

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田



とわだ 8

No. 202
2019



目次

継続は力 ～3回目の認証取得を目指し、
歩み続けるセーフコミュニティ～ …… 2

三本木農業高校相撲部
第68回全国高校相撲十和田大会 …… 6

プール教室(7月18日(木)／市民プール)
市立北園小学校(三上和一校長)の2年生が、プール教室で水遊びを楽しみました。

継続は **カ**

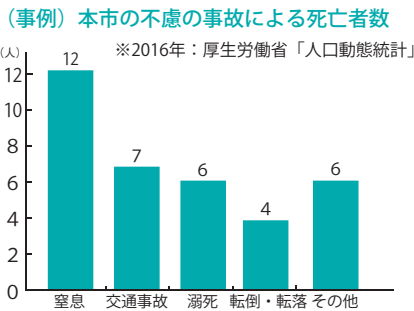


～3回目の認証取得を目指し、歩み続けるセーフコミュニティ～



1 SCに取り組む十和田西高生の皆さん 2 昨年、事前審査を行ったSC審査員ら 3 認証自治体首長らが一堂に（SC厚木大会） 4 北里大学生もSCを応援

本市では、「子どもの安全」や「自殺予防」など8分野を重点課題とし、官民一体となった対策部会を



本市の不慮の事故死は窒息が1番多い（上表から）
STEP 1 窒息死が多い年代、原因について分析
STEP 2 結果、高齢者に窒息死が多いことを把握
STEP 3 高齢者の窒息死を減らすための対策を協議、実践

を立っていきます。明らかなし、課題解決に向けて対策を立っていきます。

（C）の取り組みを進めていく上で重要になるのは、けがの状況など各種データの分析です。どういう状態で、どのようなけがをしているのか、どの年代が多いのかなど、厚生労働省の人口動態統計などを収集、分析し、市が重点的に取り組む課題は何かを明らかにし、課題解決に向けて対策

けがや事故の予防のキはデータ分析

セーフコミュニティ（以下、SC）

各首長らと活発な意見交換を行いました。



会議で発言する小山田市長

本市からは、小山田市長らが参加する「ラウンドテーブル」では、本市の特徴ある取り組みとして、市民ボランティア団体の活動を発表するとともに、

SCの取り組みは、世界各国、約300のコミュニティで、安全・安心な地域づくりの手法として取り入れられており、日本では、これまで15自治体が認証を取得しています。昨年度は、認証自治体の一つである神奈川県厚木市で、「第9回アジア地域セーフコミュニティ会議厚木大会」が開催され、韓国、台湾など国内外から約600人が参加しました。

SC 世界で取り入れられている

設置、課題解決に向けた取り組みを進めています（4～5ページ参照）。

「今日も無事できてほしい」を合言葉に、安全・安心なまちづくりを目指す本市。平成21年に国内2番目となるセーフコミュニティ国際認証を取得してから、今年で10年目を迎えました。3回目の認証取得に向け、現在も継続してさまざまな活動を展開しています。

※セーフコミュニティとは…

「けがや事故は予防できる」という考え方のもと、市民が安全で安心に暮らすことのできるまちを目指す国際認証制度です。

若者への認知度向上へ 高校生が活動を開始

本市のSCでは、新たな活動が始まっています。

昨年度、県立十和田西高観光科の2年生(当時)が、市が実施している「ふるさと出前きらめき講座」の一つとして、SCに関する講座を受講しました。

生徒たちの、セーフコミュニティについて何?という雰囲気の中、市民ボランティア団体「とわだセーフコミュニティをみんなですすめ隊」の新井山洋子顧問が、市がSCに取り組んだきっかけや現在の状況などについて話しました。

約1時間という短い時間でしたが、聴講した長畑優奈さんと亀谷七海さんは、「自分たちの命を守るためにも大事な活動なのに、どうして今まで知らなかったのだろう: 私たちも協力して、SCの取り組みを広めていきたい」と思い、独自に活動を始めました。

まず、最初に取り組んだのは、市民アンケートです。自分たちが知らなかったSCについて、他の人はどの程度知っているのか、街に出て調査を行いました。

その結果、街行く人でSCを知っていると回答した人は33%、西高1年生ではわずか2%という、非常に

認知度が低い状況が明らかになりました。長畑さんらは、生徒(若者)のSCに対する認知度が低いことに着目し、若者にSCを広めるためにはどのようなことを行えばいいのかと考え、

- ①セーフコミュニティ通信(チラシ)の作成
- ②キャラクターづくり
- ③宣言カードの作成

を考案、実践し、昨年度末に行われた「地域生活研究学習発表会」で、SCの取り組みを発表しました。



考案したキャラクターを手にする
長畑さん(左)と亀谷さん

命に関わるSC 一人でも多く参加を

長畑さんらは、自身の活動を振り返り「SCは、市民一人一人の命に関わる大切なことを行っています。大人だけでなく、私たち高校生や

小・中学生もSCのことを知って、より良い十和田市をつくるために、一人でも多くの人に活動に参加してほしいです」と、力強く話しました。

6月21日、今年度もSCに関する講座が行われました。講話の後、生徒から「SCのロゴはどういう意味ですか?」と質問がありました。講

師を務めた新井山さんは、SCに関心を寄せてくれたことが嬉しく、

「十和田」の文字を
図案化したものよ」と、
笑顔で答えていました。

7月17日には、西高



家庭クラブ員が講師となって、市立沢田小学校の4~6年生の児童にSCの啓発授業を行いました。生徒はSCがどういう取り組みか話し、児童と一緒に宣言カードを作成。自分たちの身近なところからSCに取り組んでいこうと呼び掛けていました。



沢田小で行われた西高生による授業

10年間続いてきた本市のSCの取り組み。いまだ道半ばではあるものの、着実に成果を上げながら、新たな輪も広がり始めています。これからも、一人でも多い市民参加と協働の中「今日も無事でいてほしい」という願いをかなえるため、歩を進めていきます。

十和田市いのちを守る運動月間~安全・安心なまちづくり総決起大会を開催~

本市では、初めてSCの国際認証を取得した8月を「十和田市いのちを守る運動月間」と制定し、毎年、事故やけがによる死亡事故などをみんなで予防するために総決起大会を開催しています。

とき 8月2日(金) 午後1時30分~3時30分

ところ 市民文化センター

内容(予定)

- ・北園小学校リトルJUMPチームによる活動発表
- ・十和田西高生によるSCに関する活動発表
- ・8つのSC領域別対策部会のうち、暴力・虐待予防対策部会、余暇活動の安全対策部会の活動発表
- ・(一社)日本SC推進機構 白石 陽子代表理事による講演



セーフコミュニティについてのお問い合わせは、まちづくり支援課 (☎516777) へ

対策部会の活動

十和田市では各種データをもとに、**8分野** にわたり重点的に取り組む課題を決定し、活動を行っています。

実際に活動している対策部会の内容を紹介します。

部会名・参加団体	課題	取り組み内容
5 防災対策部会 (特非) スマイルラボ、とわだセーフコミュニティをみんなですすめ隊など9団体 	毎年、火災による死傷者が発生している 災害が発生した場合の備えに不安がある	住宅用火災警報器の設置や維持管理を行うよう周知活動を行っています。 自主防災組織や町内会に対し、消防本部や民間企業が実施する防災訓練などを開催、参加してもらうための啓発用のチラシを作成しています。
6 暴力・虐待予防対策部会 (特非) スマイルラボ、十和田地区保育研究会など7団体 	児童や高齢者、女性などに対する暴力・虐待が発生している	部会員自らオレンジリボン・パープルリボンを作成。また、虐待防止などに対するチラシを作成し、各コミュニティまつりなどのイベント来訪者に配布し、暴力・虐待防止の普及啓発を行っています。  オレンジリボン…児童虐待防止のシンボル  パープルリボン…女性に対する暴力根絶運動のシンボル
7 余暇活動の安全対策部会 (一社) 十和田奥入瀬観光機構、(一財) 十和田湖ふるさと活性化公社など7団体 	余暇活動(スポーツ・レクリエーション)時にけがが発生したときの対応への不安がある 外国人宿泊客の急な病気やけがの対応に不安がある 観光地での自転車による事故が増加している	予期せぬけがが起きやすい余暇活動中でも応急処置ができる体制づくりを目指し、1人でも多くの人に救命講習会を受講していただくよう、普及啓発を行っています。 平成28年に外国人とのコミュニケーションツールとして、英語・韓国語・中国語の救急カードを作成し、市内全宿泊施設に配布、救急時の対応に活用してもらっています。 近年のサイクリングブームや奥入瀬渓流などでのレンタサイクルの貸し出しにより、観光地での自転車による危険運転や事故が増えています。現在、どのような取り組みができるか検討しています。
8 労働の安全対策部会 とわだセーフコミュニティをみんなですすめ隊、(一社) 上北労働基準協会など8団体 	農作業時にけがが発生している 労働災害で転倒、転落が多い	農作業による事故やけがを減らすため、農作業時の服装や機械の安全点検、確認などに気を付けるよう、講習会などを開催し、注意喚起を促しています。 労働安全大会などで労働災害の発生状況に関するチラシを配布し、注意喚起するとともに、アンケート調査を行い労働災害の状況把握を行っています。

