

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田



とわだ

2

No. 220

2021



アーツ・トワダ ウィンターイルミネーション

(令和2年12月18日 / 現代美術館アート広場)

点灯初日、青色発光ダイオード（LED）の光がアート広場全体を幻想的に演出していました。

広報とわだ 目次

- 3 十和田市体育、スポーツに関する表彰
- 4 とわだ子ども議会
- 6 みんなで取り組もうSDGs エス・ディー・ジーズ

おやまだ ひさし

小山田 久氏

十和田市長 再選

任期満了に伴う十和田市長選挙が1月24日に執行され、現職の小山田久氏が再選を果たしました。

未来に向けて着実に

元気

元気な未来に向けて市民が豊かさを実感し活躍できる十和田市へ

希望

希望のある未来に向けて子どもや孫が故郷に住みたいと思える十和田市に

安心

明るい未来に向けてみんなが不安なく、安全に暮らせる十和田市へ

1. 市内外からより多くの人々を呼び込み消費を生み出します
2. 地域で助け合い、安全・安心なまちをつくります
3. すべての市民が健やかに暮らせるまちをつくります
4. 働き方改革など、だれもが安心して働き活躍できるまちをつくります
5. ゆとりのある快適な暮らしや経済活動を支える行政基盤を整えます
6. 地域全体で子育て・子育てをしっかりと支えます
7. 芸術文化の創造を図り、市民文化の振興に努めます



小山田 久 -profile-

昭和21年10月8日生まれ（74歳）
昭和45年3月 北里大学畜産学部獣医学科卒業
昭和45年4月 青森県農林部勤務
平成15年4月 青森県農林水産部畜産課長
平成17年4月 上北地方農林水産事務所長
平成20年7月 青森県畜産協会専務理事
平成21年1月 十和田市長初当選
平成29年6月 青森県畜産協会会長
令和3年1月 十和田市長（4期目）

就任あいさつ

向春の候、市民の皆さまには、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

このたび、市民の皆さまの温かいご支援により、引き続き市政を担わせていただくことになりました。これまでの3期12年に取り組んできた経験を生かしながら、真摯に市政運営に当たってまいります。

そして、上記に掲げる3つの公約のもと、皆さまのご期待に沿えるよう強い使命感を持って、着実に取り組みを進めてまいりたいと思えます。

特に、このコロナ禍において、市民の命と生活を守るため、新型コロナウイルスワクチンの早期接種に万全を期して取り組むとともに、新しい生活様式に対応したサービスのデジタル化なども活用し、市民の皆さまが安全に安心して暮らせる明るく元気のあるまちづくりを進めてまいります。

今後も、市民の皆さまと協働を図りながら、魅力あるまちづくりに全力で取り組んでまいりますので、より一層のご理解とご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。



農作業現地督励（平成30年8月）



十和田市DMO「（一社）十和田奥入瀬観光機構」設立総会（平成31年2月）



子育て応援フォーラムinとわだ（令和元年5月）

令和2年度 十和田市体育、スポーツに関する表彰

☎スポーツ・生涯学習課 ☎0187

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。

🌟 体育功労賞



おおき はるお
大木 春男さん

68歳・三本木字下平
十和田市スポーツ少年団
副本部長、十和田市剣友
会会長、青森県剣道連盟
常任理事

平成26年から現在まで、十和田市剣友会会長および青森県剣道連盟常任理事を務め、本市の剣道の普及・振興に寄与した。

また、45年の長きにわたり、少年剣道の指導に励み、青森県代表選手を数多く輩出している。さらには、優秀な指導者を育成しており、本市の剣道の競技力向上に努めている。

スポーツ賞

【一般個人】

レスリング 小川航大

【生徒個人】

サッカー 藤井陽登

優秀選手賞

【一般個人】

陸上 鈴木龍亮

馬術 菊谷美咲

硬式テニス 天羽咲希

ボウリング 下田昭博

アーチェリー 畑山郁子

【生徒個人】

硬式テニス 天羽星莉

弓道 漆館采美

バスケットボール 菊池真史、沢目将人、
黒澤涼月、佐々木隼、泉日彩、赤坂和香、
渡辺朋恵

ボウリング 石川優心、齋藤洸和

【生徒団体】

三本木農業高校男子アーチェリー部

三本木農業高校女子アーチェリー部

スポーツ奨励賞

【一般個人】

グラウンド・ゴルフ 田中力、南ゆき、
川村セツ子、藤本功雄

パークゴルフ 関川薫、笠石邦秋

水泳 畑井智士、川村崇志、杉山幸雄、
山下香織、宮地寿子、都築一雄

卓球 櫻田晴夫

硬式テニス 鈴木健介、母良田篤夫、
鹿島育子、鹿島唯

バウンドテニス 工藤伸行、沼岡優子、
円子一彦

ボウリング 小笠原勢一、小笠原英明、
畑中薫

陸上 白銀柚希

【生徒個人】

空手道 今泉日菜子

柔道 高橋駿輔

少林寺拳法 布施洋介

ソフトテニス 細田美帆

バスケットボール 伊東柊哉

ボクシング 長畑侑那

陸上 坂井陽

レスリング 小川大輝

【一般団体】

十和田市ゲートボール協会

十和田キッカーズシニア40

十和田キッカーズシニア60

【生徒団体】

三本木高校男子ハンドボール部

三本木高校女子ハンドボール部

※敬称は省略しています。

令和2年度

とわだ子ども議会



子ども議員11人がまちづくりを考える「とわだ子ども議会」

昨年12月25日、市役所の市議会議場で「とわだ子ども議会」が開催されました。

これは、子どもたちが議会を模擬体験することで、議会や市役所の仕組みを学び、質問を通して市について考え、郷土を愛する心を育むことを目的に、平成25年から行っているものです。

本年度は市内の小学6年生11人が子ども議員として、議長の田中日葵さん（三本木小）と副議長の荒尾洸太くん（北園小）による議事進行の下、市政に対する質問を行いました。

