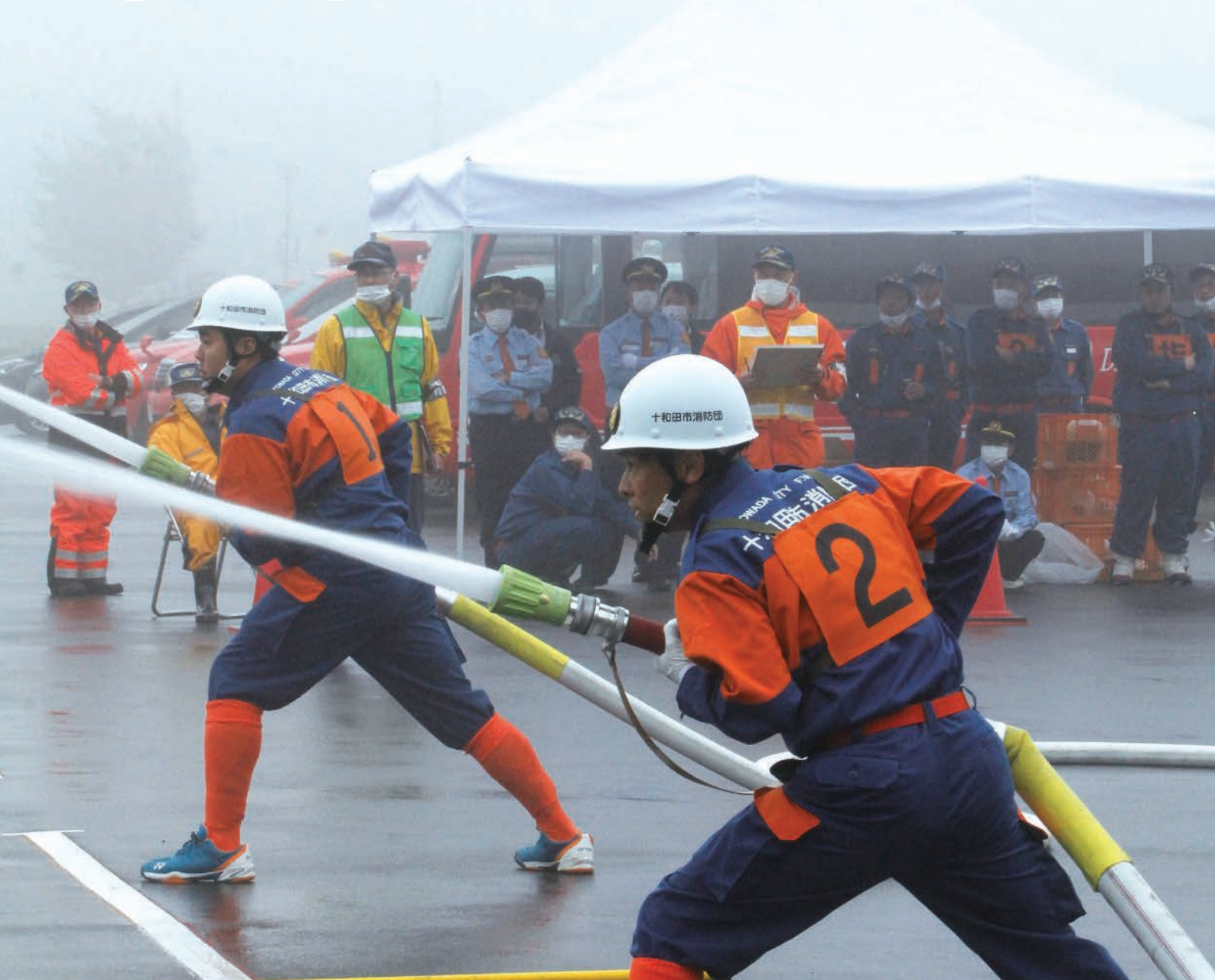


～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田

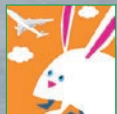


# とわだ 8

No. 238  
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 !

「上十三地区消防協会消防操法大会」  
(7月17日/高森山総合運動公園)

立ち込める霧の中、日々の訓練で磨かれた操作技術と  
チームワークを発揮し、十和田市消防団第3分団が消防  
ポンプ自動車操法の部で優勝しました。

## 広報とわだ 目次

- 2 青森県総合防災訓練を実施します
- 6 子どもが子どもでいられる街に。  
ヤングケアラーに気付いてほしい
- 15 お知らせ
- 28 十和田市夏まつり第65回花火大会





# 青森県 総合防災訓練 9月1日



## 青森県総合防災訓練を実施します

☎総務課 ☎51-6703

毎年9月1日は防災の日です。市では、青森県および十和田地域広域事務組合と合同で、防災関係機関・団体と地域住民の参加、連携のもとに、地震災害を想定した青森県総合防災訓練を行います。

青森県総合防災訓練は、災害対策基本法や県および市の地域防災計画に基づき、大きな被害をもたらす地震災

害発生時の応急対策を迅速・的確かつ総合的に実施できるよう各種訓練を行うことにより、防災体制の強化と地域住民の防災意識の高揚を図ることを目的としています。

訓練では、起震車による地震体験や災害用装備品などの展示、炊き出しの試食（テイクアウト）などもありますので、気軽にご参観ください。

**訓練日時** 9月1日(木) 午前9時～午後1時

**訓練場所** 総合体育センター、市民文化センター、旧青い森信用金庫十和田営業部、中央公園緑地ほか

- 主な訓練内容**
- ▶ 緊急地震速報・緊急速報メール送信訓練、映像伝送訓練（総合体育センター）
  - ▶ 倒壊建物救助・救出訓練（市民文化センター）
  - ▶ 中高層建物救助・救出訓練（旧青い森信用金庫十和田営業部）
  - ▶ 土砂災害救助・救出訓練、炊き出し訓練、展示（中央公園緑地）

**参加機関** 自衛隊、海上保安部、警察、消防、医療・ライフライン関係機関など

**見学者駐車場** 一般見学者は市民文化センター駐車場をご利用ください。



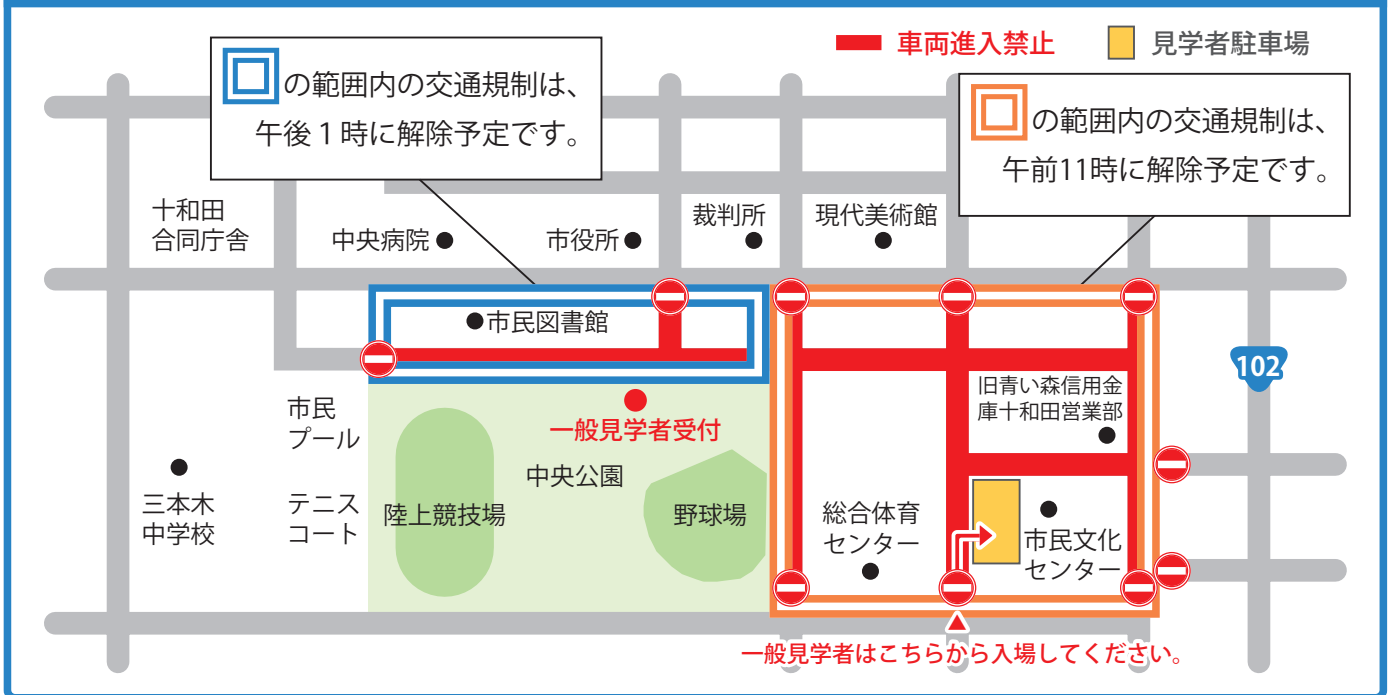
### 注意事項

- ◆ 訓練当日、会場周辺では広報車で避難指示などをお知らせする訓練を実施します。  
※訓練ですので、お間違えのないようお願いします。
- ◆ 訓練では、多くの車両、ヘリコプターなどの航空機が出動するため、付近の住民の皆さまには、大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。
- ◆ 訓練は大雨、強風、雷などの悪天候で各種警報などが発令された場合には、中止することがあります。
- ◆ 訓練当日の午前6時～午後1時は、中央駐車場の一部、総合体育センター駐車場、市民文化センター駐車場の一般利用ができません。

