件に、10年または20年による時効取得が認められる事案もあります。

(文責・弁護士 鈴木 陽大)
いずみ法律事務所 ☎6558

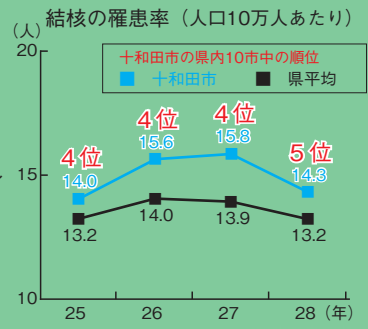
平成29年度子ども議員提案企画

第7回「データから見る！わがまち十和田市」

今月のデータは、**結核の罹患率（人口10万人あたり）**です。

罹患率が
県内10市中 高い方から 5位（平成28年）

結核の罹患率の約7割が70歳以上の高齢者です。
早期発見・早期治療が重要ですので、定期的な健康診断を心がけ、
風邪のような症状が長く続く場合は病院を受診しましょう。



まちなのニュース

市内のイベントを随時発信！

十和田市ブログ駒の里

検索



2/10~5/20

現代美術館企画展

ラファエル・ローゼンダール
：ジェネロシティ 寛容さの美学

現代美術館で、企画展「ラファエル・ローゼンダール：ジェネロシティ 寛容さの美学」が始まりました。

同企画展は公的な美術館で行う初めての個展で、16パターンの大型映像作品、タペストリー作品、言葉の芸術「俳句」、鑑賞者がカーソルを動かして作品の動きを楽しめる映像などでその世界観を表現しています。



新作のタペストリー作品



圏域の10市町村の首長らが一堂に会しました

1/31

第2次共生ビジョン策定方針を決定

上十三・十和田湖広域自立圏市長村長会議

上十三・十和田湖広域市町村長会議が市民交流プラザ「タワーレ」で行われ、圏域の10市町村の首長らが平成30年度から34年度までの5年間の第2次共生ビジョン策定方針の決定を行いました。第2次共生ビジョンには、圏域の大幅な人口減少の抑止を「移住促進」や「結婚支援」などにより目指す取り組みや、2次交通の整備・充実に関する取り組みなどが新たに盛り込まれました。

ぐるっとNAVI ~上十三・十和田湖広域定住自立圏情報~

上十三・十和田湖広域定住自立圏圏域のイベント情報をお届けします♪

三沢市 第18回三沢ほっきまつり

三沢の冬を代表する味覚『ほっき貝』を堪能しませんか？
試食や販売は数に限りがありますので、お早めにご来場ください。

とき 3月11日(日) ところ 三沢市魚市場特設会場
内容 午前8時45分～ 三川目小学校児童による海鳴り太鼓
午前9時30分～ ほっき無料試食会、ほっき料理・加工品販売、
ほっき即売会
午前11時～ ほっきムキムキ大会

問 三沢ほっきまつり実行委員会（三沢市漁業協同組合内） ☎642202

みんなで
出かけよう





市役所代表

☎ 23 5111

FAX 22 5100

土・日曜日および祝日は閉庁

❖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。

「十和田都市計画用途地域の変更(案)」に関する市民説明会を開催します

市では、都市計画用途地域の一部見直しを検討しています。この変更により建築物の用途制限が変更となるため、説明会を開催します。

とき 3月15日(木) 午後6時～

ところ 市民図書館
用途地域の変更箇所 西二十二番町の一部

※申し込みは不要です。
※中央駐車場をご利用ください(無料券を配布します)。

問 都市整備建築課 ☎ 6735

■固定資産の縦覧・閲覧

問 税務課 ☎ 51 6768・51 6769

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧と固定資産課税台帳の閲覧により、固定資産税の評価額などを比較や確認ができます。