今まで単独で開催することが多かった対策部会ですが、他の対策部会と課題や対象者で共通する部分があることから、今年度は新たな試みとして、合同で対策を協議した部会もあります。今後もそれぞれの部会の取り組みを生かしながら、部会員同士の情報共有を図り、取り組みの充実を進めていきます。



十和田市セーフコミュニティ領域別

部会名・参加団体	課題	取り組み内容
<p>1 子どもの安全対策部会</p> <p>十和田地区保育研究会、とわだセーフコミュニティをみんなですすめ隊など5団体</p> 	<p>乳幼児の転倒、転落などのけがが多い</p> <p>小学校内でのけがが多い</p>	<p>乳幼児を持つ保護者に対し、家庭などでのけがに対するアンケート調査を実施。その結果を保育園や保健センターに掲示するとともに、危険事例をカード化、ポケットティッシュにして配布し、注意喚起を促しています。</p> <p>市内各小学校が行っている安全対策を部会員が取材し、「セーフコミュニティだより」を作成。市内全小・中学校に掲示をお願いします。</p>  <p>セーフコミュニティだより</p>
<p>2 高齢者の安全対策部会</p> <p>(特非)スマイルラボ、青森県建築士会十和田支部、老人保健施設とわだなど6団体</p> 	<p>窒息が原因で死亡する高齢者が多い</p> <p>転倒、転落によるけがが多い</p> <p>高齢化に伴い、高齢者夫婦世帯、単身世帯が増加している</p>	<p>3つの課題に対応した取り組みを1枚のチラシにまとめ、高齢者が集まるイベントや在宅介護支援センターなどで配布しています。</p> <p>①窒息予防のためのあいうべ体操 ②転倒事故予防のための簡単チェック項目 ③高齢者あんしん見守り協力隊の紹介</p>  <p>部会で作成したチラシ</p>
<p>3 自殺予防対策部会</p> <p>とわだセーフコミュニティをみんなですすめ隊、(特非)スマイルラボなど9団体</p> 	<p>身近な人が自殺する兆候に気付いていない</p> <p>働き盛りの世代や高齢者の自殺者が多い</p>	<p>ストレスの対処法やうつ病の症状、対応法を知ってもらうため、こころの健康講座やゲートキーパー（自殺の危険を示すサインに、適切な対応を図ることができる人）講座などの普及啓発を行っています。</p> <p>平成21年に当時の対策部会員などが傾聴サロン「ルピナス」を開設するなど、誰でも気軽に相談できる機会を増やすための活動を行っています。</p>  <p>【高齢者の安全対策・自殺予防対策合同部会】 高齢者の自殺対策について情報を共有し、取り組みを協議</p>
<p>4 交通事故予防対策部会</p> <p>市交通安全協会、市交通安全母の会など8団体</p> 	<p>はくぼ 薄暮以降の時間帯での歩行中の事故が多い (特に高齢者)</p> <p>交差点での事故が多い</p>	<p>市交通安全母の会が実施している高齢者世帯訪問事業に部会員も同行し、交通事故への注意喚起や反射材の配布などを行っています。</p> <p>十和田警察署などが作成した「十和田地区交通事故多発地点」のチラシやポスターの掲示などを行い、特に気を付けて運転してほしい交差点の注意喚起を行っています。</p>



三本木農業高校相撲部

団体戦登録選手

東北大会 個人優勝



やまざき かつま
山崎 勝磨

175cm / 150kg ・ 3年



いとう やすき
伊藤 寧

174cm / 152kg ・ 2年



たにうち かつや
谷内 勝哉

177cm / 135kg ・ 2年



ふじた かずと
藤田 一翔

174cm / 106kg ・ 1年



そが つかさ
曾我 幹

167cm / 92kg ・ 3年

第68回全国高校相撲十和田大会

とき 8月15日(木) 午前8時30分～

ところ 相撲場

入場券 前売り1,000円、当日1,500円
高校生以下無料

第54回 全日本大学選抜相撲十和田大会

とき 8月14日(水) 午前9時～

ところ 相撲場

入場券 前売り1,500円、当日2,000円
高校生以下無料

※前売り入場券はいずれも総合体育センター、市内スポーツ店で発売中！

※雨天時に備えて雨具などをご用意ください。

問スポーツ・生涯学習課 ☎ 2317

東北王者三農が 全国の強豪に挑む

今年の三農相撲部は、県高校総体で優勝、続く東北大会でも団体優勝、個人では東北大会で山崎勝磨選手が優勝、坂本博一選手（けがのため十和田大会欠場）が3位と好成績を残し、全国大会での活躍に期待が高まっている。

現在は、第68回全国高校相撲十和田大会に向けて、部員一丸となって日々の猛稽古に励んでいる。

山崎主将は「昨年は悔しい結果だったので、今年は監督や応援してくれる地元の人達に勝つ姿を見せたいです」と力強く話した。



全国大会に向け稽古に励む部員たち

また、小笠原史男^{ふみお}監督は「昨年入賞していないので、まずはベスト4を目指して頑張ります」と十和田大会への意気込みを語った。

15日は市民の皆さんも相撲場に足を運び、選手の勇姿に熱い声援を送りましょう。

フレンチの巨匠 熊谷喜八シェフ 十和田産食材で魅力あふれるコース料理を提供

日本を代表するシェフ 熊谷喜八さんを招き、レストランイベントを開催します。
本市が誇る数々の食材を魅力的なコース料理として提供します。
食材のおいしさを引き出し、彩りにあふれた料理をぜひご堪能ください。

とき 9月21日(土) 午後6時～(ディナー)
22日(日) 正午～(ランチ)

ところ 奥入瀬 森のホテル (法量字焼山 36 番地 20)

料金 ディナー 10,800 円
ランチ 6,480 円

※プラス 6,480 円 (入湯税別) で宿泊可能です。

定員 各 70 人 (予約制)

予約受付期間 8月1日(休)～9月13日(金) (定員になり次第締め切り)

※ディナーの司会進行は、十和田市出身 野菜ソムリエプロ 上門戸 華恵さんです。

申問 奥入瀬 森のホテル (予約専用ダイヤル) ☎⑦5000



熊谷喜八さんプロフィール

1946年 東京生まれ
フランス料理をベースに、からだに安全でおいしいものにこだわった、ジャンルにとらわれない日本発の洋食として独自の無国籍料理を生み出す。
料理人としてお客様の口に入るものには絶対的な責任を持ちたい、という姿勢を变えることなく“食を通して日本を元気に”全国の産地を訪問し続けている。



【昨年の料理の一例】



十和田湖和牛ロース肉の網焼き、X.O. 醬ソース



十和田湖ひめますの自家製スモークのポワレ、地元カリフラワーのピュレ、長芋添え

おいしい十和田料理教室 vol.1 参加者募集

申問とわだ産品販売戦略課 ☎⑤16743

旬の野菜や果物を中心としたレシピを発表している野菜料理研究家 伊賀るり子さんによる十和田市産食材を使用した料理教室を全2回開催します。

とき 8月24日(土) 午前11時～午後2時

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

定員 20人 (先着順)