子ども議員は緊張しながらも、堂々とした態度で議会に臨み、「十和田市を良くしたい。こんなまちにしたい」という思いのこもった質問をしていました。

質問に対し、小山田久市長が丁寧に答えると、子ども議員は市の取り組みや考え方を学ぼうと熱心に耳を傾けていました。

今号では、子ども議会で提案された質問と答弁の内容のほか、事前に行われた勉強会やリハーサルの様子も紹介します。

子ども議員は「十和田市をこんなまちにしたい」と考え質問しました



荒尾 洸太くん

みんなが楽しくスポーツや勉強ができるまち

質問) 集められた税金でスポーツや学習に利用できる施設を増やしてほしい。

答弁) 税金などを活用して整備した公共施設が市内には数多くあります。それら施設をスポーツや学習に利用してほしい。



櫻田 陽奈さん

芸術文化にあふれ、誰もが幸せに暮らせるまち

質問) アートに触れ合いながら子どもが楽しめ、子どもを預かる場所・施設を作ってはどうか。

答弁) 場所・施設を今すぐ作ることは難しいが、子どもたちがアートに触れ合い楽しめる企画を考えていく。



橘 音色さん

商店街が元気な十和田市

質問) 活気があり楽しい商店街にするため、インターネットを使って商店街にお店を開きたい人を募集してはどうか。

答弁) インターネットを使った方法も取り入れながら活気ある商店街となるよう取り組んでいく。



小笠原 史織さん

みんなが十和田市をもっと好きになり暮らしやすいまち

質問) みんながけががなく、安心して暮らすことができるよう、段差のない歩きやすい道路にしてほしい。

答弁) 一度に整備することは難しいため、利用者の多い箇所から計画的に実施していく。



佐藤 未悠さん

みんなが安心して暮らせる十和田市

質問) 一人一人の防災意識を高めるため、防災バッグの配布や地域ごとに防災訓練を行ってはどうか。

答弁) 総合防災訓練の実施、自主防災組織の育成に取り組み、防災意識の向上や地域の防災活動が充実するよう努めていく。



高橋 陽菜さん

安全に暮らせる十和田市

質問) 街灯の設置について市民にアンケートをとり、要望が多い道に街灯を設置してはどうか。

答弁) 町内会などから街灯設置の要望を聞き、年間20基程度設置している。今後も要望を聞きながら、適切な場所に設置していく。



佐々木 岳人くん

どんな人でも仲良く、楽しく暮らせるまち

質問) 年齢に関係なく、触れ合い、語り合える場として、スケボーパークを整備してはどうか。

答弁) 新たに整備することは難しいが、いろいろな人と触れ合える場として既存の公共施設を活用してほしい。



田中 煌くん

十和田市のみんなが楽しく暮らせる、美しい環境のまち

質問) 環境を守る責任感を高めるため、ごみ拾い月間を定め、官庁街通りをごみ拾いはどうか。

答弁) 誰もがポイ捨てをしない、させない環境づくりが必要。まずは広報などで市民に呼び掛け、環境保全の意識向上を図っていく。

★子ども議員は勉強会やリハーサルを行い「とわだ子ども議会」本番に臨みました

子ども議員による勉強会

11月14日、市民図書館で「とわだ子ども議会 勉強会」が行われました。

勉強会では市役所の組織と仕事や市議会と議員の役割、「十和田市をもっとよくするため」の質問書の書き方などを学びました。



「どんな十和田市にしたいか」を考え、質問書を作りました



ストレッチでリラックス



質問書の書き方を学びました

とわだ子ども議会リハーサル

とわだ子ども議会前日に行われたリハーサルでは、壇上での質問の仕方や議場への入場から退場までの動きなど、議会当日の流れを一通り行いました。

質問するときの姿勢や声の出し方、お辞儀の仕方など子ども議員は、本番に向け一生懸命に練習を重ねていました。



壇上での質問の仕方を練習しました



壇上の机を自分に合った高さに調節



お辞儀をして議場に入場



便利で安全な、みんなが暮らしやすいまち

質問) 市役所と病院が連携し、病院の待ち時間がスマートフォンで分かるようにしてはどうか。

答弁) 今すぐには実現が難しいが、便利で安全なまちづくりのため参考にしたい。



十和田市が安全で楽しくて明るく暮らせる魅力あるまち

質問) 子どもも大人も健康的で元気に過ごせるよう、屋内の複合スポーツ施設を官庁街通りの近くに作ってはどうか。

答弁) 施設を整備することは難しいが、市内のスポーツ施設の利活用を進めていく。



十和田市のみんなが健康に暮らせるまち

質問) 健康的な体を作るため、地元野菜を使った食事を提供する市営の食堂を建ててはどうか。

答弁) 食堂を建てることは難しいが、バランスの良い食事の紹介や地元産食材を食べてもらえるよう積極的に取り組んでいく。

- ①～③：北園小
- ④：南小
- ⑤、⑥：東小
- ⑦～⑪：三本木小

子ども議会を終えた感想を一言

子ども議会に参加できて楽しかったです。議長を経験するなど、とても貴重な体験ができました。



(田中 日葵さん)

少し緊張したけれど最後まではっきりと質問ができたので良かったです。とても良い思い出になりました。



(荒尾 洸太くん)



▲ 子ども議会終了後、小山田市長、西村雅博副市長と当選証書を手に記念撮影

みんなで取り組もう エス・ディー・ジーズ SDGs

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

最近、新聞やテレビで「SDGs」という言葉をよく目にしませんか。

SDGsは平成27(2015)年9月の国連サミットで採択された持続可能な世界を実現するための国際目標です。

SDGs
とは？

サステナブル
Sustainable = 持続可能な
デベロップメント
Development = 開発
ゴールズ
Goals = 目標

持続可能な開発目標










誰にでもできるSDGs

家の中で
できること

SDGsは持続可能な世界を実現するための目標で、自分には関係がないように感じるかもしれませんが、達成するためには一人一人の力が必要になります。

取り組む主体は、国連などの国際機関や各国政府だけでなく、行政、民間企業、市民団体などのあらゆる組織、そして私たち個人もそれぞれの立場から目標達成のため行動する必要があります。

- | | |
|---|---|
|  世界・国内の貧困問題を知る・考える |  エネルギー効率の良い電気機器を使用する |
|  食べ残しを減らす・なくす |  インターネットなどの仕組みを理解する |
|  家事を平等に分担して行う |  リサイクルに積極的に取り組む |
|  水道の蛇口を小まめに閉める | |

十和田市の令和2年度の取り組みに見るSDGs

本市もSDGsに取り組んでいます。その一部を紹介します。

◆ 乳幼児健康診査事業（フッ化物歯面塗布事業など）

むし歯予防に効果のあるフッ化物歯面塗布を2歳児発達健康診査で実施しています。また、フッ化物の活用に関する講演会を幼稚園・保育所を対象に開催しました。

その他、弱視など視力の異常を早期発見するため、3歳児健康診査に視機能検査を実施しています。



◆ GIGAスクール構想の実現

最新のICT(※)を活用した学びに向けて、市内小・中全校に校内通信ネットワークと電源キャビネットを整備し、児童・生徒に1人1台の端末を導入します。

※ICTとは情報・通信に関する技術の総称です。



SDGsは2030年までに貧困や飢餓、不平等をなくし、環境保護、気候変動に対処しながら、「誰一人取り残さない」持続可能でよりよい未来をつくるための世界共通の目標で、17のゴール（目標）と169のターゲット（具体的な目標）で構成されています。



SDGs 17の目標

- 1 貧困をなくそう
- 2 飢餓をゼロに
- 3 すべての人に健康と福祉を
- 4 質の高い教育をみんなに
- 5 ジェンダー平等を実現しよう
- 6 安全な水とトイレを世界中に
- 7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに
- 8 働きがいも経済成長も
- 9 産業と技術革新の基盤をつくろう
- 10 人や国の不平等をなくそう
- 11 住み続けられるまちづくりを
- 12 つくる責任つかう責任
- 13 気候変動に具体的な対策を
- 14 海の豊かさを守ろう
- 15 陸の豊かさも守ろう
- 16 平和と公正をすべての人に
- 17 パートナーシップで目標を達成しよう

家の外で できること

- | | | |
|---|--|--|
|  定期的に、健康診断を受ける |  ハザードマップ・避難所を確認する |  多様性を認め、受け入れる |
|  図書館で本を借りて読んでみる |  短い距離は徒歩や自転車で移動する |  地域を知り、地域の活動に参加する |
|  残業を減らし、休暇もきちんと取り、しっかり働く |  河川の清掃活動に参加する | |
|  いじめや差別などをしてない・させない |  緑を大切に。植物を育てる | |

◆ 水洗化率の向上と浄化槽整備事業

健康で快適な生活を守り、公共用水域の水質保全のため、下水道施設の整備を進めています。下水道区域内では、未接続世帯の水洗化の促進に取り組むとともに、下水道区域外では民間資金を活用したPFIによる小型浄化槽（市で設置、維持管理する合併浄化槽）の設置を推進しています。



◆ 防災体制の強化（新同報系防災行政無線の整備など）

市内全域に新同報系防災行政無線の整備を進めるとともに、防災資機材などの整備に対する助成を通じて、自主防災組織の設立促進に努めています。

また、今後八甲田山が噴火した場合に備えて、災害が及ぶ恐れのある範囲などを掲載した「八甲田山火山防災マップ」を各家庭に配布しています。

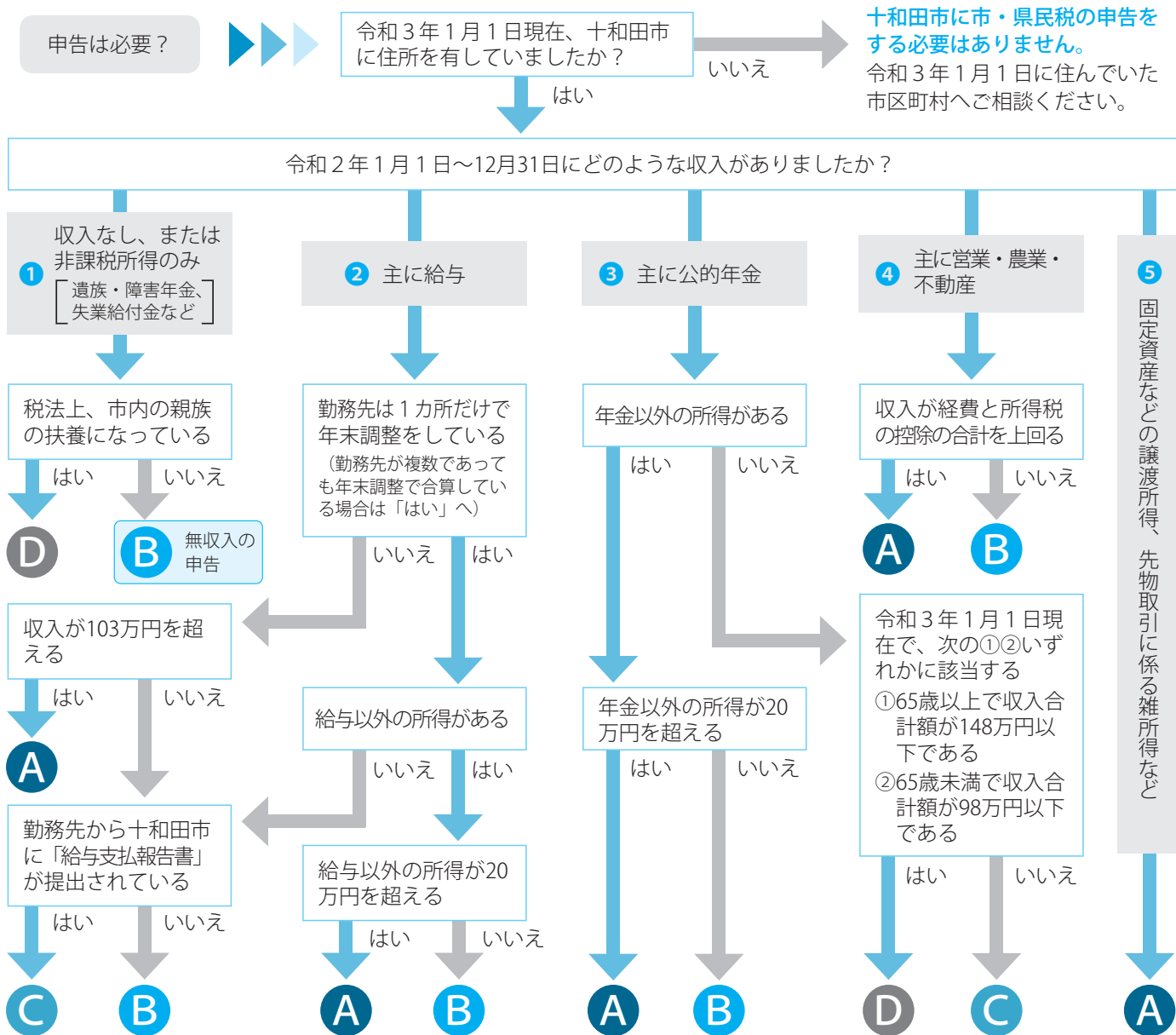


「市・県民税の申告」の受け付けが始まります

固稅務課 ☎ 516766

❖ 申告が必要かどうかを下の図を使って確認しましょう

申告が必要か
確認してみて!