区分	縦覧	閲覧
趣旨	固定資産税の納税者(固定資産税が課税されている人)は、自分の固定資産(土地・家屋)評価額について、評価が適正であるか、市内の他の固定資産評価額と比較することができます。	固定資産税の課税内容を固定資産課税台帳により確認することができます。
期間	4月2日(月)～5月31日(木) (土・日曜日、祝日を除く)	通年(土・日曜日、祝日および年末年始を除く) *平成30年度分は4月2日(月)から
縦覧および閲覧できる人、その際に必要なもの ※いずれの場合も本人確認ができるものが必要です。 (運転免許証など)	<p>▶固定資産税の納税者本人、同一世帯家族、納税管理人</p> <p>以下の人は所定のものが必要です</p> <p>▶法人の代表者または委任状を受けた代理人 代表者印を押印した申請書または委任状</p>	<p>▶所有者本人、納税管理人</p> <p>以下の人は所定のものが必要です</p> <p>▶法人の代表者または委任状を受けた代理人 代表者印を押印した申請書または委任状</p> <p>▶借地人、借家人など 賃貸借契約書など</p> <p>▶固定資産の処分をする権利を有する人 権利を証明する書類など</p>
備考	土地のみ課税されている人は土地のみ、家屋のみ課税されている人は家屋のみ縦覧が可能です。	手数料 300円 ※縦覧期間中(4月2日(月)～5月31日(木))は無料
受付時間・場所	▶受付時間 午前8時30分～午後4時30分 ▶場所 本館1階税務課	

■平成30年版 十和田市農地賃借料情報のお知らせ

問 農業委員会 ☎ 51 6740

平成29年1月1日から12月31日の間に賃貸借された農地の集計です。賃借料は、著しく低額や高額なものを除外しています。賃貸借契約の目安としてご利用ください。

(賃借料は円/10a当たり)

地域名	田				畑			
	平均額	最高額	最低額	筆数	平均額	最高額	最低額	筆数
大字深持、洞内、大沢田、馬洗場、立崎、八斗沢、豊ヶ岡	11,200	17,400	5,000	114	12,000	15,300	9,000	6
住居表示区域、大字三本木、赤沼、切田の一部(向切田)、相坂	11,600	18,000	4,600	197	10,700	15,000	5,800	6
大字切田(向切田を除く)、藤島、伝法寺、米田、大不動、滝沢	9,600	12,100	5,000	93	6,700	10,400	3,300	5
大字沢田、奥瀬、法量	9,100	15,000	4,400	172	9,400	11,700	5,000	7
市全体	11,100	18,000	4,400	576	10,800	15,300	3,300	24

就学援助制度について

経済的な理由により学用品などの負担が困難な保護者に援助します。

対象 小・中学校に就学している児童・生徒の保護者で、生活保護を受けている人とそれに準じて生活が困窮している人

■児童・生徒が在籍している学校
 〇教育総務課 ☎ 2305

市民税・県民税の申告はお早めに！

市民税・県民税の申告期限は、3月15日(木)です。例年期限間近になると会場が混雑しますので、早めに申告を済ませるようお願いいたします。

申告に必要な書類は、必ず整理・集計し、事業所得などのある人は、収支内訳書を作成の上持参してください。整理・集計・収支内訳書の作成をしていない人は、申告の受け付けはできませんのでご注意ください。
 ※3月4日(日)は申告相談を受け付けます。

〇税務課 ☎ 6766、☎ 6767

粗大ごみ・大量のごみを出すときはルールを守り計画的に処分しましょう

▼ごみを収集場所に出す場合は、燃えるごみ・燃えないごみ・資源ごみに分別して、指定の袋に入れ決められた日に少しずつ出しましょう。

▼まだ使用できるものは、譲ったりリサイクルショップを利用しましょう。

う。

▼粗大ごみの処理方法(いずれも有料)