# 訓練当日、会場周辺で交通規制を実施します

交通規制中は、原則として訓練参加車両以外は規制区間に進入できませんが、緊急のため規制区間に進入する際には、係員の指示に従ってください。

## 交通規制エリア 9月1日(木) 午前8時～ ※エリアによって解除時間が異なります



## 「緊急速報メール」などを活用した訓練を行います

訓練当日に、携帯電話会社（NTTドコモ、au、ソフトバンク、楽天モバイル）が提供する「緊急速報メール」を活用した緊急情報の配信訓練を当日午前9時頃に行います。

※大きな音が携帯電話から鳴りますが、訓練ですので、お間違えのないようにお願いします。

マナーモードでも大きな音が鳴りますので、ご迷惑な人は配信時間に電源をOFFにしてください。

※防災行政無線や防災ラジオからも配信されます。

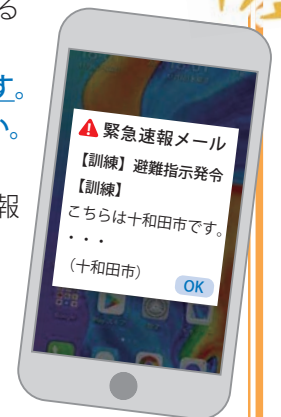
※安全・安心メール配信システム「駒らん情報めーる」の登録者には、同じ内容の緊急情報メールが配信されますので、ご了承ください。

### 【緊急速報メールについて】

▶電波状況や受信設定によって、受信できない場合や着信音が鳴らない場合があります。

▶訓練当日に十和田市内にいる人に配信されます。

※携帯基地局の都合上、近隣市町村の一部にも配信される場合があります。



緊急速報メール（イメージ）

## 皆さんが体験できる訓練も行います

各訓練は見学が可能です。見学者が体験できる訓練もありますので、ぜひ、お越しください。なお、新型コロナウイルス感染対策のため、訓練を見学する人は「一般見学者受付」にて検温・手指消毒などをした後に入場してください。※感染状況などによっては、入場を制限する場合がありますのでご了承ください。

訓練項目	とき	ところ	訓練内容
起震車による地震体験	9：00～ 12：00	中央公園緑地	起震車に乗り、地震発生時の対応行動が体験できます。
炊き出し訓練	11：00～ 12：30		炊き出し訓練で作るカレーライスを配布（テイクアウト）します。 ※無くなり次第終了



起震車では、震度7までの地震の揺れを体験できます。



# 災害の発生に備え、関係機関などと協定を締結しています

図総務課 ☎51-6703

大規模な災害が発生した場合、市や防災関係機関のみでは、市民の生命・財産の保護活動に十分な対応ができないことも考えられます。

そのような事態に備えるため、市では、迅速かつ的確

な災害対応が実施できるよう、民間団体などと協定を締結しています。また、広域的な災害対策を効率的に展開する体制を構築するために、自治体間の相互応援協定を締結しています。

## 防災関係機関、関連事業者との協定

	締結機関	主な応援内容
1	十和田市商店街連合会	生活必需品、食料
2	十和田おいらせ農業協同組合	食料（米穀、調味料など）
3	イオンスーパーセンター株式会社	生活必需品、食料
4	株式会社スーパーカケモ	生活必需品、食料
5	株式会社ユニバース	生活必需品、食料
6	D C M株式会社	生活必需品
7	株式会社サンデー	生活必需品
8	N P O法人コメリ災害対策センター	生活必需品
9	みちのくコカ・コーラボトリング株式会社	飲料水
10	王子コンテナ株式会社青森工場	生活必需品
11	株式会社ライケット	食料（精米）
12	一般社団法人上十三医師会	医療救護
13	公益社団法人青森県柔道整復師会十和田支部	応急救護
14	社会福祉法人十和田市社会福祉協議会	災害ボランティアセンターの設置・運営
15	株式会社ダイナム	一時避難所の提供
16	アマチュア無線十和田クラブ	情報収集
17	十和田警察署	情報交換による連携
18	ヤフー株式会社	情報発信
19	日本郵政株式会社東北支社	情報交換による連携、広報、臨時の郵便対応
20	一般社団法人ドローンイノベーションネットワーク	映像・画像などの情報収集 地図作成
21	青森放送株式会社	情報発信
22	十和田市建設業協会	資機材の提供、仮設住宅の建設、被害建築物診断
23	一般社団法人日本建設機械レンタル協会青森支部	資機材の提供
24	一般社団法人青森県解体工事業協会県南支部	建築物などの解体、災害廃棄物の撤去
25	公益社団法人青森県トラック協会上十三支部	資機材、応急物資などの輸送
26	青森県石油商業組合上十支部	石油類の優先供給
27	一般社団法人青森県エルピーガス協会	液化石油ガスとガス用資機材の調達
28	協同組合十和田管工事協会	水道施設の応急復旧工事
29	東北電力ネットワーク株式会社十和田電力センター	重要施設の電力復旧、停電情報の共有
30	上十三電気工事協同組合	公共施設の電気設備の復旧
31	東日本電信電話株式会社青森支店	電気通信設備の復旧
32	株式会社N T T ドコモ東北支社青森支店	電気通信設備の復旧

## 協定による 9 分野からの応援

### 01 生活必需品や食料

市民生活の早期安定のため、生活必需品や食料品、飲料水などの物資の供給および運搬作業について協力を得ます。



### 02 医療救護活動

傷病者への応急処置・医療、衛生材料の提供、一時避難所の提供、災害ボランティアの受け入れなどについて協力を得ます。



### 03 情報収集・発信

災害の状況把握のための情報収集のほか、被害の軽減・不安の解消・安全確保のための情報発信などについて協力を得ます。



### 04 建築物・建設機材

応急・復旧活動に支障となる建築物の解体・撤去、資機材の提供、応急仮設住宅の建設などについて協力を得ます。





## 05 物資などの輸送

応急物資の搬送や崩壊・損壊に伴う障害物の運搬などの応急対策や災害復旧業務について協力を得ます。



## 06 石油やガスの供給

ガソリン・軽油・灯油などの優先供給、液化石油ガスおよび応急対策用資機材の調達について協力を得ます。



## 07 水道施設の復旧

水道施設が大規模な地震により被害を受けた場合に、飲料水の確保を図るため、応急復旧工事などについて協力を得ます。



## 08 電気設備の復旧

災害や停電の情報を共有するとともに、重要施設の電気設備の復旧、職員の派遣、資機材の支援などについて協力を得ます。



## 09 通信設備の復旧

大規模な通信の途絶が発生した場合、災害情報の提供、重要施設を優先した通信設備の復旧などについて協力を得ます。



## 自治体間の協定

市では、県内市町村や友好都市などと災害時の応援について協定を結び、各分野において相互の応援体制を構築しています。

	締結機関	主な応援内容
1	青森県	活動拠点
2	青森県内全市町村	被災者の救出、職員派遣、物資提供、水道施設復旧、消防相互応援
3	八戸圏域水道企業団	応援給水
4	国土交通省東北地方整備局	災害情報の交換
5	岩手県花巻市	食料、生活品、資機材
6	栃木県真岡市	災害時相互応援

## 「全国セーフコミュニティ推進自治体ネットワーク会議」における災害時相互応援

大規模な災害が発生した場合に、応急対策と復旧活動を円滑に遂行するため、次の項目について相互に救援協力をします。

- 1 食料、飲料水、医薬品などの生活必需物資およびその供給に必要な資機材の提供
- 2 被災者の救出、医療、防疫、施設の応急復旧などに必要な物資および資機材の提供
- 3 応急対策および復旧に必要な職員の派遣
- 4 ホームページの代理記載
- 5 被災者の一時的な収容のための施設の提供
- 6 その他特に要請のあった事項

【全国セーフコミュニティ推進自治体ネットワーク会議】

	構成自治体	入会年月日	
1	京都府亀岡市	平成23年11月17日	
2	十和田市		
3	神奈川県厚木市		
4	長野県箕輪町		
5	東京都豊島区		
6	神奈川県横浜市栄区		
7	大阪府松原市		
8	福岡県久留米市	平成24年10月12日	
9	埼玉県秩父市		
10	鹿児島県鹿児島市		平成25年9月17日
11	福島県郡山市		平成26年11月25日
12	埼玉県さいたま市		平成29年1月11日
13	山梨県都留市		平成30年5月22日

子どもが子どもでいられる街に。

# ヤングケアラーに気付いてほしい

申問健康増進課 ☎51-6734

「ヤングケアラー」とは、本来大人が担うと想定されるような家事や家族の世話などを日常的に行っている子どものこと。責任や負担の重さにより、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。