- A** ... 所得税の確定申告が必要です
確定申告書を十和田税務署に提出してください。
- B** ... 市・県民税の申告が必要です
市・県民税の申告書を税務課に提出してください。
- C** ... 控除を追加したい場合は所得税の確定申告、市・県民税の申告が必要です
▶ 年金・給与収入から所得税が源泉徴収されていて、控除を追加したい場合 → 確定申告書を十和田税務署に提出してください。
▶ 収入が年金のみで、所得税が源泉徴収されず配偶者控除、扶養控除、障害者控除、寡婦控除、ひとり親控除を追加したい場合 → 市・県民税の申告書を税務課に提出してください。
- D** ... 所得税の確定申告、市・県民税の申告は必要ありません

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、自宅での申告書作成、e-Taxや郵送による申告書の提出にご協力をお願いします。

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で、自宅のパソコンやスマートフォンから申告書などが作成できます。作成した確定申告書は、e-Taxで送信するか、印刷して郵送により提出してください。

【提出先】 〒034-8613 西二番町14-12 十和田奥入瀬合同庁舎2階 十和田税務署

確定申告書作成会場のご案内

とき 2月1日(月)～3月15日(月) (土・日曜日、祝日を除く)

午前9時～午後5時

ところ 十和田奥入瀬合同庁舎1階 共用会議室

※本来、確定申告は2月16日からですが、新型コロナウイルス感染症対策の一環として、令和2年分の確定申告では、2月16日より前から公的年金を受給されている人を主な対象として、申告相談を受け付けます。

確定申告書作成会場の混雑緩和のため、会場への入場には「入場整理券」が必要です

- ▶ 「入場整理券」は、会場での当日配布とLINEによる事前発行があります。
- ▶ 「入場整理券」の配布状況に応じて、後日来場をお願いすることもありますので、ご了承ください。
- ▶ 配布方法の詳細は、国税庁ホームページからご確認ください。

市・県民税の申告

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、可能な限り郵送での提出をお願いします。

※確認事項などがあった場合は、後日連絡させていただきます。

市・県民税の申告書や記入例は、税務課窓口に備え付けてあるほか、市ホームページからダウンロードできます。郵送も対応しますので、希望する場合はご連絡ください。

【郵送の場合】 〒034-8615 (住所記載不要) 十和田市役所税務課宛

【持参の場合】 税務課 (本館1階⑥番窓口) に設置する申告書投函箱に投函してください。

郵送での提出をお願いします



申告相談のご案内

とき 2月16日(火)～3月15日(月) (土・日曜日、祝日を除く)

午前8時45分～11時 午後1時～4時

ところ 市役所別館5階会議室



市・県民税の申告書は申告者本人での作成をお願いします。

申告相談の際に必要なもの

- ①印鑑 (朱肉の必要なもの)
- ②市役所から郵送された受付票 (前年の申告の状況をもとに個別に郵送された人のみ)
- ③マイナンバーカード ※持っていない場合はマイナンバーが分かるもの (住民票など) と本人確認書類 (運転免許証など)
- ④金融機関の通帳 (口座振替を希望する場合は、口座の届け出印も必要です)
- ⑤申告する所得や控除の項目ごとに必要な書類 (源泉徴収票、各種控除に関する証明書や領収書など)

※事業所得などの収支内訳書や医療費控除の明細書は、整理・集計済みの場合のみ受け付けます。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

申告相談で来庁する際は新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします。

- ▶ 自宅での検温 ※37.5℃以上の場合は来庁をお控えください
 - ▶ マスクの着用
 - ▶ 手洗いと手指の消毒
 - ▶ 筆記用具 (黒のボールペンなど) の持参 ※共用を避けるため
 - ▶ 防寒具の着用 ※定期的に会場の換気を行うため
- 昨年、市役所で「市・県民税の申告」をした人には、混雑を避けるため申告相談の期間を指定して案内を郵送しています。なお、混雑時は人数制限をかける場合がありますのでご了承ください。

「女と男」がともに輝くまちの実現をめざして

男女共同参画 男女共同参画の視点に立った防災～もしもの時、どうしますか？～

☎総務課 ☎6702

災害は、いつでもどこでも起こり得ます。地震や台風などの災害に遭ったとき、あなたは どうしますか？
今号では男女共同参画の視点から防災について考えてみたいと思います。

過去の大規模災害から学ぶ避難所生活

避難所では、男性、女性、高齢者、障害者、妊産婦、乳幼児など、さまざまな立場、境遇の人が限られた空間の中で慣れない集団生活をするようになります。

東日本大震災などで避難所生活を体験した人たちからは「授乳や着替えをする場所がなく、周りの目が気になり着替えるのに苦労した」「高齢者が避難所に行くのを嫌がり避難させるのが大変だった」「発達障害の子どもが周囲に迷惑を掛けるので車で生活をした」などの声がありました。

このような課題を解決するためには、女性や高齢者、子どもなど、さまざまな立場の視点で避難所生活を想像し考える必要があります。

地域住民が中心となり、避難所での安全で安心した環境を整えていくことが重要です。

「もしも」のときに備える

大規模地震や局地的な集中豪雨などの災害に備え、「災害は必ず来る」という前提で、自分に何ができるか考えてみましょう。

災害に備え非常用持ち出し袋を準備しておきましょう。袋には、まず誰にでも必要なものを入れ、その後に「自分にとって必要なもの」を準備しましょう。

- ▶男性は髭剃り用品など
- ▶女性は化粧水、生理用品など
- ▶子育て中はお菓子、粉ミルク、哺乳瓶、おむつなど
- ▶高齢者はお薬手帳、老眼鏡、入れ歯、介護用パンツなど

地域の人とつながろう

災害のときに頼りになるのは普段からの人間関係です。日頃から地域の行事やボランティア活動などに参加し、地域の人たちとの交流を深めておくことが大切です。

男女共同参画の視点に立った防災

平時にできないことは、災害などの非常時にもできません。普段からさまざまな立場の人が共に責任を担い支え合う男女共同参画の視点に立った地域・社会づくりがとても重要です。

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内のイベント情報をお届けします♪

野辺地町

国設野辺地まかど温泉スキー場 好評営業中！

陸奥湾と下北半島の大パノラマを望む「まかど温泉スキー場」は、起伏に富んだコースやファミリーゲレンデ、ナイター設備を備え、家族や友人とのウインタースポーツに最適です。

また、クロスカントリーコース

では、無料の貸しスキーセットも用意しています。

▶とき

【アルペンコース】

営業中～3月7日(日)

★ナイターは2月28日(日)まで

【クロスカントリーコース】

営業中～3月14日(日)

★ナイターは2月27日(土)まで
(日・月曜日などを除く)

※積雪状況などにより、変更となる場合がありますので、ご確認ください。

▶ところ 国設野辺地まかど温泉スキー場

☎【アルペンコース】

国設野辺地まかど温泉スキー場

☎0175④3138

【クロスカントリーコース】

あったかハウスまかどの森

☎0175④0778

七戸町

ナイタージャンプイベント シチジャム2021

ジャンプ初心者＆観戦大歓迎！スキーやスノーボードでジャンプトリックを楽しめるイベントです。時間内であれば好きなタイミングで何度でも楽しめます。小さめのジャンプ台を使うので、ジャンプ初心者でも安心です。

▶とき 2月6日(土)

午後5時～セッション開始
(午後4時～受付開始)

▶ところ

七戸町営スキー場

▶費用 500円(参加費)

※小・中学生は無料です。

☎七戸町スキークラブ

メール event7-lab@yahoo.co.jp



※掲載しているイベントなどは、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、中止や変更になる場合がありますので、ご了承ください。

問北里大学獣医学部北里会執行委員会情報局 ☎ 234371

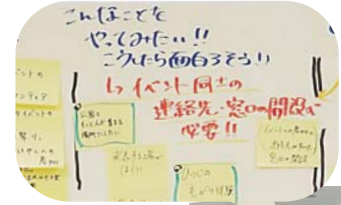
こんにちは。北里大学獣医学部北里会執行委員会情報局です。

執行委員会では、北里大学生と市民との交流の活性化に向けて「北里大学生とのワークショップ」や「十和田市長と北里大学生との懇談会」を行っています。

北里大学生とのワークショップ

地域で活動している団体などと北里大学生が意見を交換し合う場で、令和元年度からスタートしました。ワークショップでは「大学の文化祭などに地域の方々を呼びたい」「大学では年間を通してどのような活動が行われているのか。また、活動に市民も参加できるのか」など、多くの意見が交わされました。