▽十和田地域広域事務組合に自己搬入する▽まちづくり支援課で処理券を購入・予約し、収集を依頼する▽一般廃棄物処理業者へ依頼する

※詳しくはお問い合わせください。

〇まちづくり支援課 ☎ 6726

十和田地域広域事務組合
 ☎ 2654

宝くじ助成事業を活用しました

(二財)自治総合センターが行う全国自治宝くじ普及広報事業のコミュニティセンター助成・青少年健全育成助成を受け、次の団体が整備・文化学習を行いました。

◆万内町内会

万内集会所の新築

◆三本木小地区安全・安心協働活動協議会

▽事業名「十和田湖・奥入瀬溪流を知る、育てる」

▽概要 体験学習などを通して、十和田湖・奥入瀬溪流への価値を再確認するとともに、郷土愛・親子の絆も深め、相互の思いやりや助け合いの心を育みました。

〇まちづくり支援課
 ☎ 6725



60歳未満で会社などを退職される人は

国民年金の加入手続きが必要です

60歳未満で会社などを退職される人や、その人に扶養されている配偶者は、国民年金の加入手続きが必要です。保険証を任意継続される人も国民年金への切り替えが必要です。

〇市民課国民年金係 ☎ 6753

八戸年金事務所 ☎ 0178・44・1742

■60歳未満で会社などを退職したとき

会社などを退職すると本人(第2号被保険者)と配偶者(第3号被保険者)は国民年金の加入手続きが必要で、

◆手続きに必要なもの

▼印鑑▼マイナンバー▼年金手帳
 ▼資格喪失証明書▼本人確認書類
 など

■加入手続きをしない、未納にしている

国民年金に未加入、または加入していても保険料を未納にしていると、老後に受け取る年金を受けられなくなったり減額になったりします。また万一のときに障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

すぐに厚生年金に加入する予定でも空白期間が1日でもあれば、国民年金への加入手続きが必要です。

■保険料の納付方法

国民年金保険料は、日本年金機構

から郵送される納付案内書で、各金融機関やコンビニエンスストアで納付することができます。

※口座振替やクレジットカードでも納付できます。

◆口座振替やクレジットカードでの納付手続きに必要なもの

▼通帳▼銀行届出印▼クレジットカードなど

※前払い(前納)すると保険料の割引があります。

■納付に困ったら

保険料の納付が難しいときは、免除制度に該当する場合があります。雇用保険受給資格者証や離職票を持参の上、早めにご相談ください。免除が認められると、年金を受給するための資格期間に反映されます。

※平成30年3月から、年金の各種届出・申請には、マイナンバーの記載が必要になります。

認定看護師による看護相談外来が始まっています

中央病院では、がんや糖尿病、透析、じよく瘡、失禁、感染など各分野での専門性を持つ看護師が、病気や治療、療養に関する悩みや不安を聞き、患者さんやその家族の相談や指導を行います。

相談を希望される人は、中央病院総合案内窓口または看護師に申し付けてください。

問 中央病院

☎ 5121



道路の異状を発見したらメールで連絡をお願いします

市の道路上の穴、側溝やガードレールの破損などの道路の異状を発見した際に、メールで連絡ができる「道路情報通報メール」を市のホームページに掲載しました。

市民の皆さんからの情報提供をよろしく願います。

問 土木課

☎ 6730



道路上の穴

浄化槽を正しく使いましょう

浄化槽は、微生物の働きを利用して汚水を浄化するため、次の適正な管理が必要です。

- ▼定期的な保守点検▼年1回の清掃
- ▼法定検査の受検（使用開始後と年1回）

また、浄化槽の使用開始時や廃止時、管理者の変更時などには、三八地域県民局環境管理部へ届け出などが必要です。

問 三八地域県民局 環境管理部

☎ 0178・27・5111

肺がん、中皮腫など石綿関連疾病に罹った人への補償・救済を行っています

呼吸器系疾病が石綿を吸ったことが原因であると認定された人には、労災保険制度・石綿健康被害救済制度から各種給付を受けることができます。該当する人は、お近くの労働基準監督署へご相談ください。