## ヤングケアラーって？



障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。



障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。



目の離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている。



日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている。



家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている。



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している。



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている。



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

家族のために頑張らないといけないけど、なんだか辛いなあ。

### ■そんなときは

一人で頑張らないで信頼できる相手に相談してみましょ。

周りの人に相談しにくいときは子育て世代親子支援センター(51-6734)にご相談ください。



(厚生労働省ホームページより引用)



## アンケート調査を実施しました

市では、ヤングケアラーと思われる子どもに早く気づき、適切な支援につながるよう、各関係機関との連携を推進していくため、昨年度に市内小・中学校、高校、居宅介護支援事業所、特定相談事業所にアンケート調査を実施しました。

### ◆アンケートに寄せられた意見◆

- ▶ 家庭内のことなので問題が表に出にくいし、把握しにくい
- ▶ 子ども自身が問題を認識しておらず、周りに相談できないのではないかと
- ▶ これまでヤングケアラーについて意識して関わってこなかったため分からないなど

ヤングケアラーは、本人や家族に自覚がなかったり、家庭内で起きている出来事のため、周囲から気付かれにくいことが多いとされています。

誰しもがヤングケアラーの当事者や関係者になる可能性があることを認識することが、早期発見につながります。

## ヤングケアラーは「ふつうのこと」？

家族の手伝い・手助けをするのは「ふつうのこと」と思うかもしれませんが。

でも、学校生活に影響が出たり、こころやからだに不調を感じるほどの重い負荷がかかっている場合は、すこし注意が必要です。



家事手伝いでの遅刻や早退



成績に影響が出たり…



からだに不調が出たり…



学校の先生・スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー・親戚の人・友達など、信頼できる相手に相談してみましょう。

(厚生労働省ホームページより引用)



授業に集中できなくなったり



こころの不調や悩みごとが増える

子どもが家庭で担う手伝いや家族の世話は、思いやりや責任感を育む大切な機会になりますが、学校生活に支障が出たり、心や体に不調を感じている場合には、支援が必要なこともあります。

## 私たちにできること

- 市民一人一人がヤングケアラーに関心を持ち、子どもの心や体の不調に気付いてあげましょう。
- 地域活動や仕事などでヤングケアラーに気付いた時は、話を聞くなどし、必要に応じてご相談ください。

厚生労働省の特設ホームページでも、さまざまな相談先を紹介しています。

ホームページ <https://mhlw.go.jp/young-carer/>

ヤングケアラー

検索



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7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7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに

私たちの生活は、電気やガスなどのエネルギーに支えられています。テレビを見る、電話をする、料理をするなど、普段暮らしていく中で電気やガスは欠かせないものとなっています。

一方、世界では、暗くなったらろうそくや灯油ランプの明かりで過ごし、料理や暖を取る時には室内でまきや炭を燃やして暮らしている地域があります。室内で火を燃やすことにより、火事を起こしたり、吸い込んだ煙が原因で健康を害したりする人がいます。



日本のエネルギーの多くは、火力発電で賄っていますが、その燃料となる石炭や石油、天然ガスのほとんどを輸入に頼らざるを得ません。また、火力発電は、地球温暖化を加速させる原因となる二酸化炭素などの温室ガスを多く排出することから、水力や太陽光など自然の力を利用した再生可能なクリーンエネルギーの割合を増やす取り組みが求められています。

ゴール7「エネルギーをみんなに そしてクリーンに」では、全ての人々が電気やガスなどのエネルギーを安い価格で安定して使えるようにすることや、環境に優しい再生可能エネルギーを増やすことを目指しています。

### 達成に向けた市の取り組み

#### ◆ 庁舎の省エネ対策

自然エネルギーの活用や地球温暖化防止に向け、市役所の屋上に太陽光発電システムを設置し、発電した電気を庁舎の電力の一部として利用しているほか、庁舎内の照明機器をLEDにするなど、温室効果ガスの削減に取り組んでいます。

### 【一人一人ができること】

- ◆使っていない部屋の電気は消す
  - ◆見ていないテレビは電源を切る
- 節電を心掛け、電気を大切に使いましょう。
- また、電球が切れたら二酸化炭素の排出量が少ないLED電球に交換してみましょう。



## 東北電力から節電・省エネのお願い

今夏は全国的に電力需給が厳しい見通しとなっております

東北電力では供給力の確保に向け、最大限取り組んでおりますが、地域の皆さまにおかれましても、無理のない範囲での節電にご協力をいただきたくお願いいたします。

問東北電力(株) ☎0120-066-774

東北電力ネットワーク(株) ☎0120-175-377

### 節約アップ!家電製品の上手な使い方 ~エアコン~

- 厚手のカーテンや床まで届くカーテンの方が効果的です。
  - 風向きを上手に調整しましょう。
  - 室外機の周りには物を置かないようにしましょう。
  - 長期間使わないときは、プラグを抜きましょう。
- 詳しくはQRコードからご確認ください。



### 省エネ・節電手法のご紹介

省エネ・節電手法などについてはQRコードよりご確認ください。



◀個人のお客さま向け



◀法人のお客さま向け



東北電力キャラクター「マカプゥ」



# 10月から 子ども医療費助成の対象範囲を拡大します 問 こども支援課 ☎51-6716

## 小・中学生 所得制限を緩和します

10月1日から医療費助成の対象となる所得制限の基準を緩和します。助成を受けるためには申請が必要ですので、新たに対象となる場合は、こども支援課にて受給資格証の交付申請をしてください。※すでに受給資格証がある場合は、改めて申請する必要はありません。



## 高校生 入院に係る医療費を助成します ※所得制限あり

10月1日から入院分の医療費（入院時食事療養費、保険適用外の費用を除く）に対して助成を行います。中学生までと同様に所得制限がありますので、対象となるかご確認ください。入院する場合は、こども支援課にて受給資格証の交付申請を行い、医療機関に受給資格証を提示するか、医療機関で入院費用の支払いを済ませてから、償還払いの申請を行ってください。

### ■ 所得制限の基準

※父と母のうち所得の高い人の額が限度額未満の場合に対象となります。

扶養親族の人数	拡大前	拡大後（10月1日から）	
	所得限度額	所得限度額	収入の目安
0人	2,342,000円	5,320,000円	7,244,000円
1人	2,722,000円	5,700,000円	7,666,000円
2人	3,102,000円	6,080,000円	8,088,000円
3人以上の場合	扶養親族2人の場合の所得限度額に1人につき38万円を加算した額		

日中、仕事などで忙しい保護者のために

### 「夜間延長受付」と「休日受付」を行います

夜間延長受付	休日受付
8月22日(月)～26日(金)	8月28日(日)
午後5時30分～7時	午前9時～正午

▼必要なもの  
父と母と子どものマイナンバーが分かるもの、子どもの保険証

※「収入の目安」は給与収入のみの場合の額で、あくまでも目安です。  
※所得に関するお問い合わせ（対象になるかなど）は、電話では回答できませんのでご了承ください。

# 8月は「十和田市いのちを守る運動月間」です 問 まちづくり支援課 ☎51-6777

市では、2012年に初めてセーフコミュニティ（SC）の認証を受けた8月を「十和田市いのちを守る運動月間」としています。SCは「事故やけがは予防できる」という考えに基づき、事故やけがのデータを集め、分析しながら、地域住民や各種団体、行政が一体となって予防に取り組む活動です。今回は、皆さんも取り組める「いのちを守る行動」をご紹介します。

## ■ 「ハンド&サンクス」で安全横断！！

横断歩道は歩行者優先ですが、青森県の「信号機のない横断歩道での車の一時停止率」は、全国ワースト3位の14.0%（全国平均30.6%、2021年JAF調べ）です。運転手は、横断者がいたら必ず停止をしましょう。

また、歩行者は横断の意思表示（ハンド）と止まった車への感謝（サンクス）を伝える「ハンド&サンクス」で、安全横断を心掛けましょう。

※「ハンド&サンクス」は、青森県警察が取り組んでいる交通安全スローガンです。



## ■ 「どうしたの？」 「ありがとう」の声掛け

新型コロナウイルスの感染拡大により、学校や職場などで不安やストレスを感じる人も多いと思います。元気がない人に「どうしたの？」、何かをしてもらったら「ありがとう」と、友達や同僚に声掛けをしてみましょう。

「とわだセーフコミュニティをみんなですすめ隊」では、SCの取り組みを子どもたちに伝えるため、市内在住のクラフト作家「miu.labo」がデザインしたキャラクターによる声掛けうちわを製作し、啓発活動を行っています。