そして、ワークショップの結果から、この広報とわだを活用した情報発信が始まりました。これからも、北里大学獣医学部について知ってもらえるよう情報を発信し、市民の皆さんとのつながりを大切にしていきたいです。



ワークショップ▶
やってみたい活動などをグループごとにまとめ発表しました



十和田市長と北里大学生との懇談会

懇談会では、北里大学生から市への提案や利便性を向上させるための要望など、市長と意見交換をしています。

要望は「市民も学生も元気にできるまちづくり案」を軸に、学生のためだけでなく市民へも還元されるように考え、これまで「七戸十和田駅までのバスを大学前から出してほしい」「街灯をつけてほしい」「大学から数分圏内に娯楽施設を誘致してほしい」などの提案をしました。

実現が難しい要望もありますが、一つでも多く実現し、十和田市で暮らす大学生や市民の皆さんの生活がより良いものになればと思っています。

市長との懇談会▶
大学生の視点から市のことを考え、市長と意見交換しました



▲懇談会後の記念撮影

官庁街通りの窓から ～追伸 十和田市立中央病院を紹介～ 第6回 皮膚・排泄^{せつ}ケア認定看護師 (全9回)



問中央病院 ☎ 235121

当院では、7つの看護分野で高いレベルの看護を実践するスペシャリスト「認定看護師」が勤務しています。今回は「皮膚・排泄ケア」分野の認定看護師を紹介します。

当院では、排泄ケアに積極的に取り組むコンチネンスケアという活動を行っています。コンチネンスとは、排尿や排便が日常生活の中でコントロールできる状態を表す言葉で、尿漏れなどの失禁や便秘、下痢などの困り事がないことをいいます。失禁などの排泄障害の原因は、脳血管疾患や糖尿病などからの障害、薬の副作用、妊娠・出産によるものや加齢に伴う生理的機能の低下などさまざま、多くの方が経験する可能性があります。しかし、排泄の悩みや障害については、誰にも知られたくないという思いが強く、悩みを抱え込んでしまいがちです。排泄の障害はその人のQOL（生活の質）を損ねるばかりではなく、外で活動する意欲の低下や、自分の存在価値の否定など精神的な面でも大きなダメージを与えます。

皮膚・排泄ケア認定看護師は、入院中の患者さんや外来の患者さんに対し、失禁に関する相談やおむつの選択、人工肛門や人工膀胱^{ぼうこう}の管理方法、日常生活の工夫などその人にとって最適と思われる排尿や排便の管理について、具体的な方法の説明と提案を行っています。また、失禁に関連した皮膚炎の予防や改善に努め、その人らしい生活を営むことができるようお手伝いしています。

排泄についての悩みは多くの人が抱えています。一人で悩まず、気軽にご相談ください。

(文責 中央病院 主任看護師 笹森 祥子)

「認定看護師」とは、ある特定の看護分野で熟練した看護技術と知識を有する者として、日本看護協会の認定を受けた看護師のことです。

令和3年度 会計年度任用職員の登録受付・募集のお知らせ

募集区分	事務補助員 (障害者枠)	事務補助員①	事務補助員②	事務補助員③
勤務場所	各課・各施設			
対象	高等学校卒業以上の人 ※障害がある人でも業務に従事できる場合は申し込みできます。詳しくはお問い合わせください。			
業務内容	事務補助（主にパソコンを使用）			
募集人員	若干名	制限なし		
勤務日	月～金曜日（祝日を除く）※業務内容により変更となる場合があります。			
勤務時間	①、②のいずれか ①午前9時～午後5時 ②午前9時～午後4時	午前9時～午後5時	午前9時～午後4時	午前9時～午後3時
	※業務内容により変更となる場合があります。			
報酬・手当	①月額 136,000 円 ②時給 898 円	月額 136,000 円～ 139,000 円	時給 898 円～ 919 円	
	※十和田市の事務補助員としての経験年数に応じて支給 通勤手当、期末手当、時間外勤務手当、休日勤務手当の支給あり ※期末手当は、任用期間6カ月以上の場合に支給			
保険	健康保険、厚生年金保険、雇用保険、公務災害補償あり			雇用保険、公務災害補償あり
任用期間	令和3年4月1日～ 令和4年3月31日	令和3年4月から令和4年3月までの間で、業務内容により期間を決定		
		最長12カ月		最長5カ月
面接試験	2月25日(木)（予定） ※詳しくは申し込み時にお知らせします。		なし (書類選考のみ)	
提出書類	① 会計年度任用職員登録申込書 ※登録申込書は市役所本館1階総合案内、または総務課（本館3階②番窓口）に備え付けてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。 ② 〔事務補助員（障害者枠）、事務補助員①を希望する人で提出書類を郵送する場合〕 84円切手を貼り付け済みの返信用封筒（後日、面接受付票を送付します） ③ 障害者手帳の写し（該当者のみ）			
申込期限	2月19日(金)必着		随時受け付け ※令和3年4月からの勤務を希望する人は 3月12日(金)までに申し込みください。	
申し込み方法	提出書類を持参または郵送（〒034-8615（住所記載不要）十和田市役所総務課宛て）により提出ください。			
その他	採用の可否については3月下旬に通知します。 詳しくは市ホームページ、または総合案内、総務課に備え付けの募集要項をご覧ください。			
申し込み・問い合わせ先	総務課 ☎⑤1 6705			

表中の※1 ①会計年度任用職員応募用紙 ②自動車運転免許証（両面）の写し ③資格を証明する書類の写し

募集区分	スクールバス運転員	学校用務員（一般）	社会福祉士
勤務場所	井戸頭団地内スクールバス車庫、 十和田湖小・中学校	市内小・中学校	高齢介護課
対象	大型自動車の運転免許を有する人	普通自動車免許を有する人、刈払機取扱作業者に係る安全衛生教育修了者	社会福祉士免許、普通自動車免許を有する人
業務内容	児童・生徒の登下校時のバスの運転、バスの整備点検など	学校施設の環境整備や給食配膳、教育委員会への連絡業務、学校設備の簡易修繕など	成年後見制度利用促進業務・普及啓発、相談業務など
募集人員	1人	2人	1人
勤務日	週2日勤務 ※十和田湖小・中学校スクールバス運転員休暇時の代替え勤務あり	月～金曜日（祝日を除く） ※場合により休日出勤あり	
勤務時間	午前6時30分～8時30分 午後2時30分～7時30分 （校外学習などの運行による時間外勤務あり）	①午前7時30分～午後3時15分 ②午前8時～午後3時45分 ③午前8時30分～午後4時15分 （勤務校や各学期、休業期間によって異なります）	午前9時～午後5時 （状況により時間外勤務あり）
報酬・手当	日額 9,150 円	月額 165,100 円	月額 164,600 円～220,500 円 ※社会福祉士としての経験年数に応じて支給
	通勤手当、時間外勤務手当、休日勤務手当の支給あり	通勤手当、期末手当、時間外勤務手当、休日勤務手当の支給あり ※期末手当は、任用期間6カ月以上の場合に支給	
保険	労災保険あり	健康保険、厚生年金保険、雇用保険、労災保険あり	健康保険、厚生年金保険、雇用保険、公務災害補償あり
任用期間	令和3年4月1日～令和4年3月31日		
面接試験	2月22日(月) 午前10時 別館4階 会議室1	2月18日(木) 午前9時 別館3階 会議室	2月26日(金) 午後2時 別館1階 会議室
提出書類 ※1	①、②	①、②、③	①、②、③ ※応募用紙は高齢介護課（本館1階㊟番窓口）に備え付けてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。
	※応募用紙は教育総務課（別館3階）に備え付けてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。		
申込期限	2月18日(木)必着	2月10日(木)必着	2月19日(金)必着
申し込み方法	提出書類を持参または郵送（〒034-8615（住所記載不要）十和田市役所〇〇課宛て）により提出ください。		
申し込み・問い合わせ先	教育総務課		高齢介護課
	☎⑧ 0182	☎⑧ 0181	☎⑨ 6720