問 青森労働局 労災補償課

☎ 017・734・4115



奨学生募集

経済的理由で修学が困難な人に学費の一部を貸し出します。

対象 次の全てに該当する人

▼保護者が市内に住所を有している人

▼高校（高等専門学校を含む）、大学、短大に在学している人

※専門学校・大学院は除く。

▼学費の支払いが困難な人

▼心身ともに健康で学業成績が優良な人

募集人員・貸与額（無利子）

▼高校（高等専門学校） 5人程度

月額1万5千円以内

▼大学・短大 10人程度

月額6万4千円以内

提出書類 ▼奨学金貸与申請書▼成績証明書▼在学証明書▼保護者世帯の住民票謄本▼平成28年分所得証明書（家族全員分）▼連帯保証人2人の印鑑証明書

※世帯の状況などをお聞きます。

提出書類は直接持参してください。

※申請書は、教育総務課と市役所本館1階会計係横のカウンターに備え付けているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

奨学生の決定 選考委員会で審議の上、教育委員会決定します。

受付期間 4月2日（月）～27日（金）

※奨学金の振り込みは6月下旬を予定しています。

申請教育総務課 ☎ 2305

各種統計調査において、調査票の配布・回収・点検などを行う統計調査員を随時募集しています。

対象 次の全てに該当する人

▼20歳以上の市内在住の人▼統計調査に関心があり、統計に関する研究などに参加できる人▼責任をもつ

て調査事務を遂行し、調査で知り得た秘密を守る人▼税務、警察、選挙に直接関係のない人▼暴力団員その他の反社会的勢力に該当しない人

身分 調査実施の都度任命される非常勤の公務員

報酬 調査に従事した場合は、調査ごとに報酬が支払われます。

登録 応募者を市が審査し、統計調査員として登録します。その後、各種統計調査が実施される前に、市から登録調査員に調査への従事を依頼します。

申問 政策財政課 ☎⑤6711

飲食店営業事業者募集

市役所新館1階喫茶室で飲食を営業する事業者(個人・法人問わず)を募集します。

入居可能予定日 4月上旬

貸付期間 入居日〜平成31年3月31日(日)

営業時間 午前9時〜午後9時の範囲内

家賃 入札により決定

入札日 3月15日(木) 午前9時30分

募集説明会 3月6日(火) 午前10時

市役所新館3階会議室
※説明会への参加を希望する人は、前日までにご連絡ください。

申込期間 3月1日(木)〜12日(月)正午

申問 管財課 ☎⑤6707

市営放牧場への放牧牛の申し込み受け付け

とき 3月19日(月)、20日(火) 午前9時〜午後3時

ところ 市役所新館5階会議室
持参する物 ▼放牧牛の登記・登録証の写し(新たに放牧する牛全頭分)▼印鑑

聞き取りする内容 ▼人工授精希望精液名(1頭につき2種類まで)

▼妊娠牛の受精月日▼子牛の性別、生年月日

申問 田代牧野畜産農業協同組合

☎②2690

農林畜産課 ☎⑤6745

十和田市青少年発明クラブ員募集

対象・活動内容・場所・定員

▼ドリウム班 小学3・4年生(紙・科学工作「動くおもちゃ作り」など)

▼東公民館15人▼南公民館25人

▼エジソン班 小学5年〜中学3年生(木工、電気工作、ロボット製作など)▼南公民館40人

活動日時 主に日曜日(月2回) 午前9時〜正午

申し込み方法 各学校を通して配布される申込用紙に必要事項を記入し、東公民館か南公民館に提出してください。

申込期間 3月17日(土)〜3月31日(土)

申問 東公民館 ☎④9000

南公民館 ☎②4416

十和田市青少年発明クラブ指導補助員募集

対象 70歳以下(チーフ指導員の補助) 指導日 主に日曜日

午前9時〜正午 年4〜5回 報酬 1回3500円

申問 南公民館 ☎②4416

「駒っこランド春まつり」出演者・出店者募集

子ども向けの発表など、日頃の練習の成果を発表したり、クラフトなどのワークショップを行う個人や団体を募集します。

とき 5月3日(木)〜6日(日)

ところ 馬事公苑

申込期限 3月25日(日)