費用 無料

持ち物 エプロン、ハンカチ、手拭き

申込期限 8月19日(月)

※当日は、料理を撮影するフォトブースコーナーも用意しています。

※2回目は10月上旬を予定しています。



伊賀るり子さんプロフィール

東京都出身の野菜料理研究家・フルーツコーディネーター。「おいしく、たのしく」をテーマに見た目の美しさにもこだわった簡単料理のレシピを発信している。
自身が監修したフルーツサンド専門店が本年6月に代官山にオープン。その他、食を軸に幅広く活動している。Instagramのフォロワー数は約1.5万人。



十和田湖ひめますスタンプラリー

問十和田湖ひめますブランド推進協議会
(とわだ産品販売戦略課内) ☎⑤16743

十和田湖ひめますの魅力を全国の皆さんに伝えるため、十和田湖ひめます認証店全店舗によるスタンプラリーを開催します。食べ比べするなど、十和田湖ひめます料理のおいしさをご堪能ください。

また、期間中にスタンプを1～3個集め、アンケートにご協力いただいた人から、抽選で30人に本市、小坂町の「特産品詰め合わせ」をプレゼントします。

とき 8月17日(土)～10月6日(日)

参加店 十和田湖畔、市街地、小坂町などの十和田湖ひめます認証店 全34店舗

※詳しくは市ホームページに掲載している、認証店のガイドマップをご覧ください。



市主催 「恋にも仕事にも生かせる」男女の違いを楽しく学ぶ」婚活セミナー

結婚を希望する人を対象に、自身の魅力を高めるための男女別セミナーを全2回開催します。セミナー受講後は、男女合同の交流会を行います。

もちろん
2回とも
参加可能!

どちらか1回の
参加でも
OK!

第1回 第一印象力アップセミナー

とき 8月25日(日) 午後1時30分～4時30分

●男性向けセミナー

「初対面でも自信を持って話せるようになる方法」

講師 榎内 有希子さん

(フリーアナウンサー、コミュニケーションアドバイザー)

●女性向けセミナー

「ちょっとで差が出る!毎日できる美肌ケア」

講師 向井 広美さん

(ビューティーアドバイザー)

申込期限 8月21日(水)

◆いずれも

ところ 市民交流プラザ「トワール」

対象 20歳以上の独身の人 男女各10人(先着順)

※男性は、上十三・十和田湖広域定住自立圏(※)に住んでいる人

※女性は居住地を問いません。

参加費 500円(交流会の軽食代)

第2回 コミュニケーション力アップセミナー

とき 10月20日(日) 午後1時30分～4時30分

●男性向けセミナー

「女性が喜ぶ伝え方と、ムツとさせる伝え方」

講師 柳澤 ふじこさん

(フリーアナウンサー、コミュニケーション講師)

●女性向けセミナー

「相手を理解しストレスなく会話を続ける方法」

講師 かさい みずえさん

(いむらきよし流個性心理学®認定講師)

申込期限 10月16日(水)



※詳しい内容や申し込みについてはQRコードからご覧ください。

申込 NPO法人プラットフォーム

あomorい

☎017-763-5522

FAX017-763-5523

メール:

info@platform-aomori.org

首都圏移住イベントのお知らせ～本市への移住を考えている知り合いにお知らせください～

青森県合同移住フェア

青森県・県内市町村・民間事業者など40を超えるブースが集合する「青森県合同移住フェア」へ本市も出展します。

参加市町村による個別相談のほか、「転職」「住まい探し」などの専門家によるセミナーなどを行います。

とき 8月25日(日) 午前11時～午後5時30分

ところ サピアタワー東京5階

(東京都千代田区丸の内1-7-12)

参加費 無料

申込 県地域活力振興課

☎017-734-9174

メール:

ijukoryu@pref.aomori.lg.jp



※詳しい内容や申し込みについてはQRコードからご覧ください。

上十三・十和田湖エリア合同移住フェア

上十三・十和田湖広域定住自立圏(※)の10市町村による「上十三・十和田湖エリア合同移住フェア」を開催します。

参加市町村による個別相談や、先輩移住者によるトークセッションなどを行い、ふるさとへのUターンや移住のきっかけを提供します。

とき 9月7日(土) 午後1時～5時

ところ 食べられるミュージアム

「風土はFoodから(ふうどはふうどから)」

(東京都千代田区神田錦町3-15)

錦町ブンカイサン1-2F)

定員 30人(先着順)

参加費 2,000円

申込期限 9月1日(日)

申込 NPO法人プラットフォーム

あomorい

☎017-763-5522

メール: info@platform-aomori.org



※詳しい内容や申し込みについてはQRコードからご覧ください。

※上十三・十和田湖広域定住自立圏とは、十和田市、三沢市、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ヶ所村、おいらせ町、小坂町で構成する圏域をいいます。

みんなで
出かけよう



上十三・十和田湖広域定住自立圏内のイベント情報をお届けします♪

三沢市

三沢まつり

三沢の夏の最大イベントが今年も4日間にわたって開催されます。前夜祭(22日)では、山車が一堂に会する山車審査会や、はやし方が激戦を繰り広げる祭りばやし競演会が行われます。

- ▶とき 8月22日(木)～25日(日)
- ▶ところ 30ロード、アメリカ村 ほか
- 問三沢市商工会 ☎0175③2175

野辺地町

のへじ祇園まつり

京都祇園祭の流れをくんだとされる優雅なはやしと山車の祭りです。

- ▶とき 8月22日(木)～8月25日(日)
- ▶ところ 野辺地町内



問(一財)野辺地町観光協会 ☎0175④9555

七戸町

第13回しちのへ夏まつり

歌謡ショーやキャラクターショー、ストラックアウトなど、子どもから大人まで楽しめるイベントです。午後7時からは花火大会も開催されます。

- ▶とき 8月16日(金) 午前11時～
- ▶ところ 七戸町中央公園 屋内スポーツセンター
- 問七戸町商工観光課 ☎0175②2137

横浜町

横浜町ふるさとのまつり

昼は、いも煮無料配布や魚のつかみ取り大会、夜は「水中花火」を含む約2,000発の花火が打ち上がります。

- ▶とき 8月14日(水)
- ▶ところ 三保野公園 横浜漁港



問横浜町ふるさとのまつり実行委員会(横浜町役場産業振興課内) ☎0175⑧2111

おいらせ町

第34回おいらせ全国将棋祭り

プロ棋士による指導対局や子ども人間将棋などが行われます。

- ▶とき・ところ 8月24日(土) 午後1時～4時 イオンモール下田西コート
- 25日(日) 午前9時～午後4時 みなくる館

問おいらせ町将棋まちづくり実行委員会事務局(おいらせ町社会教育・体育課内) ☎0178⑥4276



第24回とわだ駒街道マラソン大会

ランナー・ボランティアスタッフ募集

問とわだ駒街道マラソン大会実行委員会(スポーツ・生涯学習課内) ☎0175②2317・FAX0175③3123

とき 10月13日(日) 開会式: 午前8時30分(受付時間: 午前7時～8時20分)
ところ 市陸上競技場(開会式、閉会式、お楽しみ抽選会)

❖大会中はコース周辺道路の一部交通規制があります。市民の皆さんのご協力をお願いします。

■ランナー(お楽しみ抽選会、参加賞有り)

種目	対象	参加料	制限時間
2km	小学生	1,000円	25分
2kmジョギング	年齢制限なし	18歳以下1,000円	25分
3km	中学生以上	19歳以上2,000円	30分
5km		なし	
10km		2,500円	なし
ハーフ	高校生以上	3,500円	180分 途中関門あり

申し込み方法

- ①インターネット、携帯サイト(2社いずれかのQRコードを読み込み、申し込みください)
- ②電話 0570-039-846(スポーツエントリー)
- ③パンフレット付属の払込取扱票による郵便振替

申込期限 8月31日(土)