表中の※1 ①会計年度任用職員応募用紙 ②自動車運転免許証（両面）の写し ③資格を証明する書類の写し

募集区分	保健師または看護師	妊産婦指導員	主任家庭相談員
勤務場所	保健センター		
対象	保健師または看護師免許を有する人、普通自動車免許を有する人、基本的なパソコン操作ができる人	助産師、保健師または看護師免許を有する人、普通自動車免許を有する人、基本的なパソコン操作ができる人	社会福祉士、保健師、看護師、教員、保育士などの職務経験者で、相談業務に2年以上従事した経験のある人、普通自動車免許を有する人、基本的なパソコン操作ができる人
業務内容	生活習慣改善のための支援、訪問保健指導、十和田湖診療所の看護・薬剤の管理保管に関する業務	妊産婦・乳児に対する健康相談、保健指導・家庭訪問に関する業務	子ども家庭相談、婦人相談に関する業務
募集人員	1人	1人	1人
勤務日	月～金曜日（祝日を除く）		
勤務時間	午前9時～午後5時 （月2回程度時間外勤務あり）	①、②のシフト制 ①午前8時30分～午後4時30分 ②午前9時15分～午後5時15分	
報酬・手当	月額 194,400 円	月額 199,300 円	月額 200,100 円
	通勤手当、期末手当、時間外勤務手当、休日勤務手当の支給あり ※期末手当は、任用期間6カ月以上の場合に支給		
保険	健康保険、厚生年金保険、雇用保険、公務災害補償あり		
任用期間	令和3年4月1日～令和4年3月31日		
面接試験	2月22日(月) 午後3時 保健センター		
提出書類 ※1	①、②、③ ※応募用紙は健康増進課に備え付けてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。		
申込期限	2月17日(水)必着		
申し込み方法	提出書類を持参または郵送（〒034-0081 十和田市西十三番町4-37 健康増進課宛て）により提出ください。		
申し込み・問い合わせ先	健康増進課 ☎⑤ 6791	子育て世代親子支援センター （健康増進課内） ☎⑤ 6797	

お知らせ

☎②③ 5111 FAX ② 5100

土・日曜日、祝日は閉庁

❖お知らせの表記

用…申し込み先

問…問い合わせ先

※費用の記載がないものは無料です。

【広報とわだに掲載の各種催しや募集などについて】

広報とわだに掲載したイベントや相談会などの各種催しや募集については、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、中止や延期、変更になる場合がありますので、ご了承ください。

また、催しなどに参加する場合は、マスクを着用し人との適切な距離を保つなど「新しい生活様式」を実践するよう心掛けましょう。

※事前に各問い合わせ先にご確認ください。

暮らし

「八甲田山火山防災マップ」を配布しました

「八甲田山火山防災マップ」は、八甲田山の過去の噴火に関する調査を基に、今後八甲田山が噴火した場合に、火山災害が及ぶ恐れのある範囲と火山災害に対する情報などを掲載しています。

1月に全世帯に配布しましたが、届いていない場合はご連絡ください。

問総務課☎⑤ 6703

防災行政無線などによる情報伝達訓練を実施します

災害や武力攻撃などに備え、全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いて全国一斉に実施される情報伝達訓練を行います。

現在までに整備した防災行政無線(屋外スピーカー)と戸別受信機(防災ラジオ)から音声が発送されます。

また、駒らん情報めーるに登録している人にも送信されますので、実際の災害と間違えないよう、ご注意ください。

とき 2月17日(水) 午前11時
放送される内容

- ・上りチャイム音
- ・「これはJアラートのテストです」(3回繰り返し)
- ・下りチャイム音

問総務課☎⑤ 6703



宝くじ助成金で備品を整備しました

自主防災活動の活性化を目指し、(一財)自治総合センターが行う宝くじ社会貢献広報事業の自主防災組織育成助成を受け、太田川原自主防災会が備品を整備しました。

◆太田川原自主防災会◆

物置、パイプテント、折り畳みテーブル、パイプ椅子など

問総務課☎⑤ 6703

赤十字活動への支援(会費)をお願いします

赤十字の活動は、皆さんから寄せられる活動資金(会費や寄付金)により支えられ、国内の災害救護や救急法の講習普及などの活動に役立てられています。

町内会長などが各家庭を訪問しますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

問まちづくり支援課☎⑤ 6777

家族そろって交通災害共済に加入しましょう

交通災害共済は、日本全国どこで起きた交通事故でも対象になります。1日だけの治療や自転車による事故も対象となります。

会費 1人 350円

共済期間 4月1日から1年間

加入受付 2月1日(月)～

※交通事故証明書がない場合、災害の程度にかかわらず1万円のみのお支払いとなりますので、自損事故、バイク・自転車による事故もすぐ警察に届けましょう。

※町内会を通して案内しています。

申問まちづくり支援課(本館1階12番窓口)☎⑤ 6777

障害基礎年金などを受給しているひとり親の「児童扶養手当」が変わります

令和3年3月分の児童扶養手当から、児童扶養手当の額が障害年金の子の加算部分を上回る場合に、その差額を受給できるようになります。

▶既に児童扶養手当受給資格者として認定を受けている人

→申請は不要です。

▶それ以外の人→申請が必要です。

3月1日以前であっても事前申請が可能です。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。お問い合せください。

申問子ども支援課(本館1階8番窓口)☎⑤ 6716

図書館と保健センターの駐車場整備を行います

新しい駐車場は4月1日から供用開始予定です。

工事期間中、図書館をご利用の方は、官庁街側の仮出入口をご利用ください。

問管財課☎⑤ 6707

「図書セット貸出」を利用して みませんか

市内の施設（幼稚園・保育園、小・中学校、介護老人保健施設など）へ図書館が選んだ本を貸し出ししています。

貸出冊数 1箱30冊

（本は図書館が選びます。幼稚園・保育園には紙芝居も貸し出ししています。）

貸出期間 1カ月

申込期限 2月17日(水)

申問市民図書館 ☎ 7808

小・中学校の就学通知書は届いて いますか

令和3年4月に小学校入学予定の児童の保護者へ、1月下旬に就学通知書を郵送しました。

また、中学校入学予定の児童には小学校を通して配布しています。

まだ就学通知書が届いていない場合は、ご連絡ください。

申問教育総務課 ☎ 0182

マイナポイントの予約・申し込み を支援します

市民課に臨時の窓口を設置して、マイナポイントの予約・申し込み手続きを支援しています。手続きには、マイナンバーカードと利用者証明用暗証番号(数字4桁)が必要となります。

詳しくは総務省「マイナポイント予約サイト」または、市ホームページをご覧ください。

●マイナポイントを取得するには

- ①令和3年3月末までにマイナンバーカードを申請
- ②マイナポイントの予約（マイキーID設定）
- ③マイナポイントの申し込み（キャッシュレス決済サービス登録）

※①～③の手続き後、令和3年9月末（予定）までに、選択したキャッシュレス決済サービスで、チャージまたは購入してマイナポイントを取得してください。

申問市民課（本館1階②、③番窓口） ☎ 6755

国民年金保険料の免除申請を受け 付けています

経済的な理由などで国民年金保険料の納付が困難な場合に、保険料の納付が「全額免除」「一部免除」「猶予」される制度があります。

保険料の免除などを受けずに保険料を納めないままにしておくと、将来、老齢基礎年金を受けられなくなったり、減額されたり、万一のとき障害・遺族基礎年金を受けられない場合があります。保険料を納められない場合は、早めにご相談ください。

申請に必要な物 ▶本人確認書類（免許証など）▶マイナンバーまたは基礎年金番号が分かるもの▶印鑑▶離職票または雇用保険受給資格者証（失業している人のみ）

※代理人（申請者と別世帯の人）が申請する場合は、委任状や代理人の本人確認書類が必要になります。

申問市民課（本館1階②番窓口） ☎ 6753

八戸年金事務所 ☎ 0178・44・1742

差し押さえした不動産を公売します

申問収納課 ☎ 6761

番号	不動産の所在	地目・種類	面積	最低公売価額
2-11	東三番町3番1	宅地	347.81㎡	6,320,000円
	東三番町3番地1 (住居表示：東三番町1番15号)	店舗	1階 203.71㎡ 2階 271.75㎡	

▶入札日時 3月1日(月)
午前10時～10時5分

▶場所 市役所本館2階会議室1

※物件の詳細内容、図面、写真などは
収納課で閲覧できます。

確定申告・税金の無料相談

確定申告や税金に関する無料相談会を実施します。

とき 2月22日(月)

午前10時～午後3時

ところ 各税理士事務所

※事務所へお越しの際は、必ずマスクを着用するようお願いします。

申問東北税理士会十和田支部

☎ 2087

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係 ☎ 6702

国民年金保険料の納付には「前納制度」をご利用ください

☎ 市民課 ☎ 6753

八戸年金事務所 ☎ 0178・44・1742

国民年金保険料をまとめて前払いすると割引になる「前納制度」があります。また、口座振替で前納すると、現金やクレジットカードでの納付よりも割引額が多く、納め忘れもなく便利です。

▶ 申請場所

各金融機関、八戸年金事務所、市民課（本館1階2番窓口）

▶ 申請に必要な書類

本人確認書類（免許証など）、マイナンバーまたは基礎年金番号が分かるもの、印鑑、通帳と届け出印（口座振替で納付する人のみ）、クレジットカード（クレジットカードで納付する人のみ）

※代理人（申請者と別世帯の人）が申請する場合は、委任状と代理人の本人確認書類が必要です。

【前納制度の振替日と申込期限】

※令和2年度の割引額です。保険料は1カ月16,540円です。

	当月末（早割）		6カ月前納		1年前納		2年前納	
	保険料	割引額	保険料	割引額	保険料	割引額	保険料	割引額
納付書	なし		98,430円	810円	194,960円	3,520円	383,210円	14,590円
クレジットカード	なし		98,430円	810円	194,960円	3,520円	383,210円	14,590円
口座振替	16,490円	50円	98,110円	1,130円	194,320円	4,160円	381,960円	15,840円
申込期限 （クレジットカード・口座振替）	随時提出可能		上期：2月末日 下期：8月末日		2月末日			
引き落とし日 （クレジットカード・口座振替）	毎月末日		上期：4月末日 下期：10月末日		4月末日			

