

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田



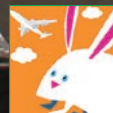
とわだ

7

No. 237
2022



アプリで「広報とわだ」を読みませんか
スマートフォンアプリ「カタログポケット」で閲覧できます。



QRコードからアクセスして
ください。



Available in 10 Languages!

「運動会・大玉転がし」 (5月28日出/藤坂小学校)

5月から6月にかけて市立小学校で運動会が行われ、藤坂小学校(三上菜穂子校長)では「限界突破で勝利を目指せ!」をスローガンに全校児童が赤組と白組に分かれ、熱戦を繰り広げました。

広報とわだ 目次

- 2 後期高齢者医療制度に加入の皆さんへ
- 4 「使用済小型家電等回収に係る連携と協力に関する協定」を締結しました
- 5 マイナポイント第2弾が始まっています
- 14 お知らせ
- 24 第57回十和田湖湖水まつり

後期高齢者医療制度に加入の皆さんへ

☎国民健康保険課 ☎51-6752

☎青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

❖後期高齢者医療の所得割率などが見直されました

■令和4・5年度の所得割率と賦課限度額が変わりました

令和2・3年度				➔	令和4・5年度			
保険料	均等割額	44,400円	賦課限度額 年間 64万円		保険料	均等割額	44,400円	賦課限度額 年間 66万円
	所得割率	8.30%		所得割率		8.80%		

▶令和4・5年度の保険料の算出方法

均等割額 (被保険者全員が納める額) 44,400円	+	所得割額 (所得に応じて納める額) (前年の所得 - 43万円) × 8.80%	=	年間保険料 (100円未満は切り捨て) 賦課限度額 (年間 66万円)
----------------------------------	---	---	---	---

■均等割額 (被保険者全員が納める額) の軽減措置については、前年度と変更ありません

令和4・5年度	
軽減割合	世帯 (加入者全員および世帯主) の合計所得金額
7割	43万円 + 10万円 × (給与所得者など(※)の数 - 1) 以下
5割	43万円 + (28.5万円 × 被保険者の数) + 10万円 × (給与所得者など(※)の数 - 1) 以下
2割	43万円 + (52万円 × 被保険者の数) + 10万円 × (給与所得者など(※)の数 - 1) 以下

被用者保険 (全国健康保険協会管掌健康保険、船員保険、健康保険組合、共済組合など) の被扶養者であった人の均等割額は後期高齢者医療制度に加入後2年間は、5割軽減されます。

ただし、世帯の所得が低い人は、さらに高い均等割額の軽減 (7割軽減) が受けられます。

※給与所得がある人または、公的年金などの所得がある人が2人以上いる世帯に適用

❖医療費などの負担を限度額にとどめる認定証の交付を新たに希望する人は申請を忘れずに行ってください

「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証 (非課税世帯の人)」、「後期高齢者医療限度額適用認定証 (3割負担の一部の人)」 (以下「減額認定証」、「限度額証」) の交付を受けていない人が、交付を受けようとする場合は、保険証を持参の上、国民健康保険課で申請をする必要があります。

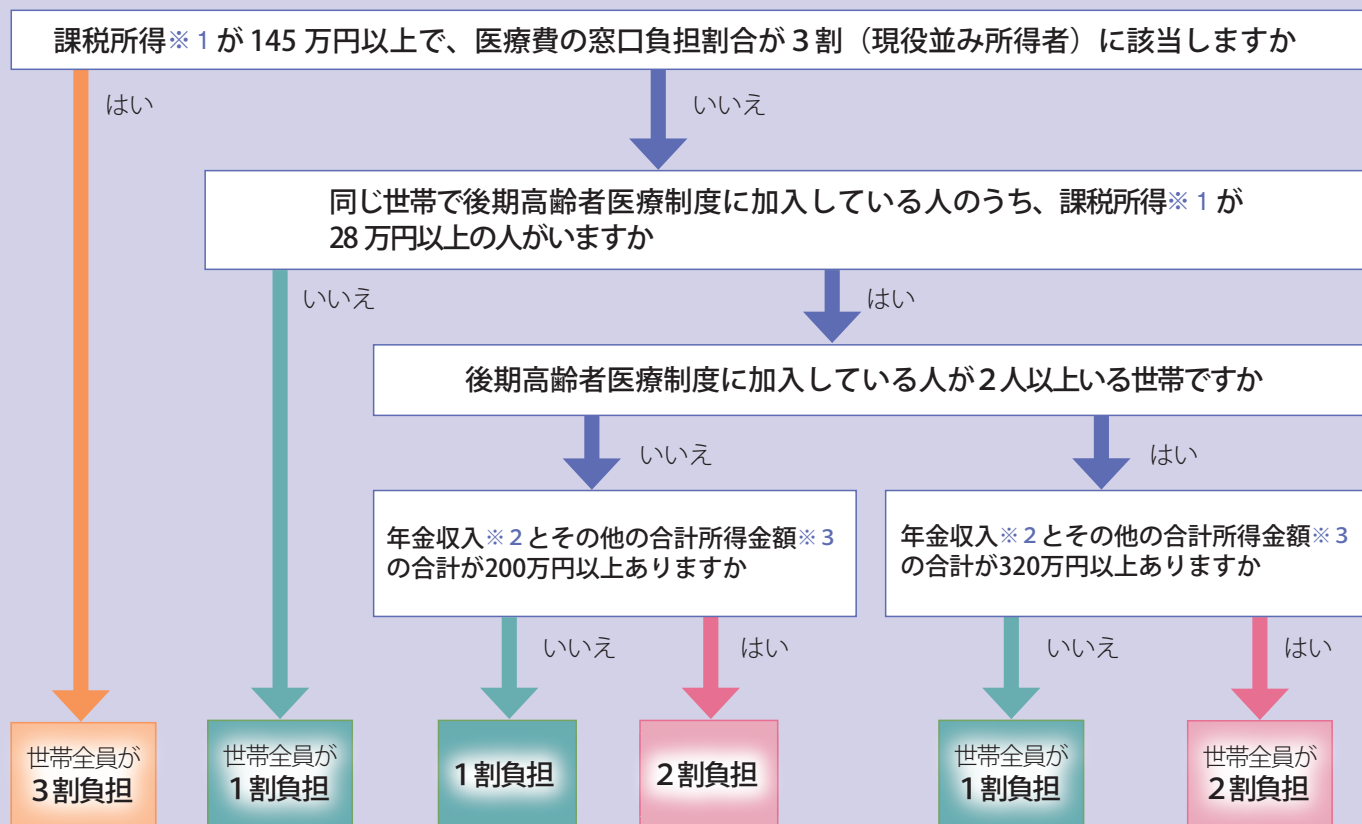
ただし、令和3年度の減額認定証、限度額証をお持ちの人で、令和4年度も引き続き認定された人には新しい減額認定証、限度額証が郵送されますので、更新の手続きは必要ありません。



❖一定以上の所得がある人は、医療費の窓口負担割合が変わります

10月1日以降、後期高齢者医療制度に加入する人のうち一定以上の所得がある人は、現役並み所得者（窓口負担3割）を除き、医療費の窓口負担割合が2割となります。※負担割合は、前年中の所得などをもとに判定します。

■窓口負担割合は、主に次の流れで判定します



※1 課税所得…住民税納税通知書の「課税標準」の額（前年の収入から給与所得控除や公的年金等控除、基礎控除や社会保険料控除などの所得控除を差し引いた後の金額）のことで。

※2 年金収入…遺族年金や障害年金は含みません。

※3 その他の合計所得金額…事業収入や給与収入などから、必要経費や給与所得控除等を差し引いた後の金額のことで。

■窓口の負担割合が2割となる人には、負担を抑える配慮措置があります

10月1日から令和7年9月30日まで、窓口の負担割合が2割となる人は、1カ月の外来医療の窓口負担割合の引き上げに伴う増加額を3,000円までに抑えます（入院の医療費は対象外）。

▶ 配慮措置の適用で払い戻しとなる人には、事前に登録されている高額療養費の口座へ後日払い戻します。

▶ 2割負担となる人で、高額療養費の口座が登録されていない人には、事前に青森県後期高齢者医療広域連合から申請書を郵送します。

※ 電話や訪問により口座情報の登録をお願いすることや、ATMの操作をお願いすることは絶対にありません。

※ 不審な電話があったときは、警察署または十和田市消費生活センター（☎51-6757）にお問い合わせください。

配慮措置が適用され、払い戻しがある場合の計算方法

（例）1カ月の医療費全体額が50,000円の場合

①窓口自己負担1割のとき	5,000円
②窓口自己負担2割のとき	10,000円
③増えた負担額（②－①）	5,000円
④払い戻し額（③－上限3,000円）	2,000円

2,000円を払い戻し、1カ月5,000円の負担増を3,000円までに抑えます

医療費の窓口負担の見直しについて、厚生労働省ではコールセンターを設置しています。

後期高齢者窓口負担割合コールセンター

電話番号 0120-002-719

受付時間 月～土曜日（休日を除く）

午前9時～午後6時

「使用済小型家電等回収に係る連携と協力に関する協定」を締結しました

☎まちづくり支援課 ☎51-6726



オンラインにより5月13日に協定を締結

市は、宅配便を利用したパソコンなどの不要となった小型家電などの回収・再資源化を行うリネットジャパンリサイクル(株)と「使用済小型家電等回収に係る連携と協力に関する協定」を締結しました。

パソコンを含む場合、無料で回収できますので、不要なパソコンの処分にお困りの人はぜひご活用ください。申し込みなど詳しくは、リネットジャパンリサイクル(株) (☎0570-085-800、ホームページ <https://www.renet.jp/>) へお問い合わせください。

ご家庭で不要になったパソコン、ありませんか？

◆回収手順

1 申し込み

リネットジャパンリサイクル(株)へ申し込み

2 詰める

規定内のダンボールにパソコンなどを詰める

3 回収

宅配業者が希望日時に自宅から回収

リネットジャパンリサイクル(株)ホームページ



規定内のサイズ



3辺の合計が140cm以内

◆費用 無料 (パソコンが含まれている規定内のダンボール1箱分)

※2箱目以降、またはパソコンが含まれない場合は1,650円(税込み)がかかります。

市内施設などでも 小型家電を回収しています！

「燃えないごみ」として捨てられている小型家電には、貴金属やレアメタルなどの有用な金属が含まれています。市では、貴重な資源を再生利用するため、施設などに回収ボックスを設置し、不要となった小型家電を回収しています。ごみの減量と資源の有効活用のため、市民の皆さんのご協力をお願いします。

回収対象 家庭で不要になった電子・電気機器
 ※サイズ：12cm×30cm以下(回収ボックスに入る大きさ)
 (例)