ランネット



スポーツエントリー

■ボランティアスタッフ

対象 高校生以上
内容 大会当日の参加者受付、参加賞配布や交通整理など(午前7時～午後2時)
❖詳細は、9月下旬までに郵送で通知します。

申し込み方法 電話またはファクスで、氏名、住所、生年月日、電話番号をお知らせください。

申込期限 8月31日(土)

❖詳しくは市ホームページまたはパンフレットをご覧ください。

パンフレットは、スポーツ・生涯学習課窓口のほか、市役所本館1階エントランスホール、総合体育センターに置いています。



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。



街区表示板を更新します

街区表示板の設置、交換または撤去のため、私有地に立ち入らせていただく場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

※設置作業員は市が発行する業務委託証明書を携帯しています。

作業期間 8月初旬～12月中旬

実施町名 西十四番町、西十五番町、西十六番町、西二十一番町、西二十三番町

問 市民課 ☎ 6755

国民健康保険限度額適用認定証・標準負担額減額認定証の申請を忘れずに

病气やけがなどにより、毎月の医療費が高額となる人は、認定証を医療機関の窓口に提示することで、医療費の支払いが自己負担限度額までとなります。また、市民税非課税世帯の人は、入院時の食事代も減額となります。

必要な物 ▼国民健康保険被保険者証

▼世帯主と交付対象者のマイナンバーが分かるもの ▼現在お持ちの認定証（認定証を更新する人）

※認定証を更新する人は8月30日（金）までに更新の手続きをしてくださいます。新たに認定証を希望する人は、随時受け付けています。

※国保税を滞納している人には交付できません。

申 国民健康保険課（本館1階 問 窓口） ☎ 6750

ひとり親家庭等医療費受給資格証の交付を新たに受けようとする人は申請が必要です

現在該当となっていない人でも、判定年度が変わり、8月から昨年の所得で判定されます。所得の減、扶養人数の増などの理由がある人は、対象となる場合がありますので、窓口でご確認ください。

対象 市内に住所を有する18歳までの子どもがいるひとり親家庭

必要な物 ▼健康保険証（本人と子ども） ▼印鑑（スタンプ印不可）

▼本人と子どものマイナンバーが分かるもの ▼申請者名義の通帳 ▼戸籍謄本（本人と子どもが載っているもの） ※戸籍謄本は有料ですので、窓口で所得の判定を受けてからお取りください。

申 子育て支援課（本館1階 問 窓口） ☎ 6716

介護保険負担限度額認定証の更新を忘れずに

介護施設への入所やショートステイを利用している人が、8月以降も引き続き食費・居住費の負担軽減を受けたい場合には、更新手続きが必要です。利用者負担額は、世帯の課税状況や年金収入額、資産状況などにより判定します。

必要な物 ▼現在お持ちの認定証

▼介護保険負担限度額認定申請書

▼印鑑 ▼本人と配偶者の通帳の写し

申請期限 8月30日（金）

※新たに認定証を希望する人は、随時受け付けています。

申 高齢介護課（本館1階 問 窓口） ☎ 6722

差し押さえした不動産を公売します

問 収納課 ☎ 6760

番号	不動産の所在	登記地	面積	最低公売価額
1-9	三本木字下平 140番3	宅地	231.55㎡	1,030,000円

▶入札日時 8月27日（火） 午前10時～10時5分

▶場所 市役所別館5階会議室

※物件の詳細内容、図面、写真などは収納課で閲覧できます。

【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

◆ 日程と対象地区 ◆

開催日	開催場所	対象地区
8月26日(月)	十和田おいらせ農協 大深内支店	大深内
	十和田おいらせ農協 藤坂支店	藤坂
8月27日(火)	十和田おいらせ農協 大深内支店	深持
	十和田おいらせ農協 藤坂支店	六日町
8月28日(水)	十和田おいらせ農協 十和田湖支店	法量、奥瀬、沢田
	十和田おいらせ農協 藤坂支店	四和
8月29日(木)	十和田おいらせ農協 本店	切田
	十和田おいらせ農協 藤坂支店	伝法寺
8月30日(金)	十和田おいらせ農協 本店	三本木
	十和田おいらせ農協 大深内支店	東部

農政に関する集落座談会を開催します
 地域の高齢化や担い手不足、農地利用など「人・農地」について、5年後、10年後どのようなようにしていくかを皆さんと話し合うため、意見交換会を開催します。該当となる地区の集落座談会にぜひお越しください。

※いずれも午後6時から開催します。

問 農林畜産課

☎ ⑤ 6742



～市と町内会との懇談会～
そごちから
みんなで創る地域の底力



市政に地域住民の要望を反映させ、市民一人一人が住み続けたいと思える十和田市づくりを目的とした懇談会です。
 町内会の会員ならどなたでも参加できますので、ぜひお越しください。

◆ 懇談会の日程と対象地区 ◆

開催日時	開催場所	対象学区	
8月19日(月) 午後6時～7時30分	市民図書館 多目的研修室	北園小、西小	
8月20日(火)	午後2時30分～4時	十和田湖観光交流センター「ぶらっと」	十和田湖小
	午後6時～7時30分	西コミュニティセンター	沢田小、法奥小
8月22日(木)	午後6時～7時30分	南コミュニティセンター	南小、下切田小、藤坂小、四和小
8月23日(金)	午後6時～7時30分	東コミュニティセンター	三本木小、東小、高清水小
8月28日(水)	午後2時30分～4時	洞内和徳館	ちとせ小、洞内小、松陽小、深持小

問 町内会連合会（外郭団体事務室内） ☎ ⑤ 6783

燃えるごみ用指定袋に「特小」サイズの規格を追加します

単身者の少量ごみの排出や高齢者のごみ出しの負担軽減を図るため、燃えるごみ用指定袋に容量15リットルの「特小」を追加しました。

店頭販売は9月ごろとなり、販売後すぐに使用できます。

問 十和田地域広域事務組合

☎ ② 2654



国民年金保険料の免除や納付猶予のある人は追納ができます

保険料の免除や納付猶予、学生納付特別の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納めたときよりも将来受け取る年金の額が少なくなります。

10年以内であれば、さかのぼって納める（追納）ことができますので、詳しくはお問い合わせください。

問 市民課国民年金係 ☎ ⑤ 6753
 申問 八戸年金事務所

☎ 0178・44・1742

【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

**事業者向け改正消費税説明会を開催
します**

10月1日から消費税の税率引き上げと軽減税率制度が導入され、4年後にはインボイス制度も実施されることに伴う説明会を開催します。
とき 8月28日(水)

①午前10時30分～11時30分
②午後1時30分～2時30分
ところ 十和田奥入瀬合同庁舎1階
共用会議室


問 十和田税務署 法人課税第一部門
☎ ②③ 3997

事業者の皆様!
仕入税額控除の方式が変わります!

2019年10月1日から消費税・地方消費税の軽減税率制度がスタート。全ての事業者の方に関係があります。レジ導入などに対する補助金もあります。

8% 10%

詳しくはこちら
軽減税率 国税庁 検索



募集

**令和2年4月採用の市職員募集
募集職種および募集人員**

▼一般行政

▽事務 大卒程度・高卒程度 10人程度

▼社会人枠 (条件有り)

▽建築 1級または2級建築士・大卒程度 若干名

▼消防 大卒程度・高卒程度 3人程度

第1次試験 9月22日(日)
(会場 県立十和田工業高校)
申込期限 8月20日(火)
(郵送の場合は、当日の消印有効)

※試験案内や受験申込書は総務課(本館3階②番窓口)および本館1階総合案内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。

申問 総務課
☎ ⑤ 6705



政策財政課からのお知らせ

■2020年農林業センサス調査員募集

令和2年2月1日に実施される農林業センサスの調査票の配布・回収・点検などを行う統計調査員を募集します。

対象 次の全てに該当する人

▼20歳以上の市内在住の人
▼令和2年1月中旬から2月中旬にかけて調査活動ができる人

▼調査説明会に出席できる人
▼責任を持って調査事務を遂行し、調査で知り得た秘密を守れる人

▼警察、選挙、税務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 県知事から任命される非常勤の公務員

※規定に基づき報酬が支払われます。また、統計法で調査によって知り得た情報の保護が義務付けられています。

■統計調査員の登録受付

市では、各種統計調査の調査員登録を随時受け付けています。統計調査に興味がある人は申し込みください。

申問 政策財政課(本館3階③番窓口)
☎ ⑤ 6711

■市営住宅(特定公共賃貸住宅)入居者募集

対象 次の全てに該当する人

▼居住するための住宅を必要としている人
▼同居親族がいる人(単身入居不可)
▼世帯の月平均の所得が15万8千円～25万9千円であること

募集戸数 田屋団地(木造平屋建て 81・8㎡) 1戸(沢田字下洗45)