「とわだ応援プレミアム付商品券」の使用は2月28日までです

期限を過ぎた商品券は無効になりますので、期間内に取扱加盟店で使用してください。

※最新の取扱加盟店は「とわだ応援プレミアム付商品券ホームページ」で確認できます。

☎ 商工観光課 ☎ 6773

十和田商工会議所

☎ 1111



資源集団回収に取り組んでみませんか

☎ まちづくり支援課 ☎ 6726

資源集団回収は、町内会や子ども会、PTAなどの団体が各家庭から出る資源物を回収し、リサイクルに取り組む活動です。団体は、資源回収業者への売払金のほか、対象品目の回収重量により、市から奨励金（今年度の奨励金は1kg当たり3円）を受け取ることができます。この奨励金は各団体の活動に役立てられ、地域の皆さんが協力して取り組む資源集団回収は、ごみ減量や資源の保全のほか、コミュニティづくりにも役立っています。

資源集団回収を始めたい場合は、ご相談ください。

【今年度実績】（令和2年11月末時点）

実施団体数	回収量（換算重量）【kg】					奨励金【円】
	瓶類	金属類	紙類	繊維	計	
103 団体	3,086.8	23,292.8	230,618.0	休止中	256,997.6	770,980

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係 ☎ 6702

家畜などを飼育している人は定期報告が必要です

家畜などを飼っている人は、家畜伝染病予防法により、年1回飼育状況を報告することが義務付けられています。令和3年2月1日現在の飼育状況を報告してください。

対象 牛、水牛、鹿、馬、綿羊、ヤギ、豚、イノシシ、鶏、アヒル、ウズラ、キジ、ダチョウ、ホロホロ鳥

※愛玩用（ペット）の場合でも報告が必要です。

提出方法 持参、郵送、FAXのいずれかにより提出してください。

提出期限 2月15日(月)

※令和3年の報告から様式が新しいものになっていますので、令和2年以前の報告様式は使用できません。

※報告書の様式は、十和田家畜保健衛生所または農林畜産課（本館2階☎番窓口）に備え付けているほか、十和田家畜保健衛生所のホームページからもダウンロードできます。

☎農林畜産課☎⑤ 6745 FAX ② 9399

☎十和田家畜保健衛生所☎③ 6235

農地中間管理機構をご利用ください

農地中間管理機構とは、規模縮小や離農などで使わない農地を貸したい人と、規模拡大のために農地を借りたい人をつなぐ公的機関です。機構の利用には事前登録が必要です。随時受け付けをしていますので、気軽にご相談ください。

☎農林畜産課☎⑤ 6741

相続登記・法定相続情報証明制度に関する無料相談会

毎年2月を「相続登記はお済みですか月間」と定め、無料相談会を実施しています。

とき 2月1日(月)～26日(金)

(土・日曜日、祝日を除く)

ところ 県内の各司法書士事務所
※事前に各司法書士事務所への予約が必要です。

※初回費用は無料ですが、2回目以降や具体的な手続きは有料になります。

☎青森県司法書士会

☎ 017・776・8398

八戸盲学校・八戸聾学校 協働 相談支援センター サテライト教室のお知らせ

盲学校・聾学校教員が「見え、聞こえ、ことば、発達」などに関する相談支援を無料で行います。

とき 2月25日(木)

午後1時30分～4時30分

ところ 保健センター

対象 乳幼児～成人（家族や担任の先生も可）

※事前に予約が必要です（保健センターに申込用紙があります）。

☎八戸盲学校・八戸聾学校相談支援センター

☎ 0178・43・3962

森林所有者意向調査説明会を開催します

☎農林畜産課☎⑤ 6745

市では、市内に森林を所有する人を対象に、現在の森林の管理方法や、今後どのように扱っていきたいかなどのアンケート調査を行います。

この調査に先駆けて説明会を行います。調査内容の説明のほか、補助制度の案内や森林に関する相談などにも応じますので、お近くの会場までお越しください。

とき		ところ
2月15日(月)	いずれも 午後6時30分～ (1時間程度)	東コミュニティセンター
17日(水)		洞内和徳館
18日(木)		西コミュニティセンター
19日(金)		沢田悠学館
22日(月)		米田地区集落総合センター
24日(水)		半在池集会所
25日(木)		南コミュニティセンター
26日(金)		市民交流プラザ「タワーレ」

※申し込みは不要です。

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係☎⑤ 6702

道路インフラの実態を見える化します！

「青森の道路メンテナンス概要」を公表しました

青森県道路メンテナンス会議（※）では、県民・道路利用者の皆さんに道路インフラの現状や老朽化対策についてご理解いただくため、「青森の道路メンテナンス概要」として、点検の実施状況や結果などを取りまとめました。

詳しくは東北地方整備局青森河川国道事務所のホームページをご覧ください。

※県内の国道・県道・高規格道路などにおけるインフラの予防保全・老朽化対策の体制強化を図るために設立された団体

問青森県道路メンテナンス事務局
☎ 017-734-4575

青森県特定（産業別）最低賃金改正のお知らせ

青森県特定（産業別）最低賃金が、令和2年12月21日から改正されました。

産業名	改正後	改正前
鉄鋼業	903円	900円
電子部品等製造業	833円	829円
各種商品小売業	825円	821円
自動車小売業	864円	861円

※詳しくは青森労働局ホームページをご覧ください。

問青森労働局労働基準部賃金室
☎ 017-734-4114

借金に関する相談窓口

相談員が借金の状況などを伺い、必要に応じて、弁護士などに引き継ぎを行います。秘密厳守で無料ですので、一人で悩まず相談ください。

受付時間 月～金曜日（祝日を除く）

午前8時30分～正午
午後1時～4時30分

相談専用電話 017-774-6488

問東北財務局青森財務事務所 理財課 ☎ 017-722-1463

募 集

中央病院職員（病院事業職員）再募集

令和3年4月採用の医療職職員を募集します。

職種・採用人数

▶薬剤師 3人程度

▶臨床工学技士 1人程度

試験日 2月26日（金）

試験会場 中央病院

申し込み方法 受験申込書を持参または郵送により、中央病院業務課（別館2階）へ提出してください。募集要項と受験申込書は中央病院総合案内に備え付けてあるほか、中央病院ホームページからもダウンロードできます。

申込期限 2月18日（木）必着

問中央病院業務課 ☎ 5121

農地利用最適化推進委員募集

応募資格 20歳以上で、農地等の利用の最適化の推進に熱意と識見を有する人

募集人数 1人（四和地区）

任期 農業委員会が委嘱した日～令和5年7月19日

報酬 月額30,000円（別途、能率給あり）

応募方法 農業委員会事務局に備え付け、または市ホームページからダウンロードした推薦・応募書などに記入の上、持参または郵送により提出してください。

応募期限 2月26日（金）

問農業委員会事務局（別館4階）
☎ 6740

「イクボスセミナー～みんなが働きやすい職場づくり～」受講生募集

女性の活躍推進を支援するため、雇用主や管理職を対象としたZoomによるオンラインセミナーを開催します。

とき 2月19日（金）午後3時～5時
定員 20人（先着順）

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受講申込書に記入の上、持参、郵送、FAX、メールのいずれかにより提出ください。

申込期限 2月12日（金）

※オンライン受講に係る機材や通信費は自己負担となります。

※申し込み後に、ログインIDやパスワードを送付します。

問商工観光課 ☎ 6773

令和2年度自衛官等募集

問自衛隊青森地方協力本部三沢募集案内所 ☎ 1346

募集種目	応募資格	受付期間	試験期日	試験場所（予定）
予備自衛官補（一般公募）	18歳以上34歳未満の人	受付中～ 4月9日（金）	4月17日（土）～21日（水） ※いずれか1日を指定されます。	別途各人に連絡します。
予備自衛官補（技能公募）	18歳以上で各種国家免許資格などを有する人（国家免許資格など詳しくはお問い合わせください。）			

いきいき健康づくり事業参加者募集

▶室内ミニバレー大会

とき 3月7日(日)

午前9時～午後1時

ところ 総合体育センター メインアリーナ

※1チーム4～6人、個人での申し込みは不可

▶室内ペタンク大会

「ペタンク」はフランス生まれの誰でも楽しめる球技です。

とき 3月14日(日)

午前9時～正午

ところ 総合体育センター サブアリーナ

対象 市内在住または市内に勤務している人でペタンク愛好者など
※近隣市町村のペタンク愛好者も参加できます。

※1チーム3人、個人での申し込みも可

◆いずれも

申し込み方法 参加申込書に必要事項を記入の上、申し込みください。

申込期限 3月1日(月)

※参加申込書は総合体育センターまたはスポーツ・生涯学習課(別館3階)に備え付けてあります。

※運動用の上履き持参、傷害保険は各自で加入してください。

申問 スポーツ・生涯学習課

☎⑤ 0187 FAX ④ 3954

災害ボランティア入門参加者募集

災害後の復興には災害ボランティアの活動が欠かせないものとなっています。被災地の現状や災害ボランティアに関する基礎的な知識を学んでみませんか。

とき 2月19日(金)