携帯電話



デジタルカメラ



電源コード



リモコン

市内回収ボックス設置場所

- ・市役所(本館、別館)
- ・各コミュニティセンター(南、東、西)
- ・イオンスーパーセンター十和田店
- ・スーパーカケモ(西金崎店、三小通り店)
- ・北里大学(北里大学生のみ)
- ・市民文化センター
- ・ヤマヨ十和田店
- ・マックスバリュ北園店
- ・サンデー十和田店
- ・DCMサンワ十和田店

回収ボックスを利用する際のお願い

- ◆ボックスへの投入は、各施設の開館時間内をお願いします。
- ◆個人情報(写真、住所、氏名)は消去してから投入してください。
- ◆電池、バッテリー類は火災の恐れがあるため取り除いてください。
 ※電池は「燃えないごみ」に出してください。
- ※小型充電式電池は、まちづくり支援課で回収しています。
- ◆投入されたものは返却できません。

マイナポイント第2弾が始まっています

マイナンバーカードを使って、マイナポイントの申し込みを行い、ポイントを受け取ることができます。



マイナポイントについて
☎情報政策課 ☎51-6711

マイナンバーカードについて
☎市民課 ☎51-6755

マイナポイントの申し込みは、スマートフォンやパソコンを使用して自宅から行うことができるほか、市役所、郵便局、携帯ショップ、コンビニなどの手続きスポットから行うことができます。

●マイナポイント付与対象者・申込期限

マイナンバーカードをお持ちの人で、次のいずれかの手続きを行った人が対象です。
なお、これからマイナンバーカードを申請する場合は、令和4年9月30日(金)までに申請を行った人が対象です。

対象者	ポイント付与数	申込期限
①キャッシュレス決済サービスのチャージまたはキャッシュレス決済で買い物をした人	最大5,000円分	令和5年 2月28日(火) まで
②マイナンバーカードの健康保険証利用を申し込んだ人(※)	7,500円分	
③「公金受取口座」の登録を行った人(※)	7,500円分	

※②と③について、6月30日(木)よりも前に申し込みや登録をした人は、別途マイナポイント受け取りのための手続きが必要です。

マイナポイントについて詳しくは、マイナポイント事業ホームページからご確認ください。



マイナポイント

検索



▲マイナポイント
トップページ



▲マイナポイント
手続きスポット

●マイナポイント支援窓口を開設しています

市では、自宅で手続きを行うことができない人を対象に、支援員が手続きのサポートを行っています。

ただし、キャッシュレス決済サービスによっては事前登録が必要なこともありますので、支援窓口で手続きができない場合はご了承ください。

マイナポイントは先着順ではありませんので、慌てずに申し込みください。



◆受付時間

午前9時～午後5時(土・日曜日、休日を除く)

◆受付場所

市役所本館1階 エントランスホール(市民課前)

◆必要なもの

マイナンバーカード、利用者証明用電子証明書の暗証番号、キャッシュレス決済サービスの情報、口座情報などが分かるもの

マイナンバーカードの暗証番号が分からない場合は市民課③・④窓口で手続きが必要です。



マイナンバーカード臨時窓口を開設します

☎市民課 ☎51-6755

とき 7月30日(土) 午前8時30分～正午

ところ 市民課(来庁の際は、本館東側出入り口をご利用ください)

※マイナンバーカードの交付、申請サポート、マイナポイントの支援以外の業務は行いません。

顔写真撮影(無料)あり
マイナンバーカードの申請

予約不要

必要なもの 本人確認書類(免許証など)

※15歳未満の人は、同じ世帯の法定代理人の来庁も必要です。

※混雑が予想されますので、時間に余裕を持ってお越しください。

マイナンバーカードの受け取り

要予約

定員 30人程度(先着順)

予約方法 電話または窓口で申し込みください。

※予約は代理の人でもできます。

※予約時に希望時間、来庁予定者の氏名などを確認します。

※手続き後、マイナポイントの申し込みを希望する人は、キャッシュレス決済サービスの情報、口座情報などが分かるものも必要です。



決定 元気な十和田市づくり市民活動支援事業 — 6団体への支援を決定しました —

問まちづくり支援課 ☎51-6725

市の元気につながる自主的で公益性の高い取り組みを支援する「元気な十和田市づくり市民活動支援事業（地域づくりコース）」に、本年度は6団体から応募がありました。

市では、市民公募委員を含む検討会議の意見を踏まえ、必要性、公益性、将来性、創意工夫性、協働性などの観点から、6団体の活動に対して総額210万9千円の支援を決定しました。

地域づくりコース

地域課題を解決するため、地域資源を生かした活動など、地域の支え合いや魅力ある地域づくりに取り組む事業

団体名	事業名称	事業概要	補助上限
インバウンド十和田	街なかのにぎわいを！十和田市の魅力を音楽で発信！	市をPRする音楽を制作し、完成した楽曲のお披露目イベントや動画配信を行う。	42万円
とわだわくわく子育て応援隊	子どもへの関わり方をやさしく学ぶ講座事業	子どもとの関わり方を分かりやすく学び合う機会を作るため、年2回の講座を開催する	30万円
フューチャー ジェネレーションズ Future Generations	スポーツ流鏝馬で十和田市を世界一輝ける街へ	スポーツ流鏝馬の魅力を発信するため、世界流鏝馬選手権などでパネル展示、クイズラリー、フォトコンテストなどを実施する。	30万円
マーブル親の会	子どもの発達応援・配慮が必要な子どもの親サポート事業	特別な配慮を必要とする子どもへの対応に関する研修会、相談会を開催するほか、子どもの「好きなもの」を発表する機会を設ける。	26.5万円
十和田自然農楽郷 のうがっこう	十和田の自然を感じよう！親子デイキャンプ事業	子どもたちの「生きる力」を育むため、親子レクリエーションなどをしながら親子デイキャンプを行う。	46.9万円
十和田VSEC. SC バスケット	障がい者スポーツクラブ	障害者にスポーツを楽しんでもらうため、サッカー教室を開催する。	35.5万円

元気な十和田市づくり市民活動支援事業 令和3年度の活動紹介

■ 傾聴×こころのサポーター育成派遣事業（傾聴サロンとわだ）

「傾聴サロンとわだ」は、市民の心の健康のために市内の介護施設やおしゃべりサロンでの傾聴ボランティア活動をしている市民団体です。

令和3年度は、外部講師による講習のほか、グループワークや体験学習を交えた講座を5回実施しました。

＝参加者の声＝

- ▶ 受講してから家族との関係が良くなった！
- ▶ 傾聴スキルを身近な人のために役立てたい！

皆さんに傾聴の大切さを伝え、傾聴スキルを備えた人材の育成に努めました。

■ 「傾聴」とは？

「目」「耳」「心」を傾けて相手の話しを「聴く」ことです。



「話す・見る・聴く」を実践



講師によって違った視点での話が聞けました



集まろう！ 集いの場

＝ 地域でサポートをするために ＝

問 高齢介護課 ☎51-6720

高齢者にとって、新型コロナウイルス感染症は感染の危険だけが問題ではありません。感染を恐れて外出しなくなったり、人との交流の機会が減ったりすると、体力や気力などが低下した状態（フレイル）となってしまう恐れがあります。高齢となってもいきいきと元気に過ごすために、集いの場を開催することで「人とのつながり」を保ち、閉じこもりを防止し、見守りながらサポートしていくことも大切です。

集いの場を開催するときに気を付けたいこと

- 実施方法について、地域における新型コロナウイルス感染症の流行状況を確認し決めましょう。
不安な場合は市の保健師や、感染症に詳しい専門職などに相談してみましょう。
- 参加者の体温や体調の確認を行い、記録しましょう。
- 参加者に手洗いや手指消毒、マスクの着用を呼び掛けましょう。
- 人と人との距離を保ち、定期的に換気を行いましょう。
- 参加しなくなった人の把握や参加の呼び掛けを行いましょう。
- 感染予防をしながら集いの場を開催し、工夫とアイデアで地域のつながりを保ちましょう。

厚生労働省 通いの場

検索



厚生労働省「集まろう！通いの場」ウェブサイトでは高齢者が元気に過ごすための情報を公開しています。

※参考：「厚生労働省 地域がいきいき 集まろう！通いの場」より

高齢者の地域での生活を応援！

在宅介護支援センター

在宅介護支援センターでは次のような支援を行っています。お気軽にご相談ください。

- 地域の「集いの場」立ち上げ・継続のお手伝い
- 地域いきいき教室（介護予防教室）の開催
- 高齢者のお宅訪問（介護予防事業の紹介や、必要に応じて関係機関へつなぎます）
- 認知症サポーター養成講座の開催

在宅介護支援センター名	連絡先☎	担当地域（小学校区）
在宅介護支援センターみちのく苑	25-7700	三本木
在宅介護支援センターきゃんぱす	58-6606	東、藤坂、高清水
在宅介護支援センター八甲荘	58-5535	北園、深持
在宅介護支援センター老健とわだ	27-3130	洞内、松陽、ちとせ
十和田在宅介護支援センター	22-6666	南（旧下切田除く）
在宅介護支援センターハートランド	25-2221	西、旧下切田、四和
在宅介護支援センターおいらせ	72-2052	沢田、法奥、十和田湖

※お住まいの小学校区の在宅介護支援センターまでご相談ください。

＝ 少しでも長く自立した生活を ＝

■ 要支援者自立支援事業・要支援者パワーアップ事業 ■

申問 高齢介護課 ☎51-6720

「膝が痛くて歩くのがつらくなった…」 「年々体力がなくなってきた…」 そんな悩みをお持ちではありませんか。市では、市指定の事業所の専門職のもと、心身の機能改善のためのストレッチや運動、リハビリなどを行い、少しでも長く生き生きとした生活ができるようサポートします。原則3カ月間通ってもらい、終了後は習得した運動などを継続しながら、地域の集いの場などで自主的に介護予防に取り組めるよう支援します。

① 要支援者自立支援事業

市内14カ所の整骨院・接骨院で、柔道整復師や健康運動指導士などの専門職が、身体機能が改善するよう、その人に合わせた指導を行います。

② 要支援者自立パワーアップ事業

市内4カ所のリハビリテーション施設で、リハビリ専門職が個人の状態に合わせた運動プログラムの作成と支援を行います。

※詳しくは、高齢介護課までお問い合わせください。

①②いずれも

- 期間 週1回、1時間程度。原則として3カ月（12回）、状況により6カ月（24回）
- 費用 無料
- 対象 要支援1・2と判定された人、基本チェックリストで事業対象者に該当した人