家賃 月額3万2千円
※敷金は家賃の3カ月分、保証人は2人必要です。

申し込み方法 都市整備建築課に備え付けの申請書に必要事項を記入の上、提出ください。

申込期限 8月30日(金)※応募者多数時抽選
※世帯構成により必要書類が異なるため、事前にお問い合わせください。

申問 都市整備建築課 ☎ ⑤ 6738

【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

「とわだの逸品開発事業」事業者募集

商品開発や既存商品の見直しを考えている事業者の皆さんはご応募ください。

申し込み方法 とわだ産品販売戦略課(本館2階③番窓口)に備え付け、または市ホームページからダウンロードした応募書類に必要事項を記入の上、申し込みください。
選考方法 内容を審査の上、採用の可否を決定します。

申込期限 8月19日(月)
申問 とわだ産品販売戦略課
☎⑤16743



第36回十和田市発明工夫展作品募集

対象 法人・個人(高校生以上)
募集作品 独創的な発明、考案の試作品

申し込み方法 商工観光課(本館2階④番窓口)に備え付け、または市ホームページからダウンロードした出品申込書に、必要事項を記入の上、作品と一緒に提出ください。

申込期限 8月23日(金)
※優秀作品は第61回青森県発明くふう展に出展します。

申問 市発明協会事務局(商工観光課内)
☎⑤16773

「リフレッシュスポーツ教室第2期」(全12回)参加者募集

とき 9月4日～11月27日までの毎週水曜日(※9月18日は休講) ①午前10時～正午 ②午後1時30分～3時30分
ところ 総合体育センター

内容 軽スポーツ
対象 ①18歳以上の男女(学生は除く) ②シニア女性(おおむね60歳以上の) ※両方には参加できません。
定員 各30人(先着順)

費用 ▼新規の人 2500円
▼65歳未満 1800円
▼1期に参加した人 650円

申し込み方法 参加料を持参の上、申し込みください(電話、代理での申し込みはできません)。
申込期間 ▼新規の人 8月1日(木)～8月21日(水) ▼1期に参加した人 8月7日(水)～21日(水)

申込時間 午前9時～午後8時(日曜・祝日は午後4時まで)
申問 総合体育センター ☎⑤5555

市社会福祉協議会からのお知らせ

市社会福祉協議会職員募集

令和2年4月採用の職員を募集します。

募集職種・採用人数
▼一般事務 1人

申込期限 8月20日(火)

※詳しくはホームページ(<http://towada-shakyo.or.jp/>)をご覧ください。

「十和田いきいき介護ボランティア」説明・研修会参加者募集

高齢者自身の介護予防を目的にボランティア活動を支援する研修会です。
とき 8月22日(木) 午前10時～11時50分
ところ 市民交流プラザ「トワール」
対象 ボランティア活動に興味がある60歳以上の人

定員 20人程度
持ち物 筆記用具

申込期限 8月19日(月)
申問 市社会福祉協議会 ☎③2992

講座・教室

「家族ストレス対処法」こころのモヤモヤを解消するために」

十和田市健康都市宣言推進講演会を開催します。
とき 8月27日(火) 午後1時30分～3時(午後1時受付)

ところ 市民文化センター
講師 秋田大学大学院 医学系研究科 保健学専攻 佐々木久長准教授
※「健康とわだポイントラリー」対象講座です。
※講演会終了後「こころの相談」を実施します。
相談を希望する人は受付にお知らせください。

問 健康増進課 ☎⑤16791



市立中央病院

「市民健やかゼミナール」

とき 8月28日(水) 午後4時～5時
ところ 中央病院1階 外来待合室
演題 「人生会議(ACP)」～「もしも」の時のためにいまからできること～

講師 看護局 緩和ケア認定看護師 八重樫学

中央病院業務課 ☎③5121

発達障がい理解のための講演会

発達障がいに関する理解を深めるための講演会を開催します。
とき 9月10日(火) 午前10時～正午
ところ 市民文化センター

定員 100人
(定員になり次第受付終了)

申込期限 8月30日(金)
申問 市社会福祉協議会 ☎③2992

催し

令和元年度十和田市戦没者追悼式

先の大戦で亡くなられた方々を悼し、平和への誓いを新たにすため、戦没者追悼式を行います。
とき 8月21日(水) 午前10時～
ところ 市民文化センター

問 生活福祉課 ☎⑤16718



十和田市サマーフレッシュコンサート

本市ゆかりの若き音楽家たちの熱演をお楽しみください。

とき 8月18日(日) 午後1時30分開演
(午後1時開場)

ところ 市民文化センター

出演者 三浦春乃(クラリネット)、類家美郷・平眞子・平菜摘・日向翔・田中結(ピアノ)、濱岡珠恵(サクセス)、田中翔(声楽)、阿部史歩(バイオリン)、中平綾香(フルート)

問合せ 2313



第36回奥入瀬川クリーン作戦

とき 8月4日(日) 午前8時30分

▼開会式・標語コンクール表彰式

午前8時30分

▼クリーン作戦(清掃作業)

午前9時~10時50分

▼クリーン広場イベント

午前11時~正午

ところ 奥入瀬川鮭鱒増殖漁業協同組合広場(御幸橋下流)

内容 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

問合せ 奥入瀬川クリーン対策協議会

(外郭団体事務室内) ☎6783

「奥入瀬せせらぎ体感プロジェクト」

自動車騒音による奥入瀬溪流の音環境阻害の軽減などを目的に「奥入瀬せせらぎ体感プロジェクト」を実施します。

奥入瀬溪流への来訪者が溪流本来の「せせらぎ音」を体感できるようにマイカーでの進入を控えてください。期間中は、焼山から休屋までのシャトルバス(有料)を利用して、散策を楽しむことができます。



とき 8月24日(土)、25日(日)
午前10時~午後2時
※駐車場など、詳しくはホームページ(<http://oirase-seseragi.com>)をご覧ください。

問合せ 国土交通省青森河川国道事務所 ☎017-734-4570

ふれあいミニどうぶつ園

フクロウ、ウサギ、ひよこなどのかわいい動物と触れ合うことができます。

とき 9月1日(日)

午前11時~午後3時

ところ 馬事公苑エントランス広場

費用 1人 300円、ファミリー

(4人まで) 千円

(2歳未満は無料)

問合せ 馬事公苑 ☎22100



自然ふれあい観察会

北八甲田・雉岳登山

とき 9月25日(水)

集合場所 田代平駐車場

対象 中学生以上

費用 3千円

持ち物 昼食、雨具、登山装備

申込期限 9月11日(水)

※最少催行人数5人

問合せ 自然公園財団十和田支部 ☎2368



高齢者手づくり作品フェア

高齢者が手作りした作品の展示などを行います。

とき 8月24日(土)

午前10時~午後3時30分

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

手づくり体験コーナー

▼作るもの「飾り傘」

▼定員 10人(先着順)

▼費用 50円(材料費)

問合せ 市老人クラブ連合会事務局 ☎8633

認知症について相談できる「ひだまりカフェ」

とき 8月17日(土) 午後2時~4時

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

内容 季節の野菜を美味しく食べる

講師 野菜ソムリエ 中村陵子さん

費用 100円

※申し込みは不要です。

問合せ 高松病院 ☎6540

公益社団法人日本警察犬協会青森県支部主催 第2回 東北・北海道訓練チャンピオン決定競技会

問合せ (公社) 日本警察犬協会青森県支部・福井 ☎017-781-8625

犯罪捜査や遭難時の捜索など警察から要請を受けて実際に活躍している嘱託犬から一般家庭で飼われている犬まで、さまざまな犬(延べ120頭)が日ごろの訓練の成果を披露します。