「miu.labo」がデザインしたキャラクター



子どもから大人まで、一人一人の小さな行動が、みんなのいのちを守るセーフコミュニティ【安全・安心なまちづくり】につながります！

# 認知症の人を見守る家族の皆さんへ

申問高齡介護課 ☎51-6720

## 行方不明になる恐れのある認知症高齢者などの事前登録をお勧めします

事前登録をしておくことで「駒らん情報めーる」で多くの市民に発見・保護協力を呼び掛けることができ、保護されたときにも早く身元を確認できます。



### ◆ 事前登録の流れ

#### ① 家族が事前登録します

市で写真や特徴などの情報を登録します。

#### ② 市が警察へ情報提供します

①の情報を十和田警察署と共有します。

### ◆ もしも、登録者が行方不明になったときは

#### ① 家族はすぐに警察に連絡を！

十和田警察署 (☎23-3195) に届けましょう。

#### ② 市は「駒らん情報めーる」を配信します

警察からの連絡を受け、行方不明者の情報を「駒らん情報めーる」で市民に配信します。

※家族の同意を得た内容のみを配信します。

### ◆ 登録の対象となる人

次のいずれかに該当する人

- ▶ 認知症などにより徘徊する恐れのある65歳以上の人
- ▶ 若年性認知症などの人

### ◆ 事前登録の際に持参するもの

- ▶ 登録者の介護保険証など、本人確認できるもの
- ▶ 申請者の認め印 ▶ 登録者の最近の写真
- ※登録者には、登録番号が記載された「みまもりキーホルダー」を差し上げます。



## ■ 市民の皆さんへ 「駒らん情報めーる」の登録と行方不明者発見の協力をお願いします

警察に届け出があった行方不明者の情報を「駒らん情報めーる」で配信しますので、発見と保護の協力をお願いします。  
※「駒らん情報めーる」は、市のイベント情報、災害時の避難所の情報、気象情報などを登録者の携帯電話やパソコンなどにメール配信するサービスです。

※登録の際に「行方不明者」のカテゴリーにチェックが入っているか確認してください。

※info-towada.jpのドメインを受信できるよう設定をお願いします。



◀ QRコードを読み取り、空メールを送信してください。登録案内が届きます。

## 聞 こえにくいと感じたら、

## まずはお近くの耳鼻咽喉科を受診しましょう

問高齡介護課 ☎51-6720

### hearing check 聞こえチェック

- ▶ 会話しているときに聞き返す。
- ▶ 後ろから呼び掛けられると、気付かないことがある。
- ▶ 聞き間違いが多い。
- ▶ 話し声が大きいと言われる。

- ▶ 見えないところからの車の接近に気付かない。
- ▶ 電子レンジなどの電子音が聞こえない。
- ▶ 耳鳴りがある。

◇生活する上でお困りのことがあれば、耳鼻咽喉科を受診し、相談してみましよう。

### 本当に「年齢のせい」ですか？

加齢に伴う難聴は多くの場合、治療での回復が困難と言われていますが、全ての難聴が加齢によるものとは限りません。

そのため、聞こえに不自由を感じたらまずは耳鼻咽喉科で治療が必要か、または補聴器が必要か診断してもらうことが大切です。

なお、医師から治療や補聴器の使用について説明を受けるときは、必要に応じて家族などに協力してもらい、一緒に聞いて治療など受けるようにしましょう。

### 医療費控除の対象になる場合があります

◆補聴器を補聴器相談医が作成する「診療情報提供書」により自己負担で購入した場合、所得税申告の医療費控除の対象になる場合があります。

### 費用支給の対象になる場合があります

◆聴力のレベルによって身体障害者手帳を取得した場合は、補装具として、補聴器の購入・修理の費用が支給される場合があります。  
※詳しくは生活福祉課 (☎51-6718) にお問い合わせください。



## 十和田市婚活応援サポーター募集中

## サポーター登録者数(6月末現在) 18団体、個人22人

- ▶ 婚活を応援してくれる人であれば、資格や年齢、性別、居住地などの条件はありません。
- ▶ ボランティアのため報酬はありません。

## 婚活応援サポーターの役割

- ▶ 結婚を希望する人やその家族などへの婚活支援情報の提供
- ▶ 結婚を希望する人の交流イベントや出会いの場づくりなどの自主的な企画、実施
- ▶ 結婚を希望する人への「あおり出会いサポートセンター」の登録に関する働き掛け



## 申し込み方法

申込用紙に記入の上、持参、郵送またはFAXのいずれかにより提出してください。  
申込用紙は、政策財政課で配布しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。



▲市ホームページ

## 「あおり出会いサポートセンター」とは

素敵な出会いや結婚を応援するために県が設置する組織です。

- ・会員登録料や年会費は無料です。
- ・会員には、県内の婚活イベントなどの情報が、メールマガジンにより毎月2回提供されます。

詳しい内容は、あおり出会いサポートセンターのホームページをご覧ください。



◀あおり出会いサポートセンターホームページ



## 青森県マッチングシステム AIであう 登録受け付け開始

申問あおり出会いサポートセンター ☎017-721-1250

8月10日から

結婚希望者の素敵な出会いを応援するため、あおり出会いサポートセンターでは、AIが相性度の高い相手を紹介する「あおりマッチングシステム AIであう」の運用を開始します。

## ♥ 運用開始日

10月1日(土) ※8月10日(水)から登録受け付けを開始します。

## ♥ 登録の方法

あおり出会いサポートセンターホームページから申し込みください。  
独身証明書の提出や本人確認の面談(オンライン可)を行いますので、安心して利用できます。

## 【利用できる人】

次の要件を満たす人

- ▶ 本人確認の面談時に18歳以上の独身者
- ▶ スマートフォンやメールアドレスを所有している人
- ▶ 結婚後に県内に居住することを考えている人 など

※他にも要件がありますので、詳しくはホームページをご覧ください。



▲あおり出会いサポートセンターホームページ

## ♥ 利用登録料(2年間有効)

居住地により10,000円または12,000円

## ♥ 登録キャンペーン ♥

8月10日(水)から9月30日(金)までの登録申し込みで、利用登録料5,000円

# 資源集団回収に取り組んでみませんか



問まちづくり支援課 ☎51-6726

## 資源集団回収とは

資源集団回収は、町内会や子ども会、PTAなどの団体が、各家庭から出る新聞紙や段ボール、びん、缶、衣類などの資源物を持ち寄り、リサイクルに取り組む活動です。

## 資源集団回収にはこんなメリットがあります

### ◆収益がでる

- ▶回収業者からの売払金
- ▶市からの奨励金（5円/kg）



本年度から奨励金が  
**3円/kg から 5円/kgに**  
引き上げられました！

### ◆ごみの減量につながる

### ◆地域のコミュニティづくりに役立つ

### ◆資源の保全につながる

### [令和3年度実績]

実施団体数	回収量（換算重量）[kg]					奨励金(円)
	びん類	金属類	紙類	繊維類	計	
65団体	2,409.2	29,559.3	274,660.0	0.0	306,628.5	919,873



令和3年度は65団体が資源集団回収を実施し、306,628kgの資源物がリサイクルされ、919,873円の奨励金を支給しました。（令和3年度の奨励金は3円/kg。）

団体の登録は2世帯以上であれば家族、ご友人など、どなたとでもできます。家庭から出る資源物を「ごみ」にせず、リサイクルに取り組みましょう。

活動の活発な団体では、  
年間で**2万kg**、令和4年度で換算すると奨励金が  
年間で**10万円**にのぼる  
ことも！



## すべてのひとが輝くまちの実現をめざして

問総務課 ☎51-6702



## 男女共同参画

～昨年11月に、本市の中学1年生の一部を対象に男女共同参画に関するアンケートを行いました～

### ◆「男女共同参画」という言葉を知っていますか？



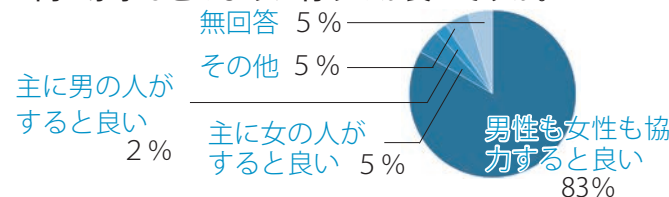
知らない  
98%

この質問を20歳以上の市民に聞いたところ、78%が「知っている」と答えましたが、中学生は98%が「知らない」と答えました。

### ◆中学生には男女差別意識がある？

「男女共同参画」という言葉を知らない中学生に男女差別の意識があるのか、アンケートの結果をみましょう。

#### ■問 家事はどのように行うのが良いですか。



「その他」の意見では…性別にとらわれずに決める方法が挙げられていました。

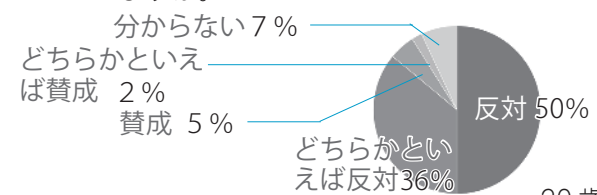


家事を得意とする人がやる



話し合って決める

### ■問 「男は仕事、女は家庭」という考えについてどう思いますか。



反対 合計 86%  
どちらかといえれば反対

20歳以上の市民への同じ設問の結果は「反対」「どちらかといえれば反対」の合計が79%でしたので、むしろ中学生の方が男女共同参画の意識は進んでいるようです。

こんな意見も…

男女共同参画という言葉は知らないけど内容は知っている



### ◆「男女共同参画」という言葉の要らない社会へ

中学生は、「男女共同参画」という言葉も、「男は仕事、女は家庭」といった「固定的な性別役割分担」も意識しない考え方を持っているようです。中学生のアンケート結果から私たちの目指す社会像の一端が見えてきます。