～ 犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ ～

7月は“社会を明るくする運動”月間

上十三地区保護司会十和田支部の活動を紹介します

☎上十三地区保護司会十和田支部・横田 ☎24-1575

■ 保護司の仕事

犯罪や非行に陥った人たちの立ち直りを支えることは、国や地域社会の重要な役割です。また、社会に犯罪や非行がなくなるように地域の環境づくりを行うことも大事な仕事です。

保護司は、人を立ち直りに導いたり、犯罪や非行のない明るい社会づくりのため活動をしたり、地域でのボランティア活動を行っています。

近年の犯罪や非行の状況は深刻さを増していますが、保護司はこのような人たちと正面から向き合い、彼らが向かう更生の道に寄り添い、その熱意と思いやりによって、多くの人たちが立ち直りを果たしています。

■ 保護司の現状

※人数は令和4年4月1日現在

上十三地区(十和田市、三沢市、おいらせ町、六戸町)の保護司は、定数52人に対し41人(充足率79%)と不足している状況にあります。また、本市に保護司は17人いますが、年齢基準による退任などにより、今後保護司不足の加速が懸念されています。

■ 小さな“あかり”に

保護司は民間のボランティアですが、法務大臣から委嘱を受けた非常勤の国家公務員であり、やりがいのある仕事です。明るい社会を築くため、あなたのキャリアを生かして保護司として活動してみませんか。



上十三地区保護司会十和田支部の皆さん

「社会を明るくする運動」

全ての国民が犯罪や非行の防止と立ち直りについて理解を深め、それぞれの立場で力を合わせて犯罪や非行のない地域社会を築こうとする全国的な運動です。

毎年7月に、内閣総理大臣と県知事のメッセージを市長に伝達しています。

更生保護のマスコットキャラクター



ホゴちゃん サラちゃん

「更生ペンギン」

チャームポイントは
胸の「生きるマーク」

保護司として活動している横田さんにインタビューし、保護司について伺いました



上十三地区保護司会十和田支部
支部長 横田 信行 さん

保護司になったきっかけを教えてください

定年退職の2年程前から、当時の職場の先輩に勧められ、定年退職後、62歳のときに保護司になりました。

保護司になる前から保護司について知っていましたか

保護観察の人の更生を促すという話は聞いていましたが、活動の内容までは知らなかったの、何をやるのだろうと思っていました。

活動の様子を教えてください

保護観察所から打診が来て担当になると、まずは対象者宅に「往訪」し、その後自宅に「来訪」してもらいます。月2～3回の「来訪」を保護観察期間が終わるまで続け、保護観察所への報告をしながら立ち直りを促します。

実際に保護司になってみてどうでしたか

リスク的な面を考えると、怖いと感じるときや家族の負担もありましたが、地道に対応するのみと考えるようになりました。

保護司の仕事を通して心に残っていることはありますか

刑務所内の生活を実際に見る研修があり、受刑者との会話などはできませんでしたが、肌で感じた刑務所内の雰囲気を感じています。

保護司になって地域との関わり合いは変わりましたか

保護司は限られた期間でしか対応できず、その後は地域の中で見守っていくことが大切となるため、地域とのコミュニケーションの重要性を感じています。

保護司になろうか悩んでいる人にメッセージをください

これまで培った経験を生かして、ぜひとも一緒に活動していただきたいです。当地区は保護司が足りない状況ですので、気軽に連絡をいただければ幸いです。

60歳以上の人や基礎疾患がある人などの4回目接種を実施しています

問 十和田市新型コロナワクチンコールセンター ☎51-3936

3回目接種を終えた60歳以上の人には、順次接種券を発送しています。18~59歳で基礎疾患がある人などは、事前の申請が必要です。
詳しくは、市ホームページをご確認ください。



◀ 事前申請はこちらの申請フォームからできます。

1・2回目接種のウェブ予約ができるようになりました

これまで、1・2回目接種の予約は電話で受け付けていましたが、予約専用サイトにてウェブ予約が可能となりました。また、接種券や案内文書を紛失した場合は再発行が可能ですので、市コールセンターへお問い合わせください。※予約専用サイトは市ホームページからアクセスできます。

40歳から受けよう！ 大腸がん検診

問 健康増進課 ☎51-6791

大腸がんについて「自分は健康だから大丈夫・関係ない」と思っていませんか。令和2年の市の死因別割合では、4人に1人ががんで亡くなっており、部位別割合では、大腸がんは2番目に多いがんとなっています。

大腸がんは、早期ではほとんど自覚症状がない病気で、自覚症状が現れたときには既に病気が進行している場合があります。しかし、早期に発見し治療することで9割以上が治る病気であり、早期に発見するためには、**検診が最も有効**です。

大腸がん検診は、40歳以上の市民は500円で受けられ、2日分の便を提出するだけで検査することができますので、40歳を過ぎたら大腸がん検診を受けましょう。

大腸がん経験者の声を紹介します



Oさん 55歳 女性

私は52歳の時に大腸がんになりました。発見のきっかけは、会社で年に1回行う検診を受けたことです。便に血が混じていたという結果が出て、自覚症状もなかったので痔だろうと思っていましたが、精密検査を受けてみるとステージⅠの大腸がんだと分かり驚きました。手術後の入院は10日程度で、心配していた治療費も思っていたよりもかからず、現在は定期的に病院で検査をしています。早く発見できたことはラッキーだったと思います。がんは誰がなってもおかしくないと感じ、早く見つけることが大切だと思い、自分の家族にもがん検診を受けるように伝えるようになりました。

まだ検診を受けたことがない人は早めの検診を受けて、何かあったら放っておかないで再検査を受けてほしいです。

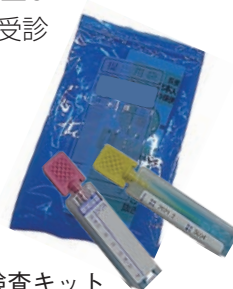
50歳の方は大腸がん検診が無料です！

50歳の人全員に大腸がん検査キットが届きます。

対象 昭和47年4月2日～昭和48年4月1日生まれの人（すでに本年度、市の大腸がん検診を受診した人を除く）

検診の流れ

- ①市から検査キットが届く
- ②自宅で便を2日分取る
- ③保健センターなどの回収場所に提出する
- ④検査結果が届く



検査キット

働く人の健康を応援します！

お得に受ける大腸がん検診

対象 市内の企業で働く40歳以上の市民

検査料金 1人500円

検診の流れ

- ①会社で取りまとめて、申し込む
- ②申し込みした人の検査キットが会社に届く
- ③会社でまとめて、健康増進課に提出する
- ④検査結果が個人に届く

▶ いずれの場合も検便などの提出期限がありますので、詳しくは健康増進課までお問い合わせください。

農業体験の受け入れ会員募集

十和田農業体験連絡協議会では、農業体験や民泊を通して、自然と触れ合うことの良さを知ってもらいながら、心と心の交流を図り、十和田の魅力を発信する活動を行っています。

現在は新型コロナウイルスの影響で申込数は少ないですが、18人の会員が体験者の受け入れ活動に励んでいます。

農業体験のみの受け入れ農家や、農家ではないが民泊を受け入れてみたいという人も募集していますので、お問い合わせください。

申問 十和田農業体験連絡協議会
事務局・高屋
☎080-8206-5608



十和田湖ひめます船釣り体験の参加者募集

十和田湖でひめますの船釣りを体験してみませんか？

- ◆とき 7月16日(出)
①午前10時から正午 ②午後1時から3時
- ◆集合 生出キャンプ場付近（後日詳細を送付します）
※各回、開始30分前に集合してください。
- ◆対象 中学生以上
- ◆定員 各回6人（先着順）
- ◆費用 高校生以上1,500円、中学生500円(遊漁料、釣り具込み)
- ◆持ち物 防寒具、帽子、長靴、タオル、持ち帰り用ボックス
- ◆申し込み方法 7月1日(金)から電話で申し込みできます。

※中学生・高校生は、保護者も参加する場合のみ受け付けます。
※天候によって、当日に中止・内容変更する場合があります。
※使用するのは和船です。沖合には出ません。

申問 十和田湖ひめますブランド推進協議会事務局
(とわだ産品販売戦略課内) ☎51-6743



第53回 十和田市民文化祭 参加者募集

市民文化祭は、どなたでも参加できる文化の祭典です。日頃の練習の成果を発表したり、制作した作品を出展することができます。
参加希望者は事前に申し込みください。



問 スポーツ・生涯学習課 ☎58-0184

部門名		開催日	会場	
舞台部門	舞と躍動	11月5日(出)	市民文化センター	参加料 ▶団体（6人以上）6,000円 ▶個人（1人につき）1,000円 申し込み方法 FAX、メール、はがきのいずれかに次の内容を記入して申し込みください。 ①事業名 ②出演内容または作品名・出展数 ③団体・個人の別（グループ名があればその名称） ④団体の代表者名または個人名 ⑤住所・電話番号 申込期限 7月29日(金) ※申込者には、後日打ち合わせ会などの案内をします。必ず出席してください。 申込先 〒034-8615 西十二番町6番1号 十和田市民文化祭実行委員会 FAX 24-3954 メール spogak@city.towada.lg.jp
	演劇	11月5日(土)夜		
	吟詠	11月6日(日)午前		
	謡と仕舞	11月6日(日)午後		
	秋のスペシャルコンサート	11月6日(日)午後		
展示部門	写真展	11月5日(出) ～ 11月6日(日)		
	書道展			
	盆栽展			
	自然界展			
	水墨画展			
	美術展			
	手工業展			
	陶芸展			
	らん展			
	いけ花展			
文芸展				
その他				

本市へのUターンや移住を考えているご家族やお知り合いにお知らせください

出展数過去最大 /

入場無料

申し込み不要

～東北の魅力・暮らし大発見！～

東北移住＆つながり大相談会が開催されます



東北6県の自治体・団体が出展する移住相談会が開催され、本市も「上十三・十和田湖広域定住自立圏 (※)」として出展します。相談会では、移住に関する疑問や心配事などを個別に相談できます。地方暮らしや移住に興味のある人は、ぜひご参加ください。

(※) 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、秋田県小坂町で構成する圏域

と き 7月24日(日) 午前11時～午後4時30分

ところ 東京交通会館12階カトレアサロン (東京都千代田区有楽町2-10-1)

問認定NPO法人ふるさと回帰支援センター ☎03-6273-4415

メール event3@furusatokaiki.net



▲イベントの内容など詳しくは、QRコードからご覧ください。



SDGs～持続可能な社会を目指して～ Vol.7

問政策財政課 ☎51-6712

市では、持続可能な社会を目指してSDGsの取り組みを進めています。今号では、世界共通の17のゴール（国際目標）のうち、ゴール6の達成に向けた市の取り組みや一人一人ができることなどを紹介します。