とき 8月4日(日) 午前8時競技開始
ところ 十和田市湯の台牧場(法量字谷地14番地1)



夏休み米粉料理教室

夏休みに親子でクッキングしてみませんか。個人での参加も歓迎です。

とき 8月9日(金)
午前10時～正午

ところ 沢田悠学館

内容 米粉アイス など

定員 20人(先着順)

費用(材料費)

個人1人 2,000円

親子1組 2,000円

持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル

申込期限 8月7日(水)

申問 とわだ米粉普及協議会(熊谷クッキングスタジオ・豊川) ☎③ 0393



夏休み企画・とわだこのむし展

十和田湖や周りの森にすむトンボ、チョウ、クワガタなどの虫を写真や標本で紹介します。



とき 開催中～9月1日(日)
午前9時～午後4時30分

ところ 十和田ビジターセンター
園十和田ビジターセンター運営協議会

☎⑦ 1016

美術館でアーティストになろう！ 夏休み手づくりワークショップ2019

夏休みの思い出づくりに手づくり体験！美術館でアーティストになってみませんか。親子での参加もお待ちしております。

とき 8月1日(木)～16日(金)
午前10時～午後3時

※4日(日)は休み

ところ 現代美術館 市民活動スペース

- 内容 ▶デコフレーム作り
- ▶ビーズアクセサリ作り
- ▶アイロンビーズでアートを作ろう
- ▶こけしブローチ作り
- ▶ロックモンスターを作ろう

※日によって内容が異なります。

費用 500円(材料費)

※申し込みは不要です。

申問 現代美術館 ☎⑩ 1127

牧場の朝を体験しよう

馬の餌やりや手入れなどの体験をして馬と触れ合います。

とき 8月10日(土)～12日(月)
午前8時～10時



ところ 駒っこ牧場

対象 小学生以上(※5～6歳は要相談)

定員 各日6人(先着順)

※応募者多数の場合、初めての人優先

費用 2,000円

申し込み受付 8月1日(木) 午前9時～

申し込み方法 電話で申し込みください。

申問 馬事公苑駒っこ牧場 ☎⑩ 6022

夏休み体験教室

馬事公苑でいろいろな体験をしてみませんか？

■ レジンのペンダントを作ろう

シリコンシートの型でレジンを使ってペンダントを作ります。

とき 8月10日(土)
①午前10時30分～
②午後1時30分～

定員 8人(先着順)

費用 500円(材料費)

■ 保冷剤で涼しげなインテリア雑貨を作ろう

消臭効果もある保冷剤にビーズなどを混ぜて涼しげなインテリア雑貨を作ります。

とき 8月12日(月)
①午前10時30分～
②午後1時30分～

定員 10人(先着順)

費用 300円(材料費)

■ 世界に一つだけのクレヨン作り

短くなったクレヨンを型に溶かし、オリジナルのクレヨンを作ります。

とき 8月18日(日)
①午前10時30分～
②午後1時30分～

定員 10人(先着順)

費用 300円(材料費)



◆ いずれも

ところ 馬事公苑 交流館

申し込み受付 8月1日(木) 午前9時～

申し込み方法 電話で申し込みください。

申問 馬事公苑称徳館 ☎⑩ 2100

「水の中をのぞいてみたらⅡ」 参加者募集

とき 8月17日(土) 午前9時～11時30分
定員 30人(先着順)

持ち物 バケツや虫かご、網、飲み物、帽子、長靴

※汚れても良い服装でお越しください。

「トンボ博士になろう」参加者募集

とき 9月7日(土)
午前9時～11時30分

定員 20人(先着順)

持ち物 虫とり網、虫かご、飲み物、帽子



◆ いずれも

集合場所 東コミュニティセンター

申込期限 8月9日(金)

※雨天時は屋内で学習会を行います。

申問 一本木沢ピオトープ協議会事務局
(スポーツ・生涯学習課内) ☎⑩ 2318

「十和田市児童生徒発明くふう展」 作品募集

第55回十和田市児童生徒発明くふう展の作品を募集します。アイデアあふれる独創的な作品をお待ちしています。

対象 市内小・中学生

募集作品 発明くふう作品(工作物)
未来の科学の夢の絵(絵画)

申し込み方法 各小・中学校へ作品を提出ください。

申込期間 8月23日(金)～30日(金)

★展示期間 9月6日(金)～8日(日)

★展示場所 市民交流プラザ「トワール」

園南コミュニティセンター ☎⑩ 4416

夏休み イベント もっと夏を楽しもう！

第3回アートイズ※ 十和田市現代美術館 ワークショップ

現代美術館の常設作品をモチーフにワークショップを行います。

とき 8月4日(日) 午前10時30分～

ところ 現代美術館

対象 3歳～小学4年生

定員 15人(先着順)

費用 500円(材料費)

申問 現代美術館 ☎⑩ 1127

第4回十和田市

「図書館を使った調べる学習コンクール」 作品募集

疑問や知りたいことを、学校図書館・公立図書館の資料などを使って調べた作品(1人1点)を応募しませんか。

対象 市内の小学生

申込期間 9月1日(日)～25日(水)必着

申し込み方法 応募用紙に必要事項を記入の上、郵送か持参で申し込みください。

※テーマは自由です。サイズはB4サイズまで、ページ数は1ページ以上50ページ以内です。

※参加者全員に参加賞を差上げます。

※後日、審査を行い、表彰します。

申問 市民図書館(〒034-0081 西十三番町2-18)

☎③ 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。掲載希望の団体、サークルの方は市ホームページをご覧ください。

ノルディック・ウォーク健康講座

骨粗しょう症、認知症、生活習慣病の予防・改善を図り、健康寿命を延ばすためのヒントを整体師、薬剤師、野菜ソムリエの各講師がアドバイスします。

とき 8月22日(木)、23日(金)

いずれも午前9時10分～正午

ところ 南コミュニティセンター

定員 各30人(先着順)

費用 1日に付き500円

持ち物 筆記用具、運動靴

申し込み方法 郵便番号、住所、氏名、電話(FAX)番号、参加月日をはがきに記入の上、8月15日(木)までに申し込みください。

申問十和田ノルディック・ウォーク・クラブ(〒034-0088 西十四番町33番15号) ☎ 5558

音楽家 新谷祥子さんのトークとコンサートと絵本の愉しみ

七戸町出身の新谷祥子さんのマリimba演奏と、ご本人が訳した絵本の読み聞かせ&トークを楽しみませんか。

とき 8月10日(土) 午後3時～4時
(※開場 午後2時30分)

ところ 市民交流プラザ「タワーレ」和室

対象 中学生以上

定員 50人(先着順)

費用 1,000円

申込期限 8月5日(月)

申問絵本と音楽の会 ☎ 090-7324-8742

楽しく踊るフラダンス入門体験教室

フラダンスの基本ステップ、ハワイの自然や人々の愛を表現する美しいハンドモーション、また実際のフラダンスの踊り方を体験しませんか。年齢を問わず初心者も楽しめます。

とき・ところ

① 8月6日(火)、9月10日(火)

市民文化センター

② 8月20日(火)、9月24日(火)

市民交流プラザ「タワーレ」

いずれも午後2時～3時

定員 10人(先着順)

持ち物 タオル、飲み物、丈の長いフレアスカート

※事前に申し込みが必要です。1人1回に付き無料で体験できます。

申問フイ・オ・カマレイ・オハイ・アライ・フラ・スタジオ十和田事務局・川村 ☎ 080-6022-4622

超大型絵本と音楽を楽しもう！

「おまえうまそうだな」(宮西達也作)の超大型絵本の読み聞かせライブや、ピアノと絵本専門士3人による読み聞かせコラボなどをお楽しみください。

とき 9月1日(日) 午前10時30分～正午(※開場 午前10時)

ところ 市民文化センター

対象 親子(幼児～小・中学生)