## 新型コロナワクチン接種（4回目）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

60歳以上の対象となる人には、3回目接種日から4カ月後をめぐり4回目の接種券を発送しています。8月末には4回目接種をおおむね終了する予定ですので、接種券が届いている人で接種を希望する人は忘れずにウェブまたは予約専用ダイヤルにてご予約ください。

また、1～3回目接種についても同様に実施していますので、希望をする人は忘れずにご予約ください。  
※接種券など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。

## トイレなどを水洗化して快適な生活を送りましょう

### 下水道区域内の皆さんへ 下水道への接続をお願いします

問 下水道課 ☎25-4015

市では、市民の皆さんに健康で快適な生活を送っていただくため、下水道の整備を行っています。生活環境の改善や川などの水質保全のためにも、まだ接続していない人は**一日も早い接続**をお願いします。

#### 下水道を使用するには…

市の指定を受けた工事店（指定店）以外は工事することができません。  
工事の際は指定店に依頼してください。  
指定店は、市ホームページでご確認いただくか下水道課までお問い合わせください。

下水道に接続すると  
自然にもやさしいね！



### 下水道区域外の皆さんへ 合併浄化槽の設置をお願いします

申問 ティ・エム・イー(株) ☎22-7018  
問 下水道課 ☎25-4015

市民の皆さんの健康で快適な住環境の整備と公共用水域の保全を図るため、下水道区域外では浄化槽整備事業を行っています。

#### ❖ 合併浄化槽の設置には浄化槽整備事業をご活用ください

浄化槽整備事業は、市と事業契約を結んでいるティ・エム・イー株式会社が、合併浄化槽の設置とその後の維持管理を行う事業です。

#### ▼ 事業のメリット

浄化槽設置にかかる工事費用は、分担金以外かかりません。

浄化槽人槽	分担金
5人槽	94,000円
7人槽	110,000円
10人槽	140,000円

注) 浄化槽設置工事以外の排水設備工事などの費用は個人の負担となります。

#### ▼ 工事の概要

- ・工事完了後、市の検査を受け、検査終了後、ティ・エム・イー株式会社が維持管理を行います。
- ・維持管理費は、下水道使用料として水道料金と一緒に毎月お支払いいただきます。

#### ❖ 浄化槽普及促進補助制度も併せて活用をご検討ください

浄化槽整備事業を活用した場合、**浄化槽1基につき11万円の補助**を受けることができます。また、単独浄化槽（トイレだけの浄化槽）を撤去する場合は、**撤去費用として上限9万円の補助**を加算します。ただし、補助を受けるためには、その他にも条件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

# 紅葉シーズンの**蔦沼展望デッキ**の**渋滞対策**を実施します

問 《渋滞対策全般に関すること》十和田湖周辺交通渋滞対策協議会（商工観光課内）☎51-6771  
《予約申し込みに関すること》株式会社RABサービス☎090-1498-8413

紅葉期の蔦沼では、来訪者の集中による路上駐車や交通渋滞の発生、自然環境の破壊などの課題を抱えています。これらの課題を解消し、美しい蔦沼を次世代に残すため「早朝時間帯の事前予約による入場制限及び渋滞対策・環境保全協力金」へのご理解とご協力をお願いします。

## 早朝時間

## 事前予約制、渋滞対策・環境保全協力金

蔦野鳥の森（蔦沼展望デッキ）への入場と蔦温泉駐車場の利用は事前予約が必要です。予約は入場者枠がなくなり次第終了となります。

**実施期間** 10月20日(木)～31日(月) 午前5時～7時30分

※前日午後8時～午前5時の間は、蔦温泉宿泊者以外の方は駐車できません。

**協力金** ▶車1台につき4,000円（運転手1人分含む）+同乗者1人につき2,000円

▶バイク1台につき3,000円+同乗者1人につき2,000円

▶徒歩・自転車・タクシーなどは1人あたり2,000円

※申し込み方法や申込期間など詳しくは、市ホームページにてご確認ください。



▲市ホームページ  
はこちら

## 日中時間

## 渋滞対策・環境保全協力金の協力依頼

蔦温泉駐車場入り口にて、渋滞対策・環境保全協力金へのご協力をお願いします。※予約は不要です。

なお、本年度から観光バスも協力金をお願いします。入場後、乗客などが降車する際にお支払いください。

**実施期間** 10月20日(木)～31日(月) 午前7時30分～午後4時

**協力金** ▶車1台につき2,000円

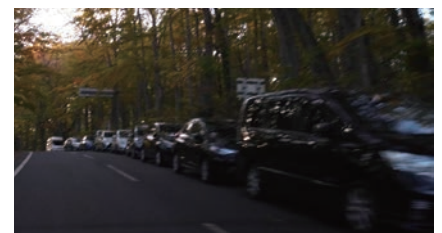
▶バイク1台につき1,000円

▶バス1台につき10,000円

※徒歩・自転車・タクシーは無料です。



▲デッキの混雑、トラブルなどの発生



▲路上駐車の流れ

## 公益社団法人日本警察犬協会青森県支部主催

# 第4回 東北・北海道訓練チャンピオン決定競技会

問（公社）日本警察犬協会青森県支部・太田☎0175-29-2796

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囀託犬から一般家庭で飼われている犬まで、さまざまな犬が日頃の訓練の成果を披露します。

とき 8月7日(日) 午前9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）





## 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。

## 暮らし

### こころと暮らしの相談会

**対象** こころや経済・生活についての悩みを相談したい人

**とき** 8月23日(火) ①午後5時  
②午後6時 ③午後7時

**ところ** 保健センター

**定員** 3人(各回とも1人ずつ)  
※相談者の家族や知人も同席できます。

**申し込み方法** 電話またはメールで申し込みください。

**申込期限** 8月22日(月)

※問題解決に向け、生活困窮自立支援相談員や、保健師が対応します。一人で悩まず、どんなささいなことでも気軽にご相談ください。

**問健康増進課** ☎ 51-6791

メール kenko@city.towada.lg.jp

### 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月からは昨年の所得で判定されます。所得の減少、扶養人数の増加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) ▶本人と子どものマイナンバーが分かるもの ▶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取得してください。

**申問** こども支援課 ☎ 51-6716

### 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

病気やけがなどにより、毎月の医療費が高額となる人は、認定証を医療機関に提示することで、窓口での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)

電子申請でも受け付けています▶



※認定証を更新する人は8月31日(水)までに更新の手続きをしてください。新たに認定証を希望する人は、随時受け付けています。※国民健康保険税を滞納している人には交付できません。

**申問** 国民健康保険課 ☎ 51-6750

### 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るためには、認定証の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(複数ある場合はその全て)の写し  
**申請期限** 8月31日(水)

※新たに認定証を希望する人は、随時受け付けています。

**申問** 高齢介護課 ☎ 51-6722

### 10月1日から中央病院受診時の非紹介患者初診料と再診加算料を次のとおり改定します

診療料金	改定前	改定後
非紹介患者初診料(※1)	5,500円	7,700円
再診加算料(※2)	2,750円	3,300円

※どちらも通常の医療費とは別に負担が義務化されている費用です。(※1) 初診時、他の医療機関からの紹介状を持たずに中央病院を受診する場合にかかる費用です。(※2) 中央病院が他の医療機関を紹介した後も、患者が中央病院を受診する場合にかかる費用です。

**問** 中央病院 ☎ 23-5121

すぐにたべらるなら、手前をえらぶ。

「てまえどり」にご協力ください。

**問** まちづくり支援課 ☎ 51-6726



食品を購入してすぐに食べる場合には、商品棚の手前にある、販売期限の迫った商品を選ぶ「てまえどり」を行うことで、食品ロスを減らす効果が期待されます。

みんなで目指そう、地球にやさしいお買い物。

消費者庁 農林水産省 環境省

## 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、学生納付特例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。

免除や納付猶予の対象月から10年以内であれば、さかのぼって納める「追納」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 ☎ 51-6753

申問八戸年金事務所

☎ 0178-44-1742

## 全国瞬時警報システム（Jアラート）による訓練を実施します

災害や武力攻撃などに備え、Jアラートを用いた全国一斉の情報伝達訓練を行います。

とき 8月10日(水) 午前11時

訓練内容 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、音声放送されます。

放送内容 ▶上りチャイム音▶音声「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

※「駒らん情報めーる」に登録している人にも訓練内容が送信されます。実際の災害と間違えないようご注意ください。

問総務課 ☎ 51-6703

## 特定外来生物から国立公園を守ろう

十和田八幡平国立公園では、特定外来生物であるオオハンゴンソウの生育が広がり、生態系への影響が心配されています。所有地などでオオハンゴンソウを見つけたときは、駆除や拡散の防止にご協力をお願いします。

※オオハンゴンソウの特徴や駆除方法など、詳しくはQRコードからご確認ください。

問十和田八幡平国立公園管理事務所

☎ 75-2728

オオハンゴンソウについて▶



## 下水道の正しい利用にご協力ください

近年、使用済みの食用油の流入による下水道管の詰まりや、水に溶けない異物（タオルや紙おむつ、掃除用シートなど）の流入によって下水用ポンプを詰まらせる事例が発生しています。

一人一人がルールを守って正しく下水道を利用しましょう。

問下水道課 ☎ 25-4034

## ～市と町内会との懇談会～

### 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 ◆

とき	ところ	対象学区
8月18日(木) 18:00～19:30	南コミュニティセンター	南小、四和小、藤坂小
8月22日(月) 18:00～19:30	東コミュニティセンター	三本木小、東小、高清水小
8月23日(火) 18:00～19:30	西コミュニティセンター	沢田小、法奥小、十和田湖小
8月26日(金) 18:00～19:30	市役所別館5階会議室	北園小、ちとせ小、洞内小、松陽小、深持小、西小

問町内会連合会 ☎ 51-6783

【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 ☎ 51-6702



QRコード

## 10言語対応「広報とわだ」 デジタルブックで配信中！

Available in 10 Languages!