ゴール6 安全な水とトイレを世界中に

きれいな水は私たちの暮らしに欠かせないものです。しかし、世界では経済の悪化や上水道・下水道などのインフラが整備されていないことにより、安全な水を手に入れることが難しい地域があり、下痢や病気などで多くの子どもたちが命を落としています。また、産業などの発展に伴い人口が増えるにつれて、水の使用量も増え続け、水不足が大きな問題となっています。さらに、気候変動や森林破壊、水質汚染、洪水など水に関わる深刻な問題が世界各地で起こっています。

日本は、豊かな水資源に恵まれ、上水道や下水道の普及率が高く、水が安全に管理されているおかげで、きれいなおいしい水をいつでも飲むことができます。しかし、日本でも温暖化の影響などによる水不足が問題となっているため、水は限られた貴重な資源であると認識を改める必要があります。

ゴール6「安全な水とトイレを世界中に」では、全ての人が安全な水を飲むことができ、トイレなどの衛生的な環境を確保し続けることを目指しています。

達成に向けた市の取り組み

◆ 安全な水道水の安定供給（水道事業）

安全性の高い浄水処理を行うとともに、漏水などの防止に向けて、重要管路の耐震化や老朽管などの水道施設の更新を実施しています。

◆ 衛生的な汚水処理（下水道事業）

下水道施設の適切な維持管理、耐震化・更新などを進めるとともに、下水道接続の啓発を行い水洗化の促進に取り組んでいます。

◆ 森林・農村環境の保全

森林の荒廃防止・保全や農村環境の保全を進めることで、水資源の涵養や水質浄化をはじめとした森林・農地の多面的機能を確保します。

【一人一人ができること】

私たちの暮らしには安全できれいな水が不可欠です。水は限られた資源と考え、蛇口を小まめに閉めるなど、節水を心掛けましょう。

また、きれいな水を使い続けるためにも水資源となる森や山、自然の生態系を守ることが大切です。



現代美術館 サテライト会場「space」展覧会
大岩雄典「渦中のP」



目 [mé] 《space》 撮影:小山田邦哉

7月より、アーティスト 目 [mé] が一軒の空き家を改装した作品「space」を美術館のサテライト会場とし、若手アーティストの作品を紹介します。

初回は、主にインスタレーション・アート（空間芸術）を制作する大岩雄典さんの個展を7月1日(金)から9月4日(日)まで開催します。

大岩さんは美術館で初の作品発表となる本展のために、「space」とその周辺の市街地の空間が持つ性質を注意深く観察し、ドラマ（劇）、鑑賞者の行為や動線、展覧会の制度との一種の「地口（しゃれ）」を見いだします。

作家の言葉遊びのような空間の操作は、展示室である「space」、美術館、そして市街地に重ねて投影されます。美術館から「space」までの道筋を注意深く歩くと、「ある」ことに気づくかもしれません。

現代美術館 サテライト会場「space」
(西三番町 18-20)

開館時間 午前10時～午後5時

休館日 月曜日(休日の場合はその翌日)

※8月1日、8日、15日は開館

観覧料 無料

おおいわ ゆうすけ
大岩 雄典

美術家。1993年埼玉県生まれ。「空間」というものを、単なる形態を越えて、ゲーム的可能性、他人との親近感、時間との共働、契約や欲望の関係、言葉の効力、歴史・フィクションといった、存在しうる多様な相の織り合わせととらえ、インスタレーション・アート（空間芸術）の形式を再解釈する。

7月10日(日)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、免許証など住所が確認できるものを受付に提示してください。

～市民無料デーに合わせて開催～

対話型鑑賞プログラム《げんびさんぽ》

げんびサポーターと一緒に、常設展示作品を鑑賞します。

とき 午前11時～正午 定員 10人※事前予約制・先着順

あなたの街の

法律相談

～第62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「行方不明の相続人がいる場合の相続」です。

問 まちづくり支援課 ☎51-6777

Q 3人兄弟で両親の遺産は時価600万円の土地です。売って処分したいと考えていますが、どうしたらよいですか。

A まず遺言書の有無を確認してください。遺言書があれば、その内容に従って土地を相続した人が売却することになります。遺言書がない場合、兄弟3人で遺産分割協議をしないと売却できません。兄

弟が協力できるなら、売却先を探しましょう。

Q 遺言書はなく、弟の1人が行方不明となっています。

A その弟の代わりとなる「不在者財産管理人」が必要になります。これは家庭裁判所に申立てるもので、時間と費用がかかります。不在者財産管理人の協力により、遺産分割協議ができて土地が600万円で売れた場合、その弟の持分である200万円(3分の1)は不在者財産管理人が保管することになります。行方不明から7年が経過していれば「失踪宣告」を利用することもできますが、こちら家庭裁判所に申立てるので、時間と費用がかかります。失踪宣告が認められるとその弟は死亡したものとみなされますが、弟に子があれば、結局その子が加わった遺産分割協議が必要になります。子がなければ、兄弟2人の遺産分割協議で土地を売却できます。

Q 他に方法はありますか。

A 令和5年4月から「所在等不明共有者持分の取得・譲渡」の制度が始まります。裁判所に申立てる必要があること、一定額を支払う(供託する)ことは変わりませんが、不在者財産管理人よりは低コストで土地の売却が可能になると見込まれます。ただし、相続から10年が経過していることが条件ですので、10年未満であれば不在者財産管理人が失踪宣告を利用するしかありません。

こうした事態を防ぐために、行方不明の子がいる場合には、遺言書を作成しておくことをお勧めします。

(文責 弁護士 十枝内 亘)
弁護士法人十枝内総合法律事務所
☎21-4005

市民の皆さんが元気な生活を送るため、栄養や食生活の改善や普及を図る十和田市食生活改善推進委員会が、おすすめレシピを紹介いたします。

今回は **大腸がん予防** ▶ **ヨーグルトマリネ** ▲ です。

「ヨーグルトマリネ」



❖乳酸菌の効果で有用菌を増殖し、がんに対する抵抗力を高めるほか、腸の働きを活性化します。

材料（4人分）

黄パプリカ	40g	A	プレーンヨーグルト	120g
赤パプリカ	40g		オリーブ油	小さじ2
玉ネギ	120g		酢	小さじ2
キュウリ	80g		塩	2g
			きび砂糖	大さじ1

作り方

- ① ポリ袋にAを入れ、マリネ液を作る。
- ② パプリカと玉ネギはそれぞれ細切りにし、キュウリは縦半分に切り厚さ2mmの斜め切りにする。
- ③ 沸騰した湯にパプリカと玉ネギを入れ、約1分ゆでる。キュウリを加えてひと煮立ちさせ、水気を切り、あら熱を取る。
- ④ ③がある程度冷めたら、キッチンペーパーで水気をしっかりと拭き取り、温かいうちに①に漬け込み、ポリ袋ごと氷水で冷やす。

● 1人分の栄養価

エネルギー 66kcal、タンパク質 1.8g、脂質3.0g、炭水化物 8.4g、食物繊維1.0g、カルシウム 49mg、塩分 0.5g



食生活改善推進員養成講座受講生を募集します

健康増進課 ☎51-6791

家族や地域の健康づくりのために、栄養・食生活について学習してみませんか。

<p>期間 8月5日(金)～12月1日(木) 全12回（計24.5時間） ※20時間以上の受講で修了証をお渡しします。</p> <p>ところ 保健センターほか</p> <p>定員 25人（先着順）</p> <p>講座内容 生活習慣病予防のための調理実習や、食育、食品衛生など</p>	<p>対象 次の条件を満たす人 ▶市内在住の人 ▶講座終了後、市食生活改善推進員として活動できる人</p> <p>受講料 無料（別途材料費がかかります）</p> <p>申込期限 7月22日(金)</p>
---	--

「新しい生活様式」における熱中症予防

健康増進課 ☎51-6790

「新しい生活様式」とは、新型コロナウイルス感染防止対策の基本である、マスクの着用などを取り入れた生活様式のことです。

「新しい生活様式」における熱中症予防の行動

- ① 屋外で人と十分な距離（2m以上）を確保できるときにはマスクを外す。
※マスク着用時は激しい運動を避ける
- ② 窓の開放による換気の後には室内温度が高くなるので、エアコンの温度を小まめに調節する。
- ③ のどが渇いていなくても、小まめに水分を補給する。
- ④ 外出時は涼しい服装で、日傘や帽子を着用する。
- ⑤ 高齢者、子ども、障害者は熱中症になりやすいので、周囲の見守りと積極的な声掛けをする。

	マスク着用の考え方			
	人との距離が確保できる※1		人との距離が確保できない※1	
	屋内※2	屋外	屋内※2	屋外
会話する	●	×	●	●
ほとんど会話しな	×	×※3	●	×※3
2歳未満	×			
2歳~就学前	一律に求めない（個々の発達、体調などを踏まえる）			
●…着用を推奨する ×…着用の必要はない				
※1 2m以上				
※2 建物の中、地下街、公共交通機関の中など				
※3 夏場、屋外で会話をしない場合はマスクを外すことを推奨				
※病院へ行くときや高齢者と会うときはマスクを着用する。				

i お知らせ

☎ 23-5111 FAX 22-5100

土・日曜日、休日は閉庁

❖お知らせの表記

申…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。

不動産取得税が軽減される制度があります

一定の要件を満たす住宅や住宅用地を取得した場合など、不動産取得税が軽減される制度がありますので、詳しくはお問い合わせください。

問上北地域県民局県税部

☎ 22-8111 (内線 207・208)

暮らし

土壌診断料の一部を補助します

出荷・販売を目的とした野菜生産に取り組む農家が行う土壌診断に係る経費の2分の1以内を補助します。

申請期限 令和5年2月10日(金)

必要な物 申請書、土壌診断書の写しなど

※十和田おいらせ農業協同組合で土壌診断をした人は申請不要です。

申問市地域農業再生協議会(農林畜産課内) ☎ 51-6742

国民健康保険「傷病手当金」が支給されます

対象 次の全てに該当する人

- ▶国民健康保険の加入者
- ▶新型コロナウイルスに感染した従業員
- ▶3日間連続して仕事を休み、4日目以降も休んだ日があり、給与の支払いが受けられない人

支給額 給与日額×2/3×日数

※申請書は国民健康保険課に備えて付けてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。詳しくはお問い合わせください。

申問国民健康保険課 ☎ 51-6750

国民年金保険料の免除申請を受け付けています

申問八戸年金事務所 ☎ 0178-44-1742 市民課 ☎ 51-6753

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

保険料の免除や猶予を受けずに保険料を納めないままにしておくと、将来、老齢基礎年金を受けられなくなったり、減額されたり、万一のときの障害・遺族基礎年金が受けられない場合があります。