※駒っこランドホームページにある「出演者及び出店者募集要項」をご覧の上、申し込みください。

申問 馬事公苑称徳館 ☎②62100

十和田市シルバー人材センター「新年度会員」募集説明会

とき 3月8日(木)、22日(木) 午前10時〜正午

ところ 市民交流プラザ「トワレ」
対象 原則60歳以上の人
※各開催日2日前までに申し込みください。

申問 市シルバー人材センター

☎⑤0222

【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 ☎⑤6702

「ふれあい・いきいきサロン事業」
新規取り組み地域の募集

高齢者や協力者が地域の集会所などに集まり、仲間づくりや健康増進、閉じこもり防止などを目的とした「サロン」を、新規に実施する地域（町内会や集会所単位など）を募集します。

募集地域数 2地域程度

助成額 年間5万円

指定期間 3年間

募集期限 3月31日(土)

申込先 市社会福祉協議会 ☎②③2992

赤十字ボランティア募集

「十和田市赤十字奉仕団」は、地域に根ざした活動を行い、人と人をつなぐ重要な役割を担っています。一緒に活動していただける人はご連絡ください。

主な活動 ▼市防災訓練（炊出し）

▼献血（献血した人に温かいそばを提供）▼ハイゼックス袋を利用

した炊出し訓練講習会

※募集は随時受け付けています。

申込先 赤十字奉仕団事務局（市外郭団
体事務室内） ☎⑤6783

スポーツ安全保険に加入しませんか

スポーツ・文化・ボランティア・地域活動などを行う社会教育活動団体（4人以上）を対象とした保険です。
対象 団体活動中の事故、往復中の

事故など

補償内容 傷害保険、賠償責任保険
など

加入受付開始日 3月1日(木)

保険期間 4月1日から1年間

※加入依頼書は、スポーツ・生涯学習課、市総合体育センターに備えて付けています。

申込先 スポーツ安全協会青森県支部

☎017-782-6984

講座・教室

スポーツ教室参加者募集

■フィットネス教室（前期）

とき 4月9日～9月10日までの毎

週月曜日（第1月曜日と祝日、6

月18日、8月13日を除く）全14回

①午後2時～3時30分②午後7時

～8時30分（①、②のいずれか）

内容 エアロビクス

対象 18歳以上の市民

定員 各50人（先着順）

申込期間 3月13日(火)～30日(金)

■リフレッシュスポーツ教室第1期

とき 4月25日～7月11日までの毎

週水曜日（6月20日を除く）全11回

①午前10時～正午②午後1時30分

～3時30分（①、②のいずれか）

内容 各種軽スポーツ

対象 ①18歳以上の市民（学生は除

く）②シニア女性（おおむね60歳
以上の人）

※両方には参加できません。

定員 各30人（先着順）

申込期間 3月20日(火)～4月17日(火)

◆いずれも

ところ 市総合体育センター

費用 ▼65歳未満 2500円▼65

歳以上 1800円（保険料を含

む）

申込時間 午前9時～午後8時（日

曜・祝日は午後4時まで）

申込先 市総合体育センター

☎⑤5555

催し

第17回ゼルコバアンサンブルコン

サート

学校訪問演奏などを行っている

「ゼルコバアンサンブル」による心

温まる演奏会です。

とき 3月18日(日) 午後2時開演

（午後1時30分開場）

ところ 市民文化センター

出演者 高橋幸男（チェロ）、石川

泉（ヴァイオリン）、藤原つや子（フ

ルート）、今田文子（ピアノ）

演奏曲 美女と野獣、美しく青きド

ナウほか

申込先 スポーツ・生涯学習課

☎②2313

【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 ☎⑤6702

とわだ産品を使った新商品をお披露目します

「とわだの逸品開発事業」を活用して、新たに誕生した商品や改良された商品の紹介をします。

とき 3月23日(金) 午後1時30分～2時30分

ところ 市民交流プラザ「トワレ」
※試食もできます。(なくなり次第終了)

☎とわだ産品販売戦略課

☎⑤ 6746

現代美術館からのお知らせ

■津田翔平個展「ACTIVE IMAGINATION」

とき 開催中～3月18日(日)までの毎週土・日曜日 午前10時～午後4時

ところ 14-54 (十和田市稲生町14-54)