定員 80人

※事前申し込みは不要ですが、定員に達し次第入場を制限する場合がありますので、お早めにお越しください。

申問ちいむ青森読みあい隊

☎ 090-7324-8742

無料体験 真夏の夜のナニヤドヤラ

ナニヤドヤラの他に虎丈様、八戸小唄、津軽甚句、よさこい節、春駒も踊ります。

とき 8月24日(土)

午後6時30分～8時30分

ところ 市民交流プラザ「タワーレ」エントランスホール

定員 50人

持ち物 タオル、飲み物、踊りやすい履物

※車でお越しの方は駐車料200円をご負担ください。

申問とわだナニヤドヤラ保存会・山田

☎ 090-3750-0251

卓球教室参加者募集(後期)

十和田市卓球協会の会員が、基礎から指導します。

とき 8月22日～10月24日の毎週木曜日 午後6時30分～8時

ところ 総合体育センター

対象 市内の小学生

定員 30人

費用 3,000円(後期会費)

持ち物 ラケット

申込期限 8月20日(火)

申問十和田市卓球協会・三浦

☎ 090-2273-1423

【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

青山御流いけはな体験教室 参加者募集

いけはなと薄茶の所作などを通し、くつろぎながら楽しいひとときを過ごしましょう。

とき 8月10日(土)

ところ 市民文化センター 第7研修室

▶午前10時～正午

親子いけはな体験教室

対象 幼児～小学生とその保護者

費用 500円

▶午後2時～4時

いけはな体験教室

対象 高校生以上

費用 1,500円

▶午後6時～8時

伝統文化いけはな教室

対象 小学生

費用 1,000円

◆いずれも

持ち物 古新聞紙(2枚)、筆記用具、おしぼり

申込期限 8月8日(木)

☎ 申込 いけはな青山御流青森支部・高木

☎ 080-1809-1507

弓道仲間募集

弓道経験者を募集します。もう一度弓を引いて、弓道を再開しませんか。

とき 8月27日(火)～30日(金)

午後7時～8時30分

ところ 志道館弓道場

対象 弓道経験者(高校生以下を除く)

※弓具を持っている人は持参ください。

申込期限 8月20日(火)

☎ 申込 十和田弓道会事務局・伊藤

☎ 090-2978-6723

メール nmth_west23@yahoo.co.jp

広島・長崎を語り継ぐ原爆写真展

原爆写真や原爆に関する資料を展示します。また、原爆の恐ろしさを語る女優の吉永小百合さんの朗読もビデオ上映します。

とき

8月9日(金) 午前11時～午後7時

10日(土) 午前9時～午後7時

11日(日) 午前9時～午後3時

ところ 市民図書館 多目的研修室

☎ 原水爆禁止十和田市民会議・杉山

☎ 23 2400

平和の心を育てるつどい -核兵器は戦争から生まれた-

戦後74年間、私たちは平和の中で戦争を知らず暮らしてきました。戦争の時代どんなことがあったのか絵本、紙芝居などを見て聞いて、平和を考えるつどいです。

とき 8月6日(火)

午前10時30分～正午

ところ 桜の広場(雨天中止)

定員 30人

☎ 申込 I(アイ)女性会議十和田支部・高森

☎ 22 1519

十和田市ソフトバレーボール大会 参加チーム募集

市民ひとり1スポーツの秋、ソフトバレーボールで心地よい汗をながしませんか。

とき 10月13日(日) 午前9時～

ところ 総合体育センター

競技種目 男子、女子、混合の部

参加費 2,000円

申し込み方法 競技種目、チーム名、選手名等(4～9人分の性別・年齢)を記入してFAXで申し込みください。

申込期間 8月1日(木)～9月27日(金)

☎ 申込 川村 FAX 23 5828

「食」で咲かせよう!子どもたちの笑顔の花 十和田子ども食堂 体験交流会

青森県産の食材を使用したバーベキューを楽しみながら親子無料体験交流会を実施します。流しそうめん、棒パン作りなどもあります(80食限定)。

とき 8月25日(日)

午前11時30分～午後2時

(※受付 午前11時)

ところ 相撲場

対象 幼児～中学生とその保護者

定員 80人(先着順)

申し込み受付 8月1日(木)～

☎ 申込 十和田子ども食堂実行委員会・

水尻 ☎ 27 1815

お稚児さん募集

とき 9月6日(金)、8日(日)

※正午までに三本木稲荷神社集合

対象 3歳～12歳

定員 各日30人(先着順)

参加費 1日4,500円(衣装、保険料)

申込期限 9月4日(水)

☎ 申込 三本木稲荷神社 ☎ 23 2603

子供神輿担ぎ手募集!

とき 9月6日(金) 午後5時～7時

※十和田市建設業会館(西二番町10-28)に午後4時までに集合

対象 3歳～小学6年生

(小学3年生までは保護者同伴)

※小学生以上の衣装は協会準備します。

☎ 申込 十和田市建設業協会・上山

☎ 22 1356

第24回ジョイカップサッカー大会

男子(小学1～3年生)や女子(小学1～4年生)を対象としたサッカー大会です。

とき 10月6日(日)

午前8時～午後3時

ところ 市陸上競技場・中央公園緑地

申込期限 8月31日(土)

☎ 申込 十和田レイカーズ・川村

☎ 080-3592-5883

メール kawamura@touyokogyo.co.jp

原爆写真展

「ヒロシマ・ナガサキ」に起きた原爆の実相を「サダ子と折り鶴」、「高校生の描いたあの日」などを通して伝えます。

とき 8月3日(土)、4日(日)

午前10時～午後5時

ところ 市民交流プラザ「トワール」

☎ 十和田市原水爆禁止の会・苫米地

☎ 090-9535-4761

8月の健康カレンダー



●乳幼児健診など

▶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カ月に達する乳児	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30年2月生まれの幼児	21日(水)※歯ブラシ持参 12:30~13:00	
◆2歳児発達健診 平成29年2月生まれの幼児	8日(木)※歯ブラシ持参 12:30~13:00	
◆3歳児健診 平成28年2月生まれの幼児	20日(火) 12:00~12:45	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	29日(木)14:00~ ※21日(水)まで要予約	
◆ほっとマミーサロン 妊産婦と生後8カ月までの乳児をもつお母さん ★個別相談の日(授乳や育児について相談できます) ◆交流会の日(保育士による遊びの指導やママ同士の交流)	★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」 問健康増進課 ☎⑤6792
◆パパママ教室 (妊婦疑似体験や沐浴体験)	26日(月) 13:30~15:30 ※1週間前までに要予約	

※2歳児発達健診は2歳6カ月児が対象です。
 ※3歳児健診は3歳6カ月児が対象です。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、翌月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)、9月4日(水) 14:00~15:00 ※開催日2日前までに要予約	保健センター 問健康増進課 ☎⑤6791
◆栄養相談 栄養・食生活に関する相談を希望する人	7日(水)、9月4日(水) 9:30~13:15 ※開催日2日前までに要予約	
◆もの忘れ相談 もの忘れや認知症の不安がある65歳以上の人・家族	14日(水) 14:00~15:30 ※9日(金)まで要予約	市役所本館(新庁舎) 2階会議室2 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の家族	28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 過去にB型・C型肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	27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	21日(水)※要予約 13:00~14:00	市民交流プラザ「タワー」 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	22日(木) 9:30~15:00	
◆エイズに関する相談 感染の心配やエイズに関する相談を希望する人	25日(日)・27日(火)※要予約 13:30~14:30	

◆「とわだDE子育て応援ナビ」を利用しましょう。
 子どもの予防接種のスケジュール管理や子育て情報
 を得ることができます。



とわだ 子育てナビ 検索

熱中症は予防が大事!