保険料を納めることができない場合は、お早めにご相談ください。

- 必要なもの
- ▶本人確認できるもの(マイナンバーカード、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
 - ▶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)
 - ▶代理人が申請する場合は、代理人の本人確認できるもの(マイナンバーカード、免許証など)、委任状(申請者と代理人の世帯が異なる場合)

※本人・配偶者・世帯主の前年所得に基づき審査を行います。その結果、免除の対象にならない場合があります。

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少している人へ

令和4年度の保険税・保険料の減免があります

新型コロナウイルス感染症の影響により、前年に比べ3割以上の収入減少が見込まれる場合には、申請により保険税・保険料を減免できることがありますので、詳しくはお問い合わせください。

■減免に関するお問い合わせ

▶国民健康保険税について

申問収納課 ☎ 51-6760

▶介護保険料について

申問高齢介護課 ☎ 51-6721

▶後期高齢者医療保険料について

申問国民健康保険課 ☎ 51-6752

国民年金保険料の免除申請ができます

申問八戸年金事務所 ☎ 0178-44-1742 市民課 ☎ 51-6753

対象 次の全てに該当する人

- ▶令和3年1月以降に、新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少したこと
- ▶令和3年1月以降の所得などの状況からみて、当年中の所得の見込みが、現行の国民年金保険料の免除などに該当する水準になることが見込まれること

※本人・配偶者・世帯主の前年所得に基づき審査を行います。その結果、免除の対象にならない場合があります。

※手続きの方法や申請書などは、日本年金機構のホームページ(<http://www.nenkin.go.jp>)に掲載しています。



「^{はたち}二十歳のつどい」の開催について

申問スポーツ・生涯学習課 ☎ 58-0186
FAX 24-3954

成年年齢が20歳から18歳に引き下げられたことにより、これまで「成人式」として開催してきた式典を「二十歳のつどい」として開催します。

■令和5年二十歳のつどい■

さまざまな経験を積んだ大人として、主体的に取り組んでほしいという願いを含め、従来通り20歳の人を対象として式典を開催します。

とき 令和5年1月8日(日) 午後2時～
ところ 市民文化センター 大ホール
対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人

※本市にゆかりのある人は住民登録の有無を問わず参加できます。

※申し込み方法は、11月頃にお知らせします。

■二十歳のつどい実行委員会委員募集■

「二十歳のつどい」の企画・運営をしてくれる人を募集します。一生に一度の思い出に残る式典を仲間と一緒に創ってみませんか。

対象 平成14年4月2日～平成16年4月1日生まれで、8月以降に開催される会議(平日夜、月2回程度)に出席できる人。

内容 「二十歳のつどい」の企画・構成、運営など

定員 10人

申し込み方法 電話、FAX、メールのいずれかで、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、住所、電話番号、職業(勤務先)または学校名を記載し申し込みください。

申込期限 7月27日(水)



前年の実行委員の皆さん

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金の確認書を送付します

対象世帯で、7月19日(火)を過ぎても確認書が届かない場合は、お問い合わせください。

対象 次の要件を全て満たす世帯
▶令和3年12月10日において本市に住民登録がある世帯▶令和3年度または4年度の住民税均等割が非課税である世帯

※ただし、既に「住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金」を受給した世帯は対象外です。

給付額 1世帯10万円

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎生活福祉課 ☎ 51-6749

テレビの映像が乱れる可能性があります

7月から各携帯電話事業者の新しい電波(700MHz帯)の利用が始まります。ご家庭のテレビ映像に影響が出た場合、700MHz利用推進協会が無償で回復作業を行いますので、詳しくは、お問い合わせください。

※費用請求などは一切ありません。(詐欺行為にご注意ください。)

☎700MHzテレビ受信障害対策コールセンター

☎0120-700-012 (IP電話の場合)

☎050-3786-0700 年中無休 午前9時～午後10時

第37回奥入瀬川クリーン作戦

とき 8月28日(日)

▶午前8時30分 開会式▶午前9時～10時30分 クリーン作戦(清掃作業)▶午前11時～正午 クリーン広場イベント(水神雷太鼓演奏、ニジマスの配付、受賞式:優勝賞品、参加賞など)
ところ 奥入瀬川^{さげます}鮭鱒増殖漁業協同組合前河川敷広場(御幸橋下流)
申し込み方法 市ホームページからダウンロードした申込書に5人以内のチームで申し込みください。(個人で申し込みの場合、当日チーム編成を行います。)

申込期限 8月15日(月)

☎奥入瀬川クリーン対策協議会(奥入瀬川鮭鱒増殖漁業協同組合内)・佐々木 ☎ 23-3497



「十和田市事業継続緊急対策給付金」の申請期限は7月31日です

新型コロナウイルス感染症の影響により売上高が減少している市内事業者に対して、給付金を支給しています。

対象となる人はお早めにお手続きください。

※詳しくは市ホームページまたはQRコードからご覧ください。

☎商工観光課 ☎ 51-6773



7～9月定例労働相談会

労働者と事業主との間に生じた労働問題(解雇・賃金引き下げ・長時間労働・パワハラなど)について、青森県労働委員会委員が相談に応じます。

ところ 青森県労働委員会(青森市新町2丁目2-11 東奥日報新町ビル4階)

とき	
7月5日(火)	13:30～15:30
7月24日(日)	10:30～12:30
8月2日(火)	13:30～15:30
9月6日(火)	13:30～15:30
9月25日(日)	10:30～12:30

☎青森県労働委員会事務局

☎017-734-9832

FAX 017-734-8311

ジョブカフェあおもりに女性専用コーナーを設置しました

仕事に不安を抱えている人、子育てが落ち着き仕事への復帰を考えている人などの相談に専属のコーディネーターが対応します。

対象 15～44歳までの求職者
ところ ジョブカフェあおもり(県観光物産館アスパム内)

※オンラインでの相談にも対応します。

☎ジョブカフェあおもり

☎017-731-1311

FAX 017-731-1312

ホームページ

<https://www.jobcafe-aomori.jp>

前売り券を販売しています
3年ぶりに全国相撲大会を開催!

■第71回全国高校相撲十和田大会
とき 8月15日(月) 午前8時30分～

■第57回全日本大学選抜相撲
十和田大会

とき 8月14日(日) 午前9時～
■全国高校相撲十和田大会実行委
員会・全日本大学選抜相撲十和
田大会実行委員会 ☎ 58-0187



◀詳しくは
QRコードから

令和4年度排水設備工事責任技
術者試験 (県下水道協会主催)

とき 10月19日(水) 午後2時～4時
ところ 青森市、弘前市、八戸市、
五所川原市

受験料 8,000円 (別途、振込手
数料が必要です。)

申し込み方法 下水道課に備え付
けの申込書に所定の書類を添え
て、直接申し込みください。

申込期限 7月29日(金)

※詳しくは、県下水道協会ホーム
ページ ([http://www.aomorij-
pswa.jp](http://www.aomorij-
pswa.jp)) をご覧ください。

■ 青森下水道課 ☎ 25-4015

若葉公園徒渉池 (児童プール)
オープン

とき 7月8日(金)～8月22日(月)

▶午前9時30分～11時45分

▶午後1時～3時50分

※低温や雨天などにより利用を中
止することがあります。

■ 青森都市整備建築課 ☎ 51-6737



市民プールオープン

とき 7月3日(日)～8月28日(日)

▶午前9時30分～11時30分

▶午後1時～4時30分

■ 青森市民プール ☎ 23-4677

総合体育センター ☎ 25-5555

B & G 海洋センターの開館時間
などが変更になりました

広報とわだ6月号に掲載した内
容が一部変更になりました。

変更点 ▶ナイターは中止▶開館
期間は8月31日(水)まで

■ B & G 海洋センター ☎ 25-4846

総合体育センター ☎ 25-5555

まちなか美化活動

市街地への来訪者や市民が心地
よく楽しめるまちづくりのため
に、町内会の皆さんと一緒に「ま
ちなか美化活動」を実施します。

とき 7月23日(土) 午前8時～10時
集合場所 駒っこ広場

対象 市民 (町内会の加入不問)

内容 稲生町の歩道のごみ拾いと
草取り (小雨決行)

■ 青森町内会連合会事務局 ☎ 51-6783

募 集

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

▶居住するための住居を必要と
している人▶同居親族がいるこ
と (単身入居不可)▶世帯の月
平均所得が15万8千円～48万
7千円であること (2人世帯で
世帯主のみ給与収入がある場合
は年収約350万円～750万円相当)

募集戸数 ①田屋団地 (木造平屋
建て3LDK) 2戸 (沢田字下洗45)
②小沢口団地 (木造平屋建て
2LDK) 2戸 (奥瀬字小沢口95-3)

家賃 (月額)

① 32,000円 ② 28,000円

※敷金は家賃の3カ月分、保証人
は2人必要です。

申込方法 都市整備建築課に備え付
けの申込書に必要事項を記入の上、
申し込みください。

申込期間 7月8日(金)～29日(金)
(応募者多数の時は抽選)

※世帯構成により必要書類が異なる
ため、事前に問い合わせください。

■ 青森都市整備建築課 ☎ 51-6738

公共職業訓練「住宅建築施工科」9月期受講生募集

離職した人の早期再就職を図るため、受講者を募集します。

定員・対象 15人・ハローワークに求職の申し込みをしている人

訓練期間 9月8日(木)～令和5年3月8日(水) (6カ月間)

受講料 無料 (別途テキスト代などがかかります)

ところ 青森職業能力開発促進センター八戸実習場 (八戸市類家二丁目7-40)

申込期間 7月11日(月)～8月17日(水)

申込方法 お近くのハローワークに申し込みください。

訓練についての説明会を開催します

とき ①7月21日(木)②8月9日(火) ①②いずれも午前10時～正午

■ 青森職業能力開発促進センター八戸実習場 ☎ 0178-73-5535

【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

地域交流センターの施設予約を開始します

所在地 稲生町 16-1
 供用開始日 9月20日(火)
 休館日 12月29日(木)～令和5年1月3日(火)
 利用時間 午前9時～午後9時
 (ただし、正午～午後1時を除く)
 施設用途
 ▶大・中・小ギャラリー：作品展示、音楽・舞台発表、講演会など
 ▶多目的室：各種創作活動、ダンス、料理教室など
 ▶中庭：フリーマーケット、音楽発表など
 ※大・中ギャラリーは一体での利用も可能です。
 ※詳しくはお問い合わせください。

予約方法

- 利用者登録を行う
 ▶申請書を提出してください。
 ※他の施設で行っている場合は不要です。
 ※登録しないと予約できません。
 ※登録は団体登録のみです。
- 使用許可申請書を提出、または公共施設予約システムにて予約



公共施設予約システムはこちら

※①②いずれも、申請書は商工観光課に備え付け、または市ホームページからダウンロードできます。

予約が必要な場所

大・中・小ギャラリー、多目的室、中庭
 予約受付時間 午前9時～午後5時
 (公共施設予約システムは24時間対応)

※使用月の3カ月前から予約可能。
 (ただし、9月分の予約は7月1日からとなります。)

申問商工観光課 ☎ 51-6773

9月20日
 オープン!