■北里大学ギター部・JAZZ研究会愛好会無料ミニコンサート

とき 3月10日(土) ▼午前11時45分～正午 ギター部 ▼午後1時30分～2時 ジャズ研究会愛好会

ところ 現代美術館 カフェ

※申し込みは不要です。

■3月10日(土)は現代美術館常設展示市民無料デー

マイナンバーカード、免許証や保険証など住所が確認できるものを受付に提示してください。

☎現代美術館 ② 1127



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。掲載希望のかたは市ホームページをご覧ください。

3.8 国際女性デーを祝うつどい

佐藤恵子さん(元青森県立保健大学教授)をゲストに迎え、「女性の生き方」についてお話を伺います。

とき 3月10日(土)
午後1時50分～4時

ところ 市民文化センター

定員 50人(先着順)

※申し込みは不要です。

☎I女性会議十和田支部・高森

☎② 1519

親子防災対策体験

ガールスカウトと一緒に防災の意識を持ち、心の準備・情報収集・技術の習得をし、自然災害に備えることを学びませんか。身の回り品でのグッズ作りもあります。

とき 3月11日(日)
午前10時～午後2時30分

※都合の良い時間においでください。

ところ 市民交流プラザ「トワレ」
対象 幼稚園・保育園の年中児～小学生(女子のみ)と保護者

定員 30人(先着順)

☎ガールスカウト青森県第10団・岩間 ☎③ 5131

空手道無料体験教室

「心と身体を鍛える」事を目標に、武道である空手道の動きを楽しく体験できます。道場では、特に礼節を重んじており、技術指導だけでなく、青少年育成に取り組んでいます。

とき ▶3月の毎週金曜日
午後7時～8時
▶3月の毎週土曜日
午後6時30分～7時30分

ところ 志道館

対象 5歳以上

※動きやすい服装でおいでください。

☎申問 沖縄空手道剛柔流尚礼会十和田支部・苫米地 ☎ 090-6227-0419

音楽とお話を楽しむスプリングお話し会

子どもゆめ基金事業による、赤ちゃんからお年寄りまで楽しめるお話し会です。春の訪れを音楽とお話で楽しみましょう。

とき 3月17日(土)
午前10時30分～11時30分

ところ 市民図書館

☎わっこの会・木村 ☎ 090-7324-8742

【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 ☎⑤ 6702

3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	5日(月)・19日(月) 5日は十和田湖支所同時開催 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	9日(金)・23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	28日(水) 午後1時～4時 ※22日(内)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	15日(木) 午後1時～3時 ※8日(内)午前8時30分から予約開始
◆不動産相談(定員4人) 不動産の売買、不動産の賃貸借などの相談	8日(木) 午後1時～3時 ※1日(内)までに要予約
◆くらしとお金の相談 多重債務、生活資金などの相談	14日(水) 午前10時～午後4時 ※前日までに要予約
◆法テラス青森(定員6人) 借金・離婚・労働問題などの相談(法律相談) ※資力基準に該当する人	13日(火)・27日(火) 午後1時～4時 ※予約先 ☎050-3383-5552
◆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8時30分～午後4時30分 ※相談前に要予約
◆交通事故相談 交通事故による損害賠償、示談などの相談	20日(火) (予約があった場合に開催) ※予約先 ☎017-734-9235

ところ まちづくり支援課市民相談室
 申問まちづくり支援課 ☎⑤ 6777

内容	日時
◆市税等夜間納付・相談窓口	1日(木)、2日(金) 5日(月)～9日(金) 26日(月)～30日(金) 4月2日(月)～5日(木) 午後5時30分～8時

ところ 収納課
 ※本館北側職員通用品口からお入りください。
 (午後6時以降は本館正面玄関からは入れません)
 問収納課 ☎⑤ 6761

内容	日時
◆出張年金相談 年金の無料相談	22日(木)※要予約 午前10時～午後3時 (予約があった場合に開催) ※予約先八戸年金事務所 ☎0178-44-1742