午後6時30分～8時15分

ところ 市民交流プラザ「トワール」

定員 20人

持ち物 筆記用具

申込期限 2月17日(水)

※参加する際は、必ずマスクを着用するようにお願いします。

申問 十和田市社会福祉協議会

☎③ 2992

県営住宅上平団地入居者募集

募集戸数 ▶2DK 1戸

▶3LDK 1戸

入居可能予定日 4月1日(木)

家賃館

▶2DK 16,700円～30,700円

▶3LDK 22,400円～44,000円

※所得金額に応じて決定します。

※駐車場使用料(1台1,300円)

を家賃とは別に徴収します。

選考方法 応募者多数時公開抽選

申込期限 2月12日(金)

※世帯の合計所得やその他制限がありますので、詳しくはお問い合わせください。

申問 上北地域県民局 建築指導課

☎② 8111(内線338)

「青森のおいしい健康応援店」募集

県では、県民の皆さんが外食などをする際に、自分にあった適切なメニューを選択できるよう、肥満予防や食塩摂取量の減少、野菜摂取量の増加に取り組んでいる飲食店・総菜店を「青森のおいしい健康応援店」として認定しています。

上十三保健所では「青森のおいしい健康応援店」に協力いただける飲食店などを随時募集しています。詳しくはお問い合わせください。

申問 上十三保健所 ☎③ 4261

第53回市民スキー大会参加者募集

初心者向けの部門(短めのコース)も設けていますので、初級者でも入賞のチャンスがあります。

とき 2月21日(日)

午前9時～午後1時

ところ 奥入瀬渓流温泉スキー場

対象 市内在住の人

種目 大回転競技

費用 500円

申込期限 2月16日(火)

※詳しくはQRコードからご覧ください。

申 十和田市スキー協会

事務局 ☎③ 2420

問 十和田市スキー協会事務局・坂下

☎ 0178・79・6141



【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係 ☎⑤ 6702

 **講座・教室**

製本教室

手作りの読書手帳を作成します。
 とき 2月14日(日)
 午前10時～11時30分
 ところ 市民図書館 多目的研修室
 対象 小学3年生以上
 ※対象年齢に満たない場合は保護者同伴で参加可
 定員 10人(先着順)
 申込期限 2月11日(木)
 市民図書館 ☎③ 7808

 **催し**

企画展「鉱山から始まった十和田湖のくらし」

十和田湖に人が住み始め、集落ができていく、その過程には湖畔の鉱山開発と深い関係がありました。企画展では歴史資料を基に、明治時代の十和田銀山・鉛山の発展と生活の様子、後世に鉱山が遺したものについて紹介します。
 とき 開催中～2月21日(日)
 午前9時～午後4時30分
 (毎週水曜日は休館)
 ところ 十和田ビジターセンター
 市民センター運営協議会 ☎⑤ 1015

第44回「とわだ・まける日」

参加店独自の年に一度の一斉大売り出し。店頭「とわだ・まける日」の赤いのぼり旗やポップが目印です。
 とき 2月5日(金)～7日(日)
 市民商工会議所 ☎④ 1111



青森アートミュージアム5館連携トークイベント アート県/圏「青森」の挑戦!!

県内にある5つの美術館、アートセンターが連携し、アート県「青森」の挑戦を始動させるトークイベントを開催します。
 とき 2月27日(土)
 午後1時30分～3時30分
 (受付 午後1時～)
 ところ ホテル青森3階「孔雀の間」
 定員 120人(先着順)
 申し込み方法 件名を「トークイベント」とし、名前、連絡先、参加人数を記載の上、メールまたはFAXにより申し込みください。
 申込期限 2月22日(月)
 ※新型コロナウイルス感染症の影響により、オンラインイベントに変更する可能性があります。詳しくは「青森アートミュージアム5館連携協議会」のウェブサイトをご覧ください。
 市民エヌ・アンド・エー株式会社 広報事務局 ☎ 03・6261・5784
 FAX 03・6369・3596
 メール event@nanjo.com


十和田市私立幼稚園協会教育講演会ライブ配信 心と身体のリフレッシュダンス

コロナ禍で自粛生活を余儀なくされている親子を対象に、オンラインの講演・実技指導を開催します。
 とき 2月6日(土)
 午前10時～11時
 講師 天内昌志さん(フィットネスクラブウイング十和田クラブ マネージャー・健康運動指導士)
 視聴方法 YouTubeサイト(<https://youtu.be/D4WsFjS2Z18>)にアクセスし視聴ください。
 市民私立幼稚園協会 ☎② 1636



令和3年 十和田市消防出初式中止のお知らせ

2月14日に開催を予定していた「令和3年 十和田市消防出初式」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、中止します。
 市民地域広域事務組合消防本部警防課 ☎⑤ 4112

 **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。

物忘れ防止と体力向上のための心身活性化教室

この頃、物忘れが多くなってきたい…、運動不足なのは分かっているけど…。そんな不安のある人は心身機能活性運動療法で脳細胞を活性化させ、体力を向上させましょう!!
 とき 2月14日・28日、3月7日・21日(全て日曜日)
 午後1時30分～3時30分
 ところ 市民交流プラザ「タワーレ」多目的研修室2
 定員 各14人(先着順)
 費用 1回 500円
 持ち物 タオル(汗拭き用)、水分補給用の飲み物
 ※事前に申し込みが必要です。
 ※当日は、マスク着用でお越しください。
 市民心身活性化教室とわだ・林 ☎ 080-5222-1224

ガールスカウト 親子で模擬体験と令和3年度入会説明会

ガールスカウトでは、人との交わりや野外活動を通して、自分たちでやりたい事を見つけ、計画・実行することで「色々なことができる自分」を広げていけるようになることを大切にしています。この機会に親子でガールスカウト体験をしてみませんか。
 とき ①2月6日(土) ②2月21日(日)
 ③3月6日(土) ④3月28日(日)
 いずれも午前9時30分～11時30分
 ところ ①東コミュニティセンター ②～④市民交流プラザ「タワーレ」
 対象 年中～小学生の女の子と保護者
 費用 200円(クラフト体験材料費)
 申込期限 各開催日の1週間前
 (①のみ2月4日(木))
 ※当日は、検温とマスク着用をお願いします。
 市民ガールスカウト青森県第10団・新井田 ☎ 080-7801-6170

ほけんのページ

2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	9日(火) 時間は個別通知します ※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 令和元年8月生まれの幼児	10日(水) 時間は個別通知します	
◆2歳児発達健診 平成30年8月生まれの幼児 ★歯科診察で「フッ化物歯面塗布」を実施しています。	4日(木) 時間は個別通知します	
◆3歳児健診 平成29年8月生まれの幼児	2日(火) 時間は個別通知します	
◆乳幼児相談 子どもの成長発達の心配や接し方、栄養面など悩みがある0歳から就学前の子と保護者	19日(金)9:20～ ※前日までに要予約	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	25日(木)14:00～ ※17日(水)までに要予約	
◆ほっとマミーサロン 妊婦と生後8カ月までの乳児をもつお母さんとお父さん ※産前産後ケアコースは女性限定 ※開催日の1カ月前から予約を受け付けします。	いずれも 13:15～15:30 ◆産前産後ケアコース 8日(月)「骨盤ケア」 3月8日(月)「スキンケア」 ◆ベビーケアコース 3月1日(月)「ベビー計測」 ◆親子ふれあいコース 15日(月)「遊び方体験」 3月15日(月)「離乳食」	
◆パパママ教室 妊婦とその夫	3月4日(木) 13:15～15:30 「沐浴・妊婦疑似体験」	

※1歳6か月児・2歳児・3歳児健診の対象者は、歯みがきを済ませてから受診してください。
 ※発熱や体調不良のときは、翌月に降に受診してください。
 ※駐車場が満車の場合、中央・北園駐車場をご利用ください(無料券を配布します)。
 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、日程が変更となる場合があります。

インフルエンザの同時流行にご用心!

新型コロナウイルス感染症が発生している中で、インフルエンザの流行シーズンを迎えます。
 マスクの着用、手洗いのほか、次のことに気を付け、インフルエンザの予防を行いましょう。

<インフルエンザ予防のポイント>

- ・室内の湿度(50～60%)を保つ
- ・十分に休養を取る
- ・栄養バランスの良い食事
- ・水分を小まめに取る



問健康増進課☎56790

●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	3月3日(水) 14:00～15:00 ※3月1日(月)まで要予約	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	25日(木) 9:30～・13:15～ ※22日(月)まで要予約	
◆もの忘れ相談 もの忘れや認知症の不安がある65歳以上の人・家族	10日(水) 14:00～15:00 ※5日(金)までに要予約	市役所本館2階会議室2 問高齢介護課 ☎56720
◆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	2日(火)、16日(火) ※要予約 13:00～13:30	上十三保健所 問☎234261
◆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	18日(木)※要予約 13:00～14:00	市民交流プラザ「トワール」 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	18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	2日(火)、16日(火) ※要予約 13:30～14:30	上十三保健所 エイズ専用 問☎238450

(※)市の健診でも検査ができます。詳しくは健康増進課(☎56790)へお問い合わせください。

輝く笑顔はお口から!