地域交流センターに関する募集

申問 034-8615(住所記載不要) 商工観光課 ☎ 51-6773 FAX 22-9799
 メール shokokanko@city.towada.lg.jp

施設の愛称を募集します

対象 本市に住所を有する人 賞品 優秀賞1点(賞状、記念品あり)
 応募方法 応募用紙に愛称、愛称の理由 ※同一の愛称が複数の場合は全員に
 や意味、住所、氏名、年齢、電話番号 記念品を贈呈し、抽選で優秀者を
 を記入し、持参、郵送、FAX、メール 決定します。
 のいずれかで応募ください。 ※応募用紙は商工観光課に備え付け
 ※1人1点に限ります。 てあるほか、市ホームページから
 申込期限 7月22日(金) 午後5時(消印有効) もダウンロードできます。

会計年度任用職員を募集します

募集区分	地域交流センター管理運営員
勤務場所	地域交流センター(稲生町16-1)
対象	基本的なパソコン操作ができる人(エクセル、ワードなど) 普通自動車免許を有する人
業務内容	窓口業務、施設の維持管理・保全など
募集人員	6人
勤務日	月～日曜日 ※シフト制、週休2日
勤務時間	8:30～21:00(作業により時間外勤務あり) ①8:30～14:30 ②13:00～19:00 ③15:00～21:00 (①②③いずれも休憩1時間) ①②③のシフト制
報酬・手当	月額94,300円(期末手当、通勤手当あり)
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	9月15日～令和5年3月31日
面接試験	8月5日(金) 9:00 市役所本館2階 会議室1
提出書類	会計年度任用職員応募用紙、運転免許証の写し ※応募用紙は市ホームページに掲載しています。
申込期限	7月29日(金)必着 ※持参の場合17:00まで
申し込み方法	書類を持参または郵送

サマージャンボ7億円
 (1等5億円・前後賞各1億円合わせて)
サマージャンボミニ3,000万円
 (1等3千万円)
 この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
7月5日(火)2種類同時発売! 発売期間 7/5(火)～8/5(金)
 抽せん日 8/17(土)
 公益財団法人青森県市町村振興協会 各1枚 300円

【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

..... 指定管理者を募集します

◆ 大深内小学校仲よし会	
問 こども支援課 ☎ 51-6717	
指定期間	令和5年度～7年度（3年間）
募集要項配布期間	7月19日(火)～8月26日(金)
募集要項配布場所	こども支援課
申込期間	8月22日(月)～29日(月)
説明会	とき 8月2日(火) 午前10時 ところ 市役所本館2階会議室1 ※公募説明会への参加申込書は、7月26日(火)午後5時までに提出してください（任意様式での提出可）。

◆ 市民の家	
申問 商工観光課 ☎ 51-6771	
指定期間	令和5年度～9年度（5年間）
募集要項配布期間	7月15日(金)～29日(金)
募集要項配布場所	商工観光課
申込期間	8月15日(月)～26日(金)
説明会	とき 8月3日(水) 午前11時 ところ 市役所本館2階会議室1 ※公募説明会への参加申込書は、8月1日(月)午後5時までに提出してください（任意様式での提出可）。

※募集要項は市ホームページからもダウンロードできます。

優良運転者表彰対象者募集

対象 十和田地区交通安全協会の会員で、無事故・無違反期間が5年以上の運転者

申し込み方法 十和田地区交通安全協会または各支部に、運転免許証、印鑑を持参の上、申し込みください。

申込期間 ～7月29日(金)（土、日曜日、休日を除く）

申問 十和田地区交通安全協会 ☎ 22-0213

放送大学 10月入学生募集

インターネットやBS放送で授業を行う通信制の大学です。

約300の幅広い科目があり、半年・1科目からでも学ぶことができます。

募集期限 9月13日(火)

※詳しくは放送大学ホームページ (<https://www.ouj.ac.jp>) をご覧になるか、お問い合わせください。

申問 放送大学八戸サテライトスペース ☎ 0178-70-1663

有料広告を募集します

9月29日(木)開催の「第18回十和田市すこやか長寿を祝う会」のプログラムに掲載する広告を募集します。

募集内容 ▶サイズ 1枠：縦9cm×横18cm（1ページ3枠上限、白黒）▶発行部数 1,000部▶募集枠 18枠以内▶掲載料 1枠5,000円

申し込み方法 高齢介護課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申込書に原稿を添えて提出ください。

申込期限 7月22日(金)

申問 高齢介護課 ☎ 51-6720

8月は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」

とき 8月3日(水)

午後1時30分～3時30分

ところ 市民文化センター

定員 100人（先着順）

内容 ▶東小リトルJUMPチーム、三本木農業恵拓高校による活動発表

▶（一社）日本SC推進機構白石陽子代表理事による講演など

申し込み方法 参加者全員の氏名、代表者の住所、電話番号を記入し、メールまたはFAXにより申し込みください。

申込期限 7月22日(金)

申問 まちづくり支援課 ☎ 51-6777

メール matidukuri@city.towada.lg.jp

FAX 22-6299

子ども司書養成講座

とき ①7月29日(金) 午後1時30分～3時30分②30日(土)③31日(日)②③は午前10時～正午

ところ 市民図書館 多目的研修室

対象 市内の小学4～6年生

内容 ▶図書館の仕事を体験しよう

▶お話し会に参加しよう▶レファレンス（調べもの）に挑戦など

定員 15人（先着順・応募多数の場合は新規の児童を優先します）

申込期限 7月15日(金)

申問 市民図書館 ☎ 23-7808

【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



講座・教室

45歳以上の人のための「再就職支援セミナー」を開催します

就職活動のポイント（仕事の探し方・応募書類の作成・面接など）のセミナーを実施します。

とき・ところ ①7月20日(水)弘前市
②22日(金)青森市 ③27日(水)八戸市
いずれも午後1時30分～3時30分
希望者個別相談 午後4時～5時

申し込み方法 電話またはメールで申し込みください。

※当セミナーは雇用保険受給資格者の就職活動として認められます。

申問ネクストキャリアセンターあおもり
☎ 017-723-6350

メール chuukounen@ims-hirosaki.com

令和4年度普通救命講習会

とき 7月24日(日) 午前9時～11時

ところ 十和田消防署

対象 中学生以上の市民

内容 ▶心肺蘇生法（成人）▶AEDの使用方法など

※事前に申し込みが必要です。

※講習時間短縮のため、貸し出しDVDまたはeラーニング(Web講習)による事前学習をお願いしています。

申問十和田消防署☎ 25-4115

第1回市民「あんしん生活活用講座」開催のお知らせ

市民が安心して居宅で自分らしく生活するためのスキルアップ講座です。

とき 7月15日(金)

午後6時30分～7時30分

ところ 中央病院 エントランスホール

内容 知っていますか?～訪問診療と訪問看護～

講師 ▶中央病院附属とわだ診療所 水野隆史所長▶みどりの風訪問看護ステーション 太田緑管理者

開催方法 来場（先着50人）、オンライン（Zoom）

申込期限 7月11日(月)

申問医療介護相談支援センター

（中央病院内）☎ 23-5121

申し込みはこちらから▶



外国文化を学ぼう

海外渡航経験のある市内の日本人による外国の文化・生活習慣、海外旅行など、外国に興味のある人のための座学会です。

とき 7月30日(土) 午前10時～正午

ところ 南コミュニティセンター

費用 1,000円（資料代）

持ち物 筆記用具

申込期限 7月27日(水)

申問特定非営利活動法人十和田国

際交流協会☎ 090-7663-0132

メール tairkoku@yahoo.co.jp



催し



街なかアートマルシェ

とき 7月24日(日) 午前11時～午後3時

ところ 官庁街通り入口広場（駒っこ広場）

※詳しくは、十和田奥入瀬観光機構のホームページからご覧ください。

申問（一社）十和田奥入瀬観光機構

☎ 24-3006

十和田奥入瀬観光機構ホームページ▶



「本を通して人を知る 人を通して本を知る」第14回子どもビブリオバトル

とき 8月7日(日) 午後2時～4時

ところ 市民図書館 多目的研修室

対象 市内の小学4～6年生

定員 10人（先着順）

申込期限 7月22日(金)

※紹介したい本を1冊決めて申し込みください。

※観戦者は申し込み不要です。

発表者のための事前学習会を開催します

とき 8月2日(火) 午前10時～正午

申問市民図書館☎ 23-7808

令和4年度自衛官等募集

申問自衛隊青森地方協力本部三沢募集案内所☎ 53-1346

募集種目	応募資格	受付期間	試験期日	試験場所（予定）
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の人	7月1日(金)～9月5日(月)	【1次試験】9月15日(木)～18日(日)※ 【2次試験】10月8日(土)～23日(日)※	別途各人に連絡します
航空学生	海：18歳以上23歳未満の人 空：18歳以上21歳未満の人	7月1日(金)～9月8日(水)	【1次試験】9月19日(月) 【2次試験】後日お知らせします	

※ 試験期日については、後日指定されます。

【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☎ 6702

第20回記念公演 ゼルコバアンサンブルコンサート 問スポーツ・生涯学習課 ☎ 58-0184

学校訪問演奏を行っている「ゼルコバアンサンブル」による演奏会です。
第20回目を記念してゲストによる朗読と演奏のコラボレーションが楽しめます。

とき 7月31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 大ホール

定員 500人

演奏曲 ▶朗読付き「セロ弾きのゴーシュ」
▶となりのトトロメドレーほか

出演者 高橋幸男(チェロ)、石川泉(バイオリン)、
藤原つや子(フルート)、今田文子(ピアノ)

ゲスト 澤目礼子(朗読)、中道郁子(クラリネット)、
石川可奈子(ビオラ)、布施公崇(チェロ)