This Public relations magazine can be read in 10 languages

- ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める
- 読みやすいUDフォントで表示し、サイズも調整できる
- 動画や写真も楽しめる
- 10言語で読める・聞ける（音声読み上げ対応※）

無料

FREE APP



※【音声読み上げ】ブラウザによっては対応していない場合があるため、専用ビューア「Catalog Pocket（カタポケ）」《無料》をご利用ください。



**あおり安心飲食店  
キャンペーン「つなぐる」  
が始まります**



県では、県の「あおり飲食店感染防止対策認証制度」の認証を受けた飲食店の利用者を対象とする「あおり安心飲食店応援キャンペーン」を実施します。抽選で食事券が当たりますので、ぜひご利用ください。

**参加対象者** 県内の対象店舗で飲食代1,000円以上利用した人。  
※利用した人には、店頭でキャンペーン応募用紙を配布します。

**用紙配布・キャンペーン応募期限**  
8月10日(水)～9月30日(金)

**食事券利用期間**

10月下旬～令和5年3月5日(日)

詳しくはキャンペーンサイト  
(<https://tsunaguru.com/>)を  
ご覧ください▶



**●参加店も募集しています**

「あおり飲食店感染防止対策認証制度」の認証店であること。申請を希望する事業者は、あおり飲食店感染防止対策認証制度ホームページ (<https://aomori-ninsho.com>) をご覧ください。

**問**あおり安心飲食店応援キャンペーン「つなぐる」事務局

☎ 017-752-8310

**消費税のインボイス制度説明会  
を開催します**

十和田税務署では、事業者の方々を対象に消費税のインボイス制度に関する説明会を開催します。

とき	
① 8月24日(水)	10:30～12:00
	13:30～15:00
② 9月7日(水)	10:30～12:00
	13:30～15:00
③ 9月27日(火)	10:30～12:00
	13:30～15:00

**ところ** 十和田税務署 (十和田奥入瀬合同庁舎)

**定員** 各回30人 (先着順)

※説明会の後に、希望者へインボイス制度登録申請相談会を行います。

**問**十和田税務署 ☎ 23-3997

**戦傷病者および戦没者遺族などの  
相談員をお知らせします**

相談員種別	氏名	電話番号
戦傷病者相談員	白山 修二	☎ 23-5765
戦没者遺族相談員	佐々木 せつ子	☎ 23-5549

**問**生活福祉課 ☎ 51-6718

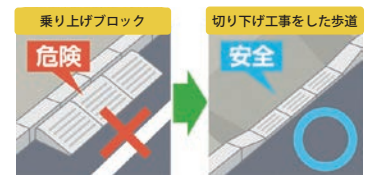
**道路上に設置した乗り入れブロック  
などの撤去をお願いします**

自宅や駐車場などと接する歩道と道路の段差解消のために、道路上へ乗り入れブロックなどを設置していると、歩行者や自転車の転倒事故につながる恐れがあり、大変危険です。

事故が発生した場合は、所有者などへ損害賠償責任が問われることがありますので、速やかに撤去してください。

歩道の段差解消は、道路法第24条による手続きにより、自費で工事を行うことができますので、詳しくはお問い合わせください。

**問**土木課 ☎ 51-6731



**個人事業税の納付を忘れずに**

8月中旬に納税通知書を送付しますので、各納期限までに金融機関、コンビニエンスストアなどで納付してください。詳しくはお問い合わせください。

**問**上北地域県民局課税課

☎ 22-8111 (内線 208)

**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♪



イベント情報は  
ホームページにも  
掲載しています!

**野辺地町**

**日本遺産3港めぐり  
スタンプラリー**

すべての会場をめぐる人にはオリジナルミニ船絵馬を差し上げます。

**とき** 開催中～11月30日(水)

午前9時～午後4時

**ところ** 野辺地町中央公民館、鱒ヶ沢町中央公民館、深浦町歴史民俗資料館

**問**野辺地町教育委員会 (歴史民俗資料館) ☎0175-64-9494

**六ヶ所村**

**宝くじ文化公演**

**「オーケストラで聴くジブリ音楽」**

スタジオジブリのアニメ映画音楽を、井上あずみ、木村由美、本名陽子が歌い、16人編成のN響団友オーケストラが奏でます。

**とき** 8月20日(土)

午後3時開演 (午後2時開場)

**ところ** 六ヶ所村文化交流プラザ・スワニー

**入場料**

一般1,500円 (当日2,000円)

高校生以下1,000円 (当日1,500円)

**プレイガイド** ローソンチケット (Lコード: 21003)

**問**六ヶ所村文化交流プラザ・スワニー ☎0175-72-3400

# 各種マイナンバーカード手続きを ご利用ください

12について 申問市民課 ☎ 51-6755 FAX 23-5173

3について 問国民健康保険課 ☎ 51-6750

## 1 臨時窓口を開設します

とき 8月13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交付、申請サポート、マイナポイント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

持ち物 本人確認書類 (免許証など)

※予約は不要です。

※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、時間に余裕をも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

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。

## 2 出張申請を受け付けます

### 市職員が事業所などを訪問し、申請を受け付けます

要予約

受付期限 12月23日(金)

#### 申し込み方法

申請希望日の2週間前までに、申込書を郵送、持参、FAXいずれかで提出してください。

※申込書は市民課で配布のほか、市ホームページからもダウンロードすることができます。

※申請対象など条件があります。詳しくはお問い合わせください。

### イオンモール下田で申請を受け付けます

とき 9月3日(土)、4日(日)

午前10時～午後6時

ところ イオンモール下田 (西コート)

対象 初めてマイナンバーカードを申請する人

持ち物 本人確認書類 (免許証など)

※予約は不要です。

※申請ID付きの個人番号カード交付申請書または個人番号通知カード (個人番号通知書) をお持ちの人は持参ください。

※15歳未満の人は、同じ世帯の法定代理人の同伴が必要です。

## 3 健康保険証の利用登録をした人へ粗品を差し上げます

マイナンバーカードの交付と同時に利用登録をした人へ粗品を差し上げます。

※すでに交付済みの人は対象外です。加入している健康保険の種類は問いません。

対象配布期間 8月1日(月)～令和5年3月31日(金) (無くなり次第終了)

### 働くことに悩む人のための市内出張相談の受付時間が変更になりました

広報とわだ6月号17ページに掲載した市内出張相談の受付時間が変更になりました。

変更点 午後2時～4時

問はちのへ若者サポートステーション

☎ 0178-51-8582

### フジドリームエアラインズ(FDA)が夏期臨時便を運航します

運航期間 8月1日(月)～28日(日)

#### 運航内容

▶青森・神戸線 1日2往復

▶青森・名古屋線 1日4往復

※運航内容など詳しくはホームページをご確認ください。

問フジドリームエアラインズホームページ <https://www.fujidream.co.jp>

問県交通政策課 ☎ 017-734-9153

### アイヌの人たちからの電話相談を受け付けています

日常生活での困りごと、嫌がらせ、差別など何でもご相談ください。

受付時間 月～金曜日

午前9時～午後5時 (土・日曜日、休日を除く)

※相談は無料です。匿名でも構いません。秘密は厳守します。

問(公財)人権教育啓発推進センター

☎ 0120-771-208 (フリーダイヤル)



☆ 募 集

あおり若者定着奨学金返還支援制度 令和5・6年度採用の登録募集中

若者が県内に住み、登録企業で6年間働き続けたとき、県と企業とで奨学金返還を支援します。若者・企業いずれも事前登録が必要ですので、詳しくはお問い合わせください。



特設ホームページ

対象者

- ▶大学・短大などの卒業生(卒業見込み含む)で、採用時に35歳未満の人
- ▶県内で正規雇用されていない人
- ▶「日本学生支援機構」、「青森県育英奨学会」の奨学金を利用している人

対象企業

- ▶県内企業または勤務地を県内に限定した採用を行う県外企業(法人、団体、個人事業主)

支援額(企業と県が2分の1ずつ負担)