熱中症は室内でも発生します。夜も注意が必要です。

◎予防のポイント

- ①普段過ごす部屋の温度を小まめにチェック。室内は28℃以内に。
- ②喉が渇かなくても小まめに水分補給を。塩分の補給も忘れずに。
- ③外出の時は、体を締め付けない涼しい服装で。日よけ対策も忘れずに。



◎高齢者や子どもは特に注意

【高齢者への対策】

体から熱を逃がす機能が低下し、汗をかきにくい
 ため、シャワーや冷たいタオルを使うなど、体を
 冷やしましょう。

【子どもへの対策】

体温調節がうまくできないため、顔色や汗のかき
 方を観察し、喉が渇く前に水分や休憩をとらせま
 しょう。

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

食中毒予防の6つのポイント



夏は食中毒が発生しやすい季節ですので、食品
 の取り扱いなどに十分注意し、予防を心掛けま
 しょう。

①食品の購入

食品は鮮度や消費期限などを確認して購入する。

②家庭での保存

冷蔵・冷凍食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫・冷
 凍庫へ。

③下準備

冷凍食品の解凍は、室温ではなく、冷蔵庫の中や電
 子レンジを使用する。

④調理

加熱が必要な食品は十分に加熱する。

⑤食事

食品を室温に長く放置しない。

⑥残った食品

時間がたち過ぎた食品は思い切って捨てる。

問健康増進課健康管理係☎⑤6790

●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
12日(月)	9:30~11:45	DCMホームマック(株)十和田店
	13:00~15:30	
14日(水)	10:00~12:00	JA十和田おいらせ本店
	13:30~16:00	青森県十和田合同庁舎
18日(日)	10:00~11:45	マックスバリュ十和田南店
	13:00~16:00	
23日(金)	10:00~16:00	中央駐車場

8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) 午後1時～3時 ※5日は西コミュニティセンター同時開催
◆人権相談 いじめや差別、家庭内や隣近所とのめんどなどの相談	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 ※21日(水)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(木)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 ※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 県庁 ☎017-734-9235

ところ まちづくり支援課(本館1階12番窓口) 市民相談室
 申問まちづくり支援課 ☎⑤ 6777

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

ところ 収納課(本館1階7番窓口)
 ※本館北側休日夜間出入り口からお入りください
 (午後6時以降は本館西側出入り口からは入れません)。
 問収納課 ☎⑤ 6761

9月2日(月)が納期限(口座振替日)です
市税等は納期限内に納めましょう
 市民税・県民税第2期／国民健康保険税第2期
 介護保険料第2期／後期高齢者医療保険料第2期

内容	日時
◆出張年金相談 年金の無料相談	22日(木) 午前10時～午後3時 ※要予約(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 市役所別館3階会議室
 問八戸年金事務所 ☎0178 ④ 1742 市民課 ☎⑤ 6753

休日当番医 問健康増進課 ☎⑤ 6790

4日(日)	とわだ耳鼻いんこう科医院 (西十一番町22-11)	☎⑤3341
11日(日)	かわむらクリニック (西二十二番町4-16)	☎⑤1505
12日(月)	えと内科医院 (西三番町1-28)	☎⑤2727
18日(日)	十和田産婦人科内科クリニック (西三番町22-28)	☎⑤7777
25日(日)	石川医院 (稲生町19-28)	☎⑤2114

▶診療時間：午前9時～午後5時
 ※詳しくはお問い合わせください。

その他の催し

<>…開始時間

1(木)	▶フォトとわだ 風景写真展(～31日) ～市民文化センター 市民ギャラリー (問フォトとわだ・藤井 ☎⑤0926)
3(土)	▶こころのふれあいサロン・おあしす<10:00> ～市民文化センター(問健康増進課 ☎⑤6791) ▶紙しばい倶楽部とわだ「紙芝居」<10:30>～市民図書館 (問市民図書館 ☎⑤7808) ▶令和元年度 県立三本木高等学校附属中学校 学校説明会 <13:30>～市民文化センター (問三本木高等学校附属中学校 ☎⑤1184)
4(日)	▶北心祭<10:00>～市民文化センター (問北心会本部 ☎⑤2315)
5(月)	▶おしゃべりサロン「クローバー」 <①10:00・②13:30>～保健センター (問健康増進課 ☎⑤6791)
8(木)	▶キエフ・クラシック・バレエ チャイコフスキー 夢の3大バレエ <14:00>～市民文化センター(3,800円) (問市民文化センター ☎⑤5200)
9(金)	▶星空観望会「木星と土星を見よう!」<19:30> (要申込み)～市民文化センター (問市民文化センター ☎⑤5200)
10(土)	▶語りの会・こま草「おはなしのゆうびんやさん」 <10:30>～市民図書館(問市民図書館 ☎⑤7808) ▶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)
11(日)	▶東日本大震災チャリティー演芸会 ごらくのらくご ～笑いが一番～<14:00>～市民文化センター(500円) (問馬はなし亭一座・遠田 ☎090-9533-3390)
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 ☎⑤7808) (31日も開催)
23(金)	▶県立七戸養護学校卒業生5名によるムーブメント絵画展 (～25日)<9:00>～市民文化センター (問ムーブメント・東 ☎090-8618-5417)
24(土)	▶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 ☎⑤7808)
25(日)	▶普通救命講習会<9:00>～十和田消防庁舎 (対象：中学生以上の市民) (問十和田消防署 ☎⑤4115)
29(木)	▶令和元年度 十和田市中学校英語弁論大会<12:15> ～市民文化センター(問指導課 ☎⑤2309)



現代美術館常設展示市民無料デー
 問現代美術館 ☎⑤ 1127

8/10
(土)



マイナンバーカード、運転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。

* 十和田の夏イベント *

十和田市夏まつり 第62回 花火大会

8月14日(水)
午後7時～9時

※荒天の場合は8月15日(木)に延期、15日も荒天の場合は17日(土)に延期

ところ 市陸上競技場



※会場周辺道路は、午後5時30分から9時まで交通規制を行います。
※市民図書館は午後5時に閉館します。(中止の場合は通常どおり午後8時まで開館)
※花火大会翌日午前6時から会場周辺のゴミ拾いを行います。ご協力いただける人は陸上競技場国旗掲揚台前にお集まりください。
問十和田商工会議所 ☎④1111



第1回 盆フェス夏まつりinとわだ

8月10日(土) 午後2時～9時
8月11日(日) 正午～午後9時

ところ 中央公園緑地

▶生歌盆踊り、日本舞踊、よさこい、ヒップホップダンス、フラダンス
▶フリーマーケット、マルシェ
▶ビアガーデン、夜店
▶浴衣賞、踊り賞、お楽しみ抽選会 など
問盆フェス夏まつりinとわだ実行委員会
☎⑤16970

稲生川灯ろう流し

家内安全・商売繁盛などの願いを託して

8月16日(金) 午後7時～
ところ 稲生川第一西裏橋

※灯ろう販売します。自作の灯ろうも大歓迎
▶紙灯ろう 700円
▶船型灯ろう※要予約 (小) 1,500円 (大) 2,000円
問太素顕彰会事務局 (十和田商工会議所内)
☎④1111



秋まつり参加者募集

秋まつり期間 9月6日(金)～8日(日)

秋まつりの太鼓や笛、手平鉦、引き子や山車制作などに参加してみませんか。参加希望の人は十和田商工会議所から秋まつり参加町内会へ連絡しますので、お問い合わせください。

秋まつり参加町内会一覧 (50音順)

- ▶あけぼの祭典委員会
- ▶切田創遊会
- ▶寺向町内会祭典実行委員会
- ▶並木祭典会連合会
- ▶西十一番町町内会
- ▶まつり徒三本木
- ▶元町ちとせ町内会祭典委員会
- ▶若葉地区四町内会祭典委員会
- ▶相坂上祭会
- ▶公園街祭典委員会
- ▶西茜会
- ▶東小稲祭典委員会
- ▶南小稲祭典委員会

- ▶上金崎町内会
- ▶中央町内会わ組
- ▶東部金崎
- ▶西小稲祭典委員会
- ▶藤坂祭典会
- ▶南町内会祭典委員会



※詳しくは、ホームページ (https://towada-akimatsuri.jp) をご覧ください。

問十和田商工会議所 ☎④ 1111

人口と世帯	区分	人・世帯数	前月比	前年比
令和元年6月末 現在	人口	61,160人	-32人	-679人
	男	29,311人	+4人	-321人
	女	31,849人	-36人	-358人
	世帯	27,622世帯	+1世帯	-78世帯

アプリで「広報とわだ」を読みませんか

利用方法
QRコードを読み込み、アプリ「マチイロ」をインストールする。

マチイロ

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