「歯周疾患検診」がおすすめです

半年に1回は「お口の定期健診」を受けましょう。
 40・50・60・70歳に達する人に無料で受けられる受診票を送付しています。

受診期限が3月末までとなっていますので、お早めに市内の歯科医院へ申し込みください。



問健康増進課☎56790

●献血のお知らせ

問健康増進課☎56790

実施予定日	時間	場所
14日(日)	10:00～12:00	マックスバリュ十和田南店
	13:30～16:00	
17日(水)	10:00～12:00	十和田警察署
	13:45～16:00	十和田済誠会病院
28日(日)	10:00～12:00	イオンスーパーセンター十和田店
	13:30～16:00	



2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	1日(月)・15日(月) 1日は西コミュニティセンターでも開催しています。 午後1時～3時
◆人権相談 いじめや差別、家庭内や隣近所とのめごとなどの相談	12日(金)・26日(金) 午後1時～3時
◆法律相談(定員7人) 相続、離婚、借金などの相談	24日(水) 午後1時～4時 ※17日(水)午前9時から予約開始
◆くらしとお金の相談 多重債務、生活資金などの相談	10日(水) 午前10時～午後4時 ※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	9日(火)・22日(月) 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	16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
※予約は電話でも受け付けています。

申問まちづくり支援課 ☎06777

内容	日時
◆出張年金相談 年金の無料相談	25日(木) 午前10時～午後3時 ※要予約(先着順) (次回は3月25日(木)に実施。実施日1カ月前から予約可) ※予約先 八戸年金事務所 ☎0178-44-1742

ところ 市役所本館2階会議室2

☎八戸年金事務所 ☎0178④1742 市民課 ☎06753

市税等の納付・相談のために窓口開設時間を延長します

とき 毎週月・金曜日

午後5時15分～6時

ところ 収納課(本館1階7番窓口)

☎収納課 ☎06761

市税等の口座振替をご利用ください

指定する市内の金融機関の口座から振替納付ができます(年金天引きの市・県民税、国民健康保険税を除く)。

▶申請場所 収納課、市内金融機関

▶持参する物 納税通知書、通帳・届け出印

申問収納課 ☎06762

3月1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

国民健康保険税第8期／介護保険料第8期

後期高齢者医療保険料第8期

その他の催し

<>…開始時間

6日(土)	▶紙しばい倶楽部とわだ「紙芝居」<10:30>～市民図書館(☎市民図書館 ☎07808) ▶こころのふれあいサロン・おあしす<10:00>～市民交流プラザ「タワーレ」(☎健康増進課 ☎06791)
8日(月)	▶おしゃべりサロン「クローバー」<①10:00・②13:30>～保健センター(☎健康増進課 ☎06791)
12日(金)	▶精神障害者家族会「とわだ家族会」<10:00>～保健センター(☎健康増進課 ☎06791)
13日(土)	▶話しのサロン・こころの広場ルピナス<10:00>～市民交流プラザ「タワーレ」(☎健康増進課 ☎06791)(27日も開催) ▶語りの会・こま草「おはなしのゆうびんやさん」<10:30>～市民図書館(☎市民図書館 ☎07808)
20日(土)	▶わっこの会「読み聞かせ」<10:30>～市民図書館(☎市民図書館 ☎07808)
27日(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(☎市民図書館 ☎07808)



現代美術館常設展示市民無料デー

☎現代美術館 ☎01127



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。

2/10
(水)

解決の糸口を見つけに行こう!

お金や暮らしに関する無料相談会

申問消費者信用生活協同組合八戸事務所
☎0120・102・084

市と連携して生活再建相談事業を行っている消費者信用生活協同組合による無料相談会です。専門スタッフや弁護士が、お金や暮らしに関する悩みなどについて、一緒に解決の糸口を見つけます。

とき 2月27日(土)

ところ 消費者信用生活協同組合 八戸事務所

(八戸市大字八日町36 第一ビルディング4階)

相談内容 ①お金の問題(多重債務問題など) ②遺産相続

③不動産売買 ④税金など公共料金の滞納 ⑤DV・

離婚問題 ⑥その他暮らしに関する悩み事

※事前に予約が必要です。



休日当番医

☎健康増進課 ☎06790

7日(日)	村木内科胃腸科医院(西三番町20-17)	☎0221010
11日(木)	西十一番クリニック(西十一番町40-38)	☎0513911
14日(日)	阿部クリニック(東三番町9-66)	☎0251122
21日(日)	十和田外科内科(穂並町1-5)	☎0225151
23日(火)	十和田北クリニック(元町東五丁目8-54)	☎0213741
28日(日)	清潮会クリニック(東十一番町7-25)	☎0253300

▶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。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の対策にご協力をお願いします

緊急事態宣言の対象地域との不要不急の往来は控えてください

※対象地域とは、栃木県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、岐阜県、愛知県、京都府、大阪府、兵庫県、福岡県です。

対象地域から移動してきた人は健康観察を徹底するとともに、人との接触は必要最小限にとどめてください

- 不要不急の往来に該当しないもの
仕事などのための移動、大学受験・就職活動・各種国家資格試験などのための移動など

感染リスクが高まる「5つの場面」に注意しましょう

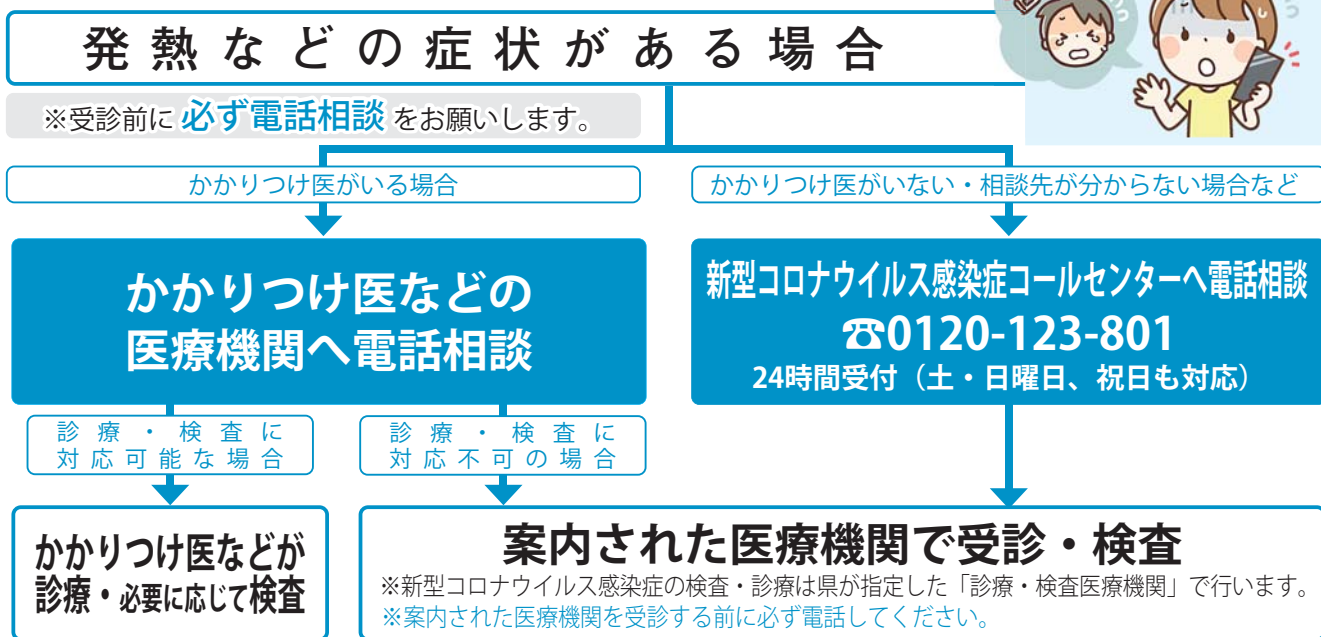
- 場面① 飲酒を伴う懇親会など
- 場面② 大人数や長時間に及ぶ飲食
- 場面③ マスクなしでの会話（近距離で会話することで、飛沫感染での感染リスクが高まります）
- 場面④ 狭い空間での共同生活
- 場面⑤ 居場所の切り替わり（休憩室、喫煙所、更衣室など）



新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの同時流行に備え 医療機関の受診方法が変わりました

かかりつけ医などの身近な医療機関で、新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザのどちらも相談・診察・検査などができるように、令和2年12月から発熱などの症状がある場合の診療検査体制が変わっています。

医療機関の受診方法



人口と世帯	区分	人・世帯数	前月比	前年比
令和2年12月末現在	人口	60,345人	-62人	-722人
	男	28,918人	-26人	-369人
	女	31,427人	-36人	-353人
	世帯	27,871世帯	-19世帯	+181世帯

市街地循環バス・西地区シャトルバス運休情報

2月の運休日 なし

詳しくは、QRコードからご覧ください。

※大雪時にはバス停の除雪が行き渡るまでに、時間がかかる場合があります。市民の皆様のご理解とご協力をお願いします。