卒業・修了した学校	支援額(企業が設定)
大学など	150万円、100万円、60万円のいずれかの額
短大など	75万円、50万円、30万円のいずれかの額

※奨学金の返還総額または残額の2分の1が上限です。

青森県地域活力振興課 ☎ 017-734-9174

県営住宅上平団地入居者募集

募集戸数 1DK 1戸  
 入居可能予定日 10月1日(土)  
 家賃 15,100円～29,600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  
 申込期間 8月1日(月)～8日(月)  
 ※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。

青森県上北地域県民局建築指導課  
 ☎ 22-8111 (内線266)

「十和田いきいき介護ボランティアポイント」説明・研修会

対象 ボランティア活動に興味のある60歳以上の市民  
 とき 8月24日(水)  
 午前10時～11時  
 ところ 市民交流プラザ「トワレ」多目的研修室2  
 定員 20人程度  
 申込期限 8月19日(金)  
 青森県社会福祉協議会  
 ☎ 23-2992 FAX 23-3227

司法書士による全国一斉「遺言・相続」相談会を開催します

とき 8月7日(日) 午前10時～午後4時  
 相談方法 専用番号(☎0120-339-279)へおかけください。  
 費用 無料(個別継続相談料は有料)  
 ※事前予約は必要ありません。相談電話番号は当日のみ通話できます。  
 青森県司法書士会事務局  
 ☎ 017-776-8398

原子力施設関連業務に関する研修会を開催します

内容 第2種電気工事士受験対策講習、弁保修訓練など  
 申し込み方法 ホームページまたはオンラインで申し込みください。  
 ※開催日など詳しくはホームページをご確認ください。  
 青森県青森原燃テクノロジーセンター  
 ☎ 0175-63-4671 FAX 0175-63-4681  
 ホームページ <http://www.agtcinc.co.jp>

8月は「電気使用安全月間」です

夏は肌の露出が多くなり汗もかくことから、体に電気が流れやすくなります。また、暑さにより注意力が散漫になりがちのため、感電事故が多くなる傾向にあります。経済産業省では、毎年8月を「電気使用安全月間」と定め、関係団体の協力のもとに電気に関する安全運動を展開し、広く電気事故防止を呼び掛けています。電気の安全使用を心掛けましょう。  
 青森県電気保安協会 ☎ 0178-20-2270

自筆証書遺言書保管制度をご利用ください

遺言書を法務局に預けることで、相続を巡る紛争の防止などに役立てることができます。制度について詳しくはお問い合わせください。  
 青森県地方方法務局十和田支局  
 ☎ 23-2424

【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 ☎ 51-6702

「YAHOO!防災速報」を活用して十和田市の緊急情報(避難情報など)を配信しています

登録すると、災害時の本市の状況などが自動配信されます。ぜひご登録ください

災害の情報をいち早くお知らせ



<http://emg.yahoo.co.jp>



今すぐアプリをダウンロード!

iPhone版



Android版



※イメージ図です

無料



# 第27回とわだ駒街道 マラソン大会 ランナー募集

5年ぶりに開催!



問 スポーツ・生涯学習課 ☎58-0187

とき 10月9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、スタート、ゴール、閉会式)

❖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。

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1,500円 19歳以上2,000円	25分
3km	中学生以上		30分
5km		なし	
10km		なし	

## 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コードから申し込みください
- 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(水)



ランネット



スポーツ  
エントリー

❖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  
設置場所▶ スポーツ・生涯学習課窓口、市役所本館1階エントランスホール、  
総合体育センター、各コミュニティセンター、市民交流プラザ  
「トワレ」、市民図書館、沢田悠学館

## 警察官B (大卒以外)・警察事務 (高卒程度) 募集

### ①警察官B (大卒以外)

対象 平成2年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた人(大学を卒業した人または令和5年3月31日までに大学卒業見込みの人を除く)

申込期間 募集中～9月2日(金)

### ②警察事務 (高卒程度)

対象 平成13年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた人

申込期間 8月1日(月)～8月26日(金)

### ①②いずれも

試験日 (1次試験) 9月25日(日)

試験会場 青森市、八戸市、弘前市  
詳しくはお問い合わせください。

問①十和田警察署警務課

☎ 23-3195

②県人事委員会事務局

☎ 017-734-9829

## 介護基本技術講習受講生募集

対象 介護現場へ就労意欲のある  
県内在住の人

※対象条件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

とき 10月4日(火)～7日(金)

午前10時～午後5時

ところ 市民文化センター

定員 15人

申込期限 9月13日(火)

問介護労働安定センター

青森支部 ☎ 017-777-4331



申し込みは  
こちらから▶

## 令和5年4月採用の職員募集

### ①十和田市職員

募集職種および募集人数

#### ▶一般行政

▷事務 大卒程度・高卒程度  
5人程度

▷事務 (社会福祉士) 大卒程度  
2人程度

▷建築 大卒程度 1人程度

▷土木 大卒程度 2人程度

#### ▶社会人枠 (条件有)

▷事務 1人程度

▷建築 1級または2級建築士  
1人程度

#### ▶消防 大卒程度・高卒程度

2人程度

### 試験案内 (募集要項)・受験申込書

総務課、市役所本館1階総合案内  
で配布

申し込み方法 電子申請 (推奨)、  
郵送、持参のいずれかでお申し込  
みください。



採用情報など  
詳しくはこちら▶

### ②十和田地域広域事務組合職員

募集職種および募集人数

#### ▶一般行政

▷事務 大卒程度・高卒程度  
若干名

### 試験案内 (募集要項)・受験申込書

広域事務組合事務局、市役所本館  
1階総合案内で配布

### ◆いずれも

申込期限 8月22日(月)

※郵送の場合は、当日消印有効。

### 第1次試験 (①、②合同実施)

とき 9月18日(日)

試験場所 十和田市役所

※①、②の併願はできません。

※受験資格など詳しくは、試験案内  
をご覧ください。試験案内・受  
験申込書は、それぞれのホームペ  
ージからもダウンロードできます。

※申し込み、お問い合わせはそれ  
ぞれ異なりますのでお間違えのな  
いようお願いします。

問①総務課 ☎ 51-6705

②十和田地域広域事務組合事務局

☎ 20-8100



### 求職者支援訓練受講生募集

とき 9月21日(水)～令和5年3月20日(月) 午前9時～午後3時50分  
 ところ PCランド三沢校(上北郡おいらせ町青葉2丁目50-323)  
 受講料 無料(テキスト代などが別途かかります)  
 定員 12人  
 申込期限 8月26日(金)  
 申込 〆ハローワーク十和田 ☎ 23-5361

### 「全国水生生物調査」参加団体募集

身近な自然と触れ合うことで環境問題への関心を高めるとともに、水環境保全の普及啓発のため参加団体を募集しています。詳しくはお問い合わせください。  
 募集期限 9月9日(金)  
 申込 〆環境保全課 ☎ 017-734-9242

## 講座・教室

### リフレッシュスポーツ教室 第2期参加者募集

とき 9月7日～12月7日の毎週水曜日(9月21日、11月2日、23日を除く全11回)  
 ①午前10時～正午  
 ②午後1時30分～3時30分  
 ところ 総合体育センター  
 内容 各種軽スポーツ  
 対象 18歳以上  
 定員 ①②各20人(先着順)  
 費用 ▶新規の人 ▷65歳未満2,500円 ▷65歳以上1,800円  
 ▶1期に参加した人 ▷65歳未満650円 ▷65歳以上600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不可)  
 申込期間 ▶新規の人 8月4日(木)～22日(月) ▶1期に参加した人 8月12日(金)～22日(月)  
 申込時間 午前9時～午後8時(日曜日・休日は午後4時まで)  
 申込 〆総合体育センター ☎ 25-5555

### 障害者・シニアの人にiPadを教える人財育成講座受講者募集

対象 視覚や聴覚に障害のある人や、シニアの人にiPadの活用方法を教えたい人  
 ※講座期間中はiPadを貸し出します。  
 とき 8月30日～11月1日の毎週火曜日(全10回)  
 午後6時30分～8時30分  
 ところ 東コミュニティセンター  
 定員 10人程度(先着順)  
 申込期限 8月25日(木)  
 申込 〆NPO法人あおもりIT活用サポートセンター・高森  
 ☎ 090-9742-6430  
 メール info@hpsstyling.com

### 糖尿病市民講座「糖尿病に負けたらあかんDAY in 十和田 2022」

とき 9月3日(土)  
 午後1時～2時30分  
 ところ 中央病院正面 エントランスホール  
 内容 ▶一緒に体操をやってみよう▶おやつのお供、コンビニの上手な利用の仕方▶いつまでも元気に歩ける足でいるためには!▶血糖を測ってみよう▶糖尿病クイズなど  
 ※申し込みは不要です。  
 申込 〆中央病院糖尿病ケアチーム  
 ☎ 23-5121(内線7560)



### 令和4年度自衛官等募集

申込 〆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
防衛大学校学生	一般	募集中～10月26日(水)	1次:11月5日(土)・6日(日) 2次:12月6日(火)～10日(土)※
防衛医科大学校学生	医学科	募集中～10月12日(水)	1次:10月22日(土) 2次:12月14日(水)～16日(金)※
	看護学科	募集中～10月5日(水)	1次:10月15日(土) 2次:11月26日(土)・27日(日)※
自衛官候補生(任期制)	18歳以上33歳未満の人	随時募集中	別途各人に連絡します。