ところ 新館3階会議室
 問八戸年金事務所 ☎0178 ④ 1742 市民課 ☎⑤ 6753

4月2日(月)が納期限です
市税等は納期限内に納めましょう
 介護保険料随時第1期

休日当番医

問健康増進課 ☎⑤ 6790

4日(日)	とわだ循環器内科	☎⑤30255
11日(日)	十和田産婦人科内科クリニック	☎⑤37777
18日(日)	佐藤内科クリニック	☎⑤2888
21日(水)	十和田泌尿器科	☎⑤27340
25日(日)	清潮会クリニック	☎⑤25300

人口と世帯	区分	人・世帯数	前月比	前年比
平成30年1月末 現在	人口	62,249人	-47人	-694人
	男	29,806人	-26人	-342人
	女	32,443人	-21人	-352人
	世帯	27,487世帯	+14世帯	+86世帯

その他の催し <>…開始時間

1(木)	▶十和田切り絵愛好会「楽しい切り絵」 ～市民文化センター・市民ギャラリー (問十和田切り絵愛好会・中村 ☎③8516) (～30日)
3(土)	▶紙しばい倶楽部とわだ <10:30>～市民図書館 (問市民図書館 ☎③7808) ▶十和田工業高等学校吹奏楽部演奏会2018<14:00> ～市民文化センター (問十和田工業高等学校吹奏楽部 ☎③6178)
4(日)	▶第56回十和田市素人防犯演芸大会<9:30> ～市民文化センター(前売り1,000円(当日300円増)) (問市防犯協会 ☎⑤6783)
8(木)	▶おしゃべりサロン「クローバー」<①10:00・②13:30> ～保健センター(問傾聴サロンとわだ・黒子 ☎090-2796-0999)
10(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(問健康増進課 ☎⑤6791) (24日も開催) ▶語りの会・こま草「おはなしのゆうびんやさん」 <①10:30・②14:00>～市民図書館 (問市民図書館 ☎③7808) (24日も開催) ▶ツキノワグマによる人身被害防止法発表会<13:00> ～市民文化センター (問NPO日本ツキノワグマ研究所 ☎0829-77-2080)
13(火)	▶青森県倫理法人会 特別ナイトセミナー「人生で大切なことはみんなマグナルドで教わった」<18:00>～市民文化センター(2,000円)(講師:鴨頭 嘉人氏) (問青森県倫理法人会事務局 ☎0178-24-3931)
16(金)	▶25周年記念 チャーチル会・絵画こう会合同美術展<10:00>～市民文化センター (問十和田チャーチル会・石田 ☎②1971) (～18日)
17(土)	▶わっこの会「読み聞かせ」<10:30>～市民図書館 (問市民図書館 ☎③7808) ▶名作こども映画会<10:20>～市民文化センター(500円) (問守屋教育映画 ☎0282-23-7156)
24(土)	▶みゆきピアノ教室 ピアノ発表会<13:00> ～市民文化センター (問みゆきピアノ教室・笹森 ☎090-4556-6602)
26(月)	▶プラネタリウム春休み平日投影<①11:00・②15:00> ～市民文化センター(～4月6日)

十和田湖歴史資源ブラッシュアップセミナー

問観光推進課 ☎⑤ 6771

十和田湖に伝わる「龍神伝説」を楽しく学ぶ機会です。
 現存する最古の物語の紹介と、そこに秘められたストーリーを解説します。

◆とき 3月8日(木) 午後1時～3時

◆ところ 市民交流プラザ「タワーレ」

◆定員 50人(先着順)

◆講師 ▶弘前大学名誉教授 齊藤 利男氏
 ▶宝照山普賢院副住職 品田 泰峻氏

※申し込みは不要です。



▲十和田湖PRキャラクター 南そぼや

● 広報とわだ2月号の訂正とお詫び ●

16ページに掲載した「収入保険制度が始まります！」の記事中、収入減少の程度20%の保険方式の数字に誤りがありました。
 (誤)90万円 → (正)0円
 関係者の皆さまならびに市民の皆さまにご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。

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