※入場整理券が必要です。整理券は文化センター窓口
に備え付けています。

どんな本が入っているかな？ 特別展示「本のおたのしみ袋」

夏のおうち時間に読んでほしい
おすすめの児童図書2冊を詰め合
わせた「本のおたのしみ袋」を
30袋限定で展示・貸し出しします。

とき 7月22日(金)～

※おたのしみ袋がなくなり次第終
了します。

ところ 市民図書館

対象 幼児～小学生

貸し出し方法 子どもたちが「こ
れだ！」と思ったおたのしみ袋
を一つ、カウンターまでお持ち
ください。

返却方法 返却期限までにカウンター、
返本ポストに返却してください。

問市民図書館 ☎ 23-7808

初心者水泳教室を開催します

とき 8月6日(土)

午後1時～4時15分

ところ B&G海洋センター

対象 ①小・中学生②高校生以上
※小学生は保護者の送迎が必要です。

定員 30人

参加料 ①1,200円②2,200円

持ち物 水着、水泳帽、ゴーグル、
バスタオルなど

申し込み方法 参加料を添えて直
接申し込みください。

※電話での申し込みはできません。

申込期限 7月29日(金)

午前9時～午後8時

※日曜日、休日は午後4時まで

問市総合体育センター ☎ 25-5555

プラネタリウム特別企画 「宇宙劇場へようこそ」

■第1回「七夕ものがたり(3つ
の七夕)」

プラネタリウムを使った夏の星空
案内で、実は3つある「七夕(た
なばた)」について解説します。

また、宇宙人探しをしている天
文学者、鳴沢真也さんによるオン
ラインミニ講演会も行います。

とき 7月24日(日) 午後6時～7時

ところ 市民文化センター

観覧料 3歳～中学生55円、高校
生160円、一般・大学生220円

定員 50人(先着順)

申込期限 7月21日(日)

問スポーツ・生涯学習課

☎ 58-0184 FAX 24-3954

北里大学夏休み体験学習

とき 8月3日(水)

午前9時～午後4時

集合場所 北里大学本館A棟玄関前

内容 ▶動物の心臓病～獣医さん
はどう診るの？～▶植物などの
対象に触れずに大きさを計ろう

▶色を数字にしてみよう

対象 小学5～中学3年生

(保護者も参加できます)

定員 20人(先着順)

持ち物 筆記用具・ハンカチ・上履き

申込期間 7月5日(火)～14日(日)

※汚れてもよい服装でご参加くだ
さい。サンダル履きは禁止です。

※昼食は学生食堂で無料提供します。

問スポーツ・生涯学習課

☎ 58-0186 FAX 24-3954

アドベンチャーキャンプ (市子ども会育成連合会主催)

とき 8月5日(金)～7日(日)(2泊3日)

ところ 公立小川原湖青年の家

対象 小学5～中学3年生

内容 いかだ作り、キャンプファ
イヤーなど

定員 20人(先着順)

参加費 5,000円(説明会で徴収)

参加者説明会

とき 7月22日(金) 午後7時～

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

募集期間 7月4日(月)～15日(金)

問スポーツ・生涯学習課

☎ 58-0186 FAX 24-3954



地球の生き物、学んで守ろう！～第1弾～ 一本木沢ビオトープナイトハイ ク・ホテル観察会参加者募集

とき 7月23日(土)

午後7時～8時30分

定員 40人(先着順)

持ち物 懐中電灯、防虫スプレー

申込期限 7月12日(火)

集合場所 東コミュニティセンター

※長そで長ズボンでおいで下さい。

※雨天時は屋内で学習会です。

※8月20日(土)に第2弾、9月17
日(土)に第3弾を開催します。

全回参加できる人、大歓迎です。

問一本木沢ビオトープ協議会事
務局(スポーツ・生涯学習課内)

☎ 58-0186 FAX 24-3954



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、サークルの人は市ホームページをご覧ください。

十和田湖・奥入瀬渓流を世界遺産に！

第3回十和田湖・奥入瀬渓流世界遺産登録推進講演会を開催します

テーマ 十和田古道から世界遺産登録の道を探る。

講師 斉藤 利男(弘前大学名誉教授)

とき 7月9日(土)

午後2時～3時40分

ところ 西コミュニティセンター

申込期限 7月7日(木)

定員 100人(先着順)

※住所、氏名、電話番号、同行者氏名を記入し、FAXでお申し込みください。

☎ 十和田湖・奥入瀬渓流世界遺産登録推進研究会事務局

☎・FAX 72-2780

紙芝居の実演者募集

～紙芝居はじめの一歩～

観客の前で自分の好きな紙芝居を演じてみませんか。

とき 7月24日(日) 午後1時～3時

ところ 市民図書館 多目的研修室

定員 先着5組(1人またはグループでの参加)

その他 紙芝居ひろば、ひょうしぎの会会員による実演もあります。

申込期限 7月10日(日)

持ち物 実演する紙芝居

☎ 紙芝居ひろば、ひょうしぎの会・野月 ☎ 090-7562-5708

傾聴ボランティアに参加してみませんか

傾聴ボランティアとは、聴くことで相手が前に進めるように寄り添うことです。「おしゃべりサロンクローバー」を見学してみませんか。

とき 7月13日(水)

午前10時～午後3時30分

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

※直接会場にお越しください。

☎ 傾聴サロンとわだ・黒子

☎ 090-2796-0999

「コナラの森」ホタル観察会

市内でゲンジボタルが見られる数少ないポイントを見にきませんか。

とき 7月10日(日) ※小雨決行

午後7時30分(集合完了)～9時

ところ 「喜栄の森(コナラの森)」

駐車場(三本木一本木沢304より50m先)

持ち物 懐中電灯、虫よけスプレー、虫取り網、虫かご(観察後ホタルは放します)

※マスクと長靴(濡れた道を歩くため)着用で、現地に直接お越しください。

☎ どんぐりの森山楽校・小川

☎ 090-9037-4701 FAX 25-3070

メール ogw541@gmail.com

「華道・日本舞踊・茶道親子教室」

参加者募集

とき 毎月2回 土曜日 午後6時～8時30分

ところ 市民交流プラザ「トワレ」 市民文化センター

定員 20人(先着順)

費用 お茶300円、お花800円(材料代)

対象 幼児、小・中学生、高校生と保護者
指導者 竹内宗境(茶道)、花柳美好(日舞)、木村則華(華道)

☎ 木村 ☎ 090-7939-8294

広島・長崎を語り継ぐ原爆写真展

とき ▶7月20日(水) 午前11時～午後6時 ▶21日(木) 午前9時～午後6時 ▶22日(金) 午前9時～午後3時

ところ 市民図書館 多目的研修室

内容 原爆写真と資料の展示

※原爆の恐ろしさを語る吉永小百合(女優)の朗読も上映します。

☎ 原水爆禁止十和田市民会議・久慈 ☎ 23-2400

池坊伝統文化親子いけばな教室

参加者を募集します。感性を育ててみませんか。

(文化庁伝統文化親子教室の一環)

とき 7月16日(土)から毎月2回

土曜日 午前10時～11時30分

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

定員 20人(先着順)

費用 700円(花材代)

対象 小・中学生と保護者または同伴者

持ち物 筆記用具、おしぼり大のタオル

申込期限 7月13日(水)

☎ 池坊十和田支部・松田

☎ 090-2369-7831

読書感想文にチャレンジしよう

感想文の構成や、題名の付け方などをわっこの会の会員が優しく教えます。

とき 7月16日(土) 午後1時30分～3時(受け付け開始 午後1時20分)

ところ 市民図書館 多目的研修室

対象 小学1～3年生

※1年生は親子での参加とします。

※4～6年生の参加希望者は問い合わせください。

定員 25人(先着順)

申込期限 7月11日(月)

※詳細は申込時にお知らせします。

☎ わっこの会 ☎ 090-7324-8742

十和田市の魅力を音楽で発信！ 楽曲のアイデアを募集します

本市をPRする音楽を制作します。

十和田愛を表現した歌詞や曲のアイデアを募集しますので、詳しくは特設ホームページをご覧ください。

申込期限 7月31日(日)まで

☎ 特設ホームページ

<https://towakomyu.com/music2022>

☎ インバウンド十和田・米内山

☎ 090-6451-6910

メール info@inbound-towada.jp

「洪水お知らせメール」を活用しましょう

■「洪水お知らせメール」とは

皆さんがお住まいの地域の「雨量・水位」などをお手持ちの「携帯電話メール」でお知らせします。

時間的な余裕を持って、洪水に対する心構えや避難準備ができます。

■「河川砂防情報提供システム」より、ご希望の観測所を登録してください。

URL: <https://www.kasensabo.bousai.pref.aomori.jp/>

※ホーム画面内の「洪水お知らせメール」をクリックしてください。



☎ 携帯電話用
QRコード



☎ スマートフォン用
QRコード



ほけんのページ

7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	とき	ところ・問い合わせ
◆4か月児健診 対象者には個別通知します	5日(火) ※バスタオル持参	保健センター 健康増進課 ☎51-6792
◆1歳6か月児健診 対象者には個別通知します	13日(水)	
◆2歳児発達健診 対象者には個別通知します ★歯科診察で「フッ化物歯面塗布」を実施しています。	14日(木)	
◆3歳児健診 対象者には個別通知します	26日(火)	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	28日(木)14:00～ ※21日(木)までに要予約	
◆ほっとマミーサロン 妊婦や生後8カ月までの乳児をもつお母さんと家族	◆計測・離乳食・親子ふれあい遊び 11日(月) ①②いずれも定員4人 ①13:30～15:00 ②15:15～16:45	市民交流プラザ「タワーレ」 健康増進課 ☎51-6797
◆パパママ教室 妊婦とその家族	10日(日) 9:30～11:30 「沐浴・妊婦疑似体験」	保健センター 健康増進課 ☎51-6797

※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、感染症治療中のときは、翌月以降に受診してください。
 ※第二中央駐車場をご利用の場合は、駐車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。

●各種相談

内容	とき	ところ・問い合わせ
◆こころの相談 悩みのある人とその家族	6日(水) 14:00～15:00 ※各相談日の2日前までに要予約	保健センター 健康増進課 ☎51-6791
◆栄養相談 栄養・食生活に関する相談を希望する人	7日(木) 9:30～・10:20～ 11:10～・13:15～ 14:05～・14:55～ ※5日(火)までに要予約	
◆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	27日(水)※要予約 9:00～11:30	
◆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	13日(水) 14:00～15:00 ※8日(金)までに要予約	市役所本館2階会議室1 高年齢介護課 ☎51-6720
◆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	5日(火)、19日(火)、 8月2日(火) ※要予約 13:00～13:30	上十三保健所 ☎23-4261
◆精神保健福祉相談 心の悩みや病気にに関する相談を希望する人	20日(水) ※要予約 13:00～14:00	上十三保健所 エイズ専用 ☎23-8450
◆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	5日(火)、19日(火)、 8月2日(火) ※要予約 13:30～14:30	

(※)市の健診でも検査ができます。詳しくは健康増進課(☎51-6790)へお問い合わせください。

健やか協力隊員養成研修受講生を募集します

健康づくりに関心があり、健康測定を学びたい人、健康測定のお手伝いを考えている人を募集します。

とき 8月19日(金) 午後1時～4時
 ところ 八戸商工会議所
 定員 40人
 講座内容 健康講義・健康測定機器(体組成計・骨密度計など)の測定演習
 受講料 無料
 申込方法 氏名、年齢、住所、勤務先、電話番号を記入し、FAX、メール、郵送のいずれかで申し込みください。
 申込期限 8月5日(金)

問 県医師会健やか力推進センター
 ☎017-763-5590 FAX 017-763-5591
 メール suk-kyoryokutaiin@lily.ocn.ne.jp

◆子育てをもっと楽しく!
「とわだ子育てアプリ」

とわだ子育てアプリ 検索



子宮頸がん・乳がん検診を無料で受診できます

市では、対象となる人へ、がん検診無料クーポン券を送付します。クーポン券が届いた人は、この機会にぜひ受診しましょう。

対象 令和4年4月20日現在、市内に住所を有する人

①子宮頸がん検診

平成13年4月2日～平成14年4月1日に生まれた女性のうち、令和3年度に市が実施した子宮頸がん検診を受診していない人

②乳がん検診

昭和56年4月2日～昭和57年4月1日に生まれた女性のうち、令和3年度に市が実施した乳がん検診を受診していない人

有効期限 令和5年3月31日(金)

問 健康増進課 ☎51-6790

●献血のお知らせ

問 健康増進課 ☎51-6790

実施予定日	時間	場所
18日(月)	10:00～12:00	マックスバリュ十和田南店
	13:30～16:00	
27日(水)	10:00～12:00	十和田警察署



7月の市民無料相談

内容	とき
◆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	4日(月) 13:00～15:00 西コミュニティセンターでも開催しています。
◆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	8日(金)・22日(金) 13:00～15:00
◆法律相談(定員7人) 相続、離婚、借金などの相談	27日(水) 13:00～16:00 ※20日(水)午前9時から予約受け付け開始
◆司法書士相談(定員4人) 登記、相続、離婚、借金などの相談	21日(木) 13:00～15:00 ※14日(木)午前9時から予約受け付け開始
◆不動産相談(定員4人) 不動産売買、不動産の賃貸借などの相談	14日(木) 13:00～15:00 ※7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	13日(水) 10:00～16:00 ※12日(火)午後4時までに要予約
◆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	12日(火)、26日(火) 13:00～16:00 ※予約先 ☎ 050-3383-5552
◆消費生活相談 悪質商法、架空請求、製品事故、クーリングオフなどの消費生活の相談	毎週月～金曜日(休日除く) 8:30～16:30 ※来庁の場合、相談前に要予約 十和田市消費生活センター ☎ 51-6757
◆交通事故相談 交通事故による損害賠償、示談などの相談	毎週月～金曜日(休日除く) 9:00～16:00 ※相談先: 県庁 ☎ 017-734-9235

ところ まちづくり支援課 市民相談室

※予約は電話でも受け付けています。

申 ☎ まちづくり支援課 ☎ 51-6777

内容	とき
◆借金に関する相談	毎週月～金曜日(休日除く) ① 8:30～12:00 ② 13:00～16:30 ※相談先: 東北財務局青森財務事務所 ☎ 017-774-6488(相談専用電話)

※必要に応じて弁護士などに引き継ぎます。

☎ 東北財務局青森財務事務所 ☎ 017-722-1463

内容	とき
◆出張年金相談 年金の無料相談	28日(木) 10:00～15:00 ※要予約(先着順) (次回は8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 ☎ 0178-44-1742 市民課 ☎ 51-6753

北里university情報 Part9 についてのお詫び

広報とわだ6月号の15ページに寄稿した「北里大学獣医学部文化会北里しっぽの会愛好会です!」の記事中、県の「地域猫活動支援」の制度の説明に誤りがありました。当該制度は「個人」に対するものではなく「地域猫活動を行う団体」への支援となります。

本件に関しまして、関係者の皆さまや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いたします。支援の条件など詳しくは県ホームページ「令和4年度青森県地域猫活動支援要領」をご確認ください。

☎ 北里大学獣医学部北里会執行委員会情報局 ☎ 23-4371

その他の催し

<>…開始時間

2日(土)	▶ ころのふれあいサロン・おあしす <10:00>～市民文化センター (☎健康増進課 ☎ 51-6791) ▶ 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 ☎ 23-7808) ▶ 大人も楽しめるお話し会 <14:30>～市民図書館 (☎市民図書館 ☎ 23-7808)
7日(木)	▶ 市民カレッジ第2講座「南極生活で学んだ食材と環境を大切にすること」 <18:30>～市民文化センター (要予約) (☎スポーツ・生涯学習課 ☎ 58-0184)
8日(金)	▶ 精神障害者家族会「とわだ家族会」 <10:00>～市民交流プラザ「トワレ」 (☎健康増進課 ☎ 51-6791)
9日(土)	▶ 話しのサロン・ころの広場ルピナス <10:00>～市民交流プラザ「トワレ」 (☎健康増進課 ☎ 51-6791) (23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 ☎ 23-7808)
10日(日)	▶ 三本木小唄まつり <12:00>～市民文化センター (要整理券) (☎三本木小唄普及委員会 ☎ 24-1111)
13日(水)	▶ おはなしサークルちゅんちゅん「おはなしかい」 <10:30>～市民図書館 (☎市民図書館 ☎ 23-7808) ▶ おしゃべりサロン「クローバー」 <①10:00・②13:30>～市民交流プラザ「トワレ」 (☎健康増進課 ☎ 51-6791) ▶ 三本木霊園無縁物故者供養祭 <10:00>～三本木霊園 (☎まちづくり支援課 ☎ 51-6726)
16日(土)	▶ わっこの会「読み聞かせ」 <10:30>～市民図書館 (☎市民図書館 ☎ 23-7808)
17日(日)	▶ Ready or Not. <14:30>～市民文化センター (当日券500円 自由席) (主催 Sum loop)
18日(月)	▶ ウクライナ支援チャリティーコンサート <14:00>～市民文化センター (3,000円) (全席指定) (☎ナターシャ・グズー in十和田実行委員会 ☎ 090-2954-8484) ▶ 第21回たんぼの会ピアノコンサート <13:30>～市民文化センター (主催 たんぼの会)
22日(金)	▶ 精神障害者家族会「とわだ家族会」個別相談会 <13:00>～市民交流プラザ「トワレ」 (前日までの予約) (☎健康増進課 ☎ 51-6791)
23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 ☎ 23-7808)
28日(木)	▶ 市民カレッジ第3講座「いのちを繋ぐ人工繁殖技術:家畜から野生動物へ」 <18:30>～市民文化センター (要予約) (☎スポーツ・生涯学習課 ☎ 58-0184)
30日(土)	▶ わっこの会「夏のお話し会」 <10:30>～市民図書館 (☎市民図書館 ☎ 23-7808)



休日当番医

☎健康増進課 ☎ 51-6790

3日(日)	かわむらクリニック (西二十二番町4-16)	☎20-1505
10日(日)	篠田医院 (稲生町21-21)	☎23-2022
17日(日)	泉山内科 (相坂字小林140-1)	☎25-1881
18日(月)	高松病院 (三本木字里ノ沢1-249)	☎23-6540
24日(日)	石川ファミリークリニック (稲生町19-4)	☎27-1351
31日(日)	十和田外科内科 (穂並町1-5)	☎22-5151

▶ 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。

8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

固定資産税第2期 / 国民健康保険税第1期
介護保険料第1期 / 後期高齢者医療保険料第1期

第57回

十和田湖湖水まつり

スカイランタンに「願いをこめて」



7/16 土・17 日

会場 十和田湖畔休屋 棧橋前広場（メイン会場）
十和田湖観光交流センター「ぷらっと」

半世紀以上の歴史を持ち、夏を告げる「十和田湖湖水まつり」。今年は「世界の人々の平和」と「新型コロナウイルス感染の収束」を願って、美しい十和田湖にスカイランタンの灯を映す内容で実施します。

スカイランタンを大空へ

スカイランタンリリース

願い事を書いたスカイランタンを十和田湖の夜空に浮かべます。

▶スカイランタン 4,200円/個

▶ウクライナ支援寄付クーポンセット 5,200円/個

※ヘリウムガスの品薄傾向に加え、ウクライナ情勢などによる物流への影響で原材料が高騰しているため、昨年より価格を改定しました。

スカイランタンと花火を望む

十和田湖遊覧船ナイトクルーズ

スカイランタンと花火を湖上から望むことができる50分のナイトクルーズ。DJマイケルライブ付き。

▶大人3,000円、小学生1,500円、小学生未満無料

フィナーレを飾る 花火ショー

音楽とシンクロした仕掛け花火が打ち上げられ、幻想的な雰囲気最高潮に。

※十和田湖花火支援寄付（1口1万円）の受け付けを行っています。寄付者は特設サイトに掲載します。

小雨決行。荒天時などにより順延または中止になる場合があります。7月16日(土)が中止の場合は、17日(日)に順延し2部制とします。

詳しくは、特設サイトにてご確認ください。

〒0176-51-6702 FAX 0176-22-5100

☎0176-51-6702 FAX 0176-22-5100

7月16日(土)・17日(日) スケジュール

- 17:00 スカイランタン引き換え開始
「願い書き込みどころ」オープン
- 19:30 スカイランタン引き換え終了
- 19:40 ナイトクルーズ乗船開始
- 20:10 ナイトクルーズ出航
- 20:30 スカイランタンリリース
- 20:50 花火ショー（約5分間）
- 21:00 終了

入場制限

メイン会場となる棧橋前広場は、新型コロナウイルス感染防止のため、人数制限を設けます。

会場には、スカイランタンを購入した人および同伴の人またはクルーズチケットを購入した人が入場できます。感染防止対策にご理解ご協力の上、ご参加ください。

特設サイトでチケット販売中



▲特設サイト

特設サイトのほか、TOWADA TRAVEL オンラインストア、十和田湖観光交流センター「ぷらっと」、十和田市観光物産センター、ローソンチケットからも購入できます。

人口と世帯	区分	人・世帯数	前月比	前年比
	人口	59,220人	+9人	-666人
令和4年5月末現在	男	28,394人	+6人	-335人
	女	30,826人	+3人	-331人
	世帯	28,035世帯	+27世帯	+67世帯

アプリで「広報とわだ」を読みませんか



マチイロ

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～
みんなでつくろう安全・安心なまち
セーフコミュニティ十和田