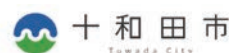
●試験場所は、別途各人に連絡します。※試験期日については、いずれか1日を指定します。

【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 ☎ 51-6702

## 十和田市公式ホームページに バナー広告を掲載しませんか

ひと月あたり掲載料 10,000円  
(縦60ピクセル×横120ピクセル)

詳しくは市ホームページをご覧ください。





催

し

### 野菜研究所・農産物加工研究所 公開デー 2022

とき 9月2日(金)

午前9時～午後2時

ところ 青森県産業技術センター  
野菜研究所・農産物加工研究所(上  
北郡六戸町犬落瀬字柳沢 91)

内容 研究成果の展示、最新農機  
の実演・展示、農産物加工試作品  
の配布、野菜栽培・加工の技術相  
談、野菜の販売など

☎(地独)青森県産業技術センター  
野菜研究所 ☎ 0176-53-7171

### 街なかアートマルシェ

とき 8月21日(日)、9月4日(日)  
午前11時～午後3時

ところ 官庁街通り入口広場(駒つ  
こ広場)

内容 飲食物や雑貨の販売、ワー  
クショップの開催など

※雨天の場合は、各日共に翌週に  
順延します。

※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。

☎(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▶



### 青少年育成十和田市民大会 (とわだ市民カレッジ第5講座)

とき 9月3日(土) 午後2時～4時

ところ 市民文化センター

内容

▶表彰「あいさつ・読書標語」「新  
型コロナウイルスに負けないぞ川柳」

▶大会宣言

▶講演 一人ひとりがみんなたい  
せつ～本を読むこと考えること～  
講師 児童文学作家 くすのきしげのり  
※家読講演会と共催の講演です。

申し込み方法 電話、FAX、電子  
申請システムいずれかで申し込み  
ください。

申込期限 8月26日(金)

※手話通訳や車いすなどのお手伝  
いが必要な人は、8月19日(金)ま  
でにお申し込みください。

☎問 スポーツ・生涯学習課

☎ 58-0186 FAX 24-3954



電子申請システム

### 新型コロナウイルス感染症対策に伴うイベントなどの中止・延期情報

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、中止・延期を決めたイベントな  
どをお知らせします。このほかにも中止や延期、変更になる場合がありますので、  
ご了承ください。

	開催日	イベント名	問い合わせ先
中止	8月14日(日)	第57回全日本大学選抜相撲十和田大会	☎全日本大学選抜相撲 十和田大会実行委員会 ☎ 58-0187
	8月15日(月)	第71回全国高校相撲十和田大会	☎全国高校相撲十和田 大会実行委員会 ☎ 58-0187
	8月23日(火)	第2回十和田市民「あんしん生活活 用講座」	☎医療介護相談支援セ ンター(中央病院内) ☎ 23-5121
	8月24日(水)	市立中央病院「市民健やかゼミナ ール」	☎中央病院業務課 ☎ 23-5121

	変更内容	問い合わせ先
延期	8月3日(水)に予定していた、十和田市いのちを守る 運動月間「令和4年度安全安心なまちづくり総決起 大会」を延期します。新しい日程については決まり 次第お知らせします。	☎まちづくり支援課 ☎ 51-6777

【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 ☎ 51-6702

## 移住ポータルサイト「日々コレ十和田ナリ」

- ・十和田市の魅力や暮らしの情報を発信
- ・移住者インタビュー随時更新
- ・移住支援情報を掲載
- ・十和田市の風景が楽しめる画像を毎月更新

# This Cherished Life.

It's a pleasure to meet you. And Welcome back.

あなたらしい暮らしがここ「とわだ」にあります。







## 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。

十和田市ソフトバレーボール大会  
参加チーム募集

市民ひとりスポーツの秋、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9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  
(いずれも1チーム4～8人)

**参加費** 2,000円

**申し込み方法** 競技種目、チーム名、監督名、選手の氏名、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(月)～9月26日(月)

**申込** 川村 FAX 23-5828

## 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23日(火)～26日(金)

①午前10時30分～正午

②午後7時～8時30分

**ところ** 志道館

**対象** 弓道経験者(高校生以下を除く)  
※弓具は貸し出しますが持っている人は持参ください。

**定員** ①②いずれも5人まで

**申込期限** 8月16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

十和田市の魅力を音楽で発信！  
楽器演奏者募集

本市をPRする音楽を制作します。十和田愛を表現した楽曲を演奏する演奏者を募集しますので、詳しくは特設ホームページをご覧ください。

**申込期限** 8月31日(木)まで

**申込** 特設ホームページ

<https://towakomyu.com/music2022>

**申込** インバウンド十和田・米内山

☎ 090-6451-6910

メール info@inbound-towada.jp

とわだわくわく子育て講座  
参加者募集

子育ての悩みが少しでも軽くなり楽しく子育てできるよう、子どもへの関わり方を共に考える講座です。

**とき** 8月12日(金)

①午後1時30分～3時

②午後6時30分～8時

**ところ** 市民交流プラザ「トワーレ」

**対象** 幼児期から低学年の子どもを育てている保護者、子育てに関心のある人

**定員** ①②いずれも30人(先着順)

**申込期限** 8月10日(水)

**申込** とわだわくわく子育て応援隊・岡山

☎ 090-2953-1098

(受付時間：午前8時～午後7時)

全日本柔道少年団十和田市分団  
団員募集

小・中学生の初心者大募集！柔道で体を動かして、一緒に汗を流しませんか。

**とき** 毎週火、水、金曜日

午後6時30分～8時

**ところ** 志道館

**対象** 市内在住の幼児(年長)～中学生

**費用** 12,000円(年会費・保険料含む)

**持ち物** 運動できる服装、タオル、飲み物

※入団後、道着を購入してもらいます。

※直接会場へお越しください。

**申込** 全日本柔道少年団十和田市分団・沢内

☎ 090-1068-8019

## 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。後期からの申し込みも受け付けています。

**とき** 8月25日(木)～10月27日(木)

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24日(水)

**申込** 十和田市卓球協会・三浦

☎ 090-2273-1423

## 語りの会「こま草」会員募集

保育園、小学校、図書館で「おはなしのゆうびん屋さん」というお話し会を行うボランティア団体です。私たちと一緒に読み聞かせの活動をしませんか？初心者大歓迎です。

**とき** 月1、2回程度、日中に活動します。

**ところ** 市内の保育園、小学校、市民図書館

**対象** 絵本、紙芝居が好きな人、子どもに読み聞かせをしてみたい人

**費用** 1,000円(年会費)

※活動する曜日についてはお問い合わせください。

**申込** 語りの会「こま草」・阿部

☎ 080-6036-6355

## 夏休み親子囲碁教室

囲碁を通して、子どもの健全な成長と、伝統文化への興味関心の育成へ役立てませんか。

**とき** 8月7日(日)～9日(火)、11日(木)

午前9時30分～11時30分

**ところ** 市民交流プラザ「トワーレ」

**対象** 市内の小学生(初心者)とその保護者

**参加条件** 次の①②の両方に該当する人  
①囲碁教室の初日に親子で受講できること

②小学生が4日間出席できること

**申込** 日本棋院十和田支部長・東山

☎ 090-5595-4238

平和の心を育てるつどい  
～ウクライナから平和を考える～

8月6日はヒロシマに原爆が投下された日です。今、ロシアの侵攻により戦火の中で苦しむウクライナ。一日も早い平和を願い、私たちにできることは何か語り合ひましょう。

**とき** 8月6日(土)

午前10時～11時30分

**ところ** 桜の広場

※直接会場へお越しください。

※参加者には、折り紙の千支のトラ、金魚ねぶたを差し上げます。

**申込** I(アイ)女性会議十和田支部

☎ 22-1519



# 夏のイベント

もっと夏を楽しもう!

## ～十和田湖にもやってくる?～ 「外来種と在来種」

十和田湖周辺で確認されている外来生物の種類やその影響力について、パネルや写真などで紹介しています。  
とき 開催中～9月19日(月)  
午前9時～午後4時30分  
ところ 十和田ビジターセンター  
〒十和田ビジターセンター  
運営協議会 ☎ 75-1016

## 第58回十和田市児童生徒 発明くふう展作品募集



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25日(木)～9月2日(金)  
▶展示期間 9月9日(金)～11日(日)  
午前9時30分～午後6時  
▶展示場所 市民交流プラザ「タワーレ」  
〒南コミュニティセンター  
☎ 22-4416

## 第39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22日(月)  
〒十和田市発明協会事務局(商工観光課内) ☎ 51-6773

## 第7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。夏休みの自由研究は「調べる学習」にチャレンジしてみよう。

対象 市内の小学生  
申し込み方法 図書館に備え付け、または図書館ホームページからダウンロードした応募用紙に必要事項を記入の上、郵送か持参により申し込みください。

申込期限 9月15日(木)必着  
※テーマは自由です。作品のサイズはB4サイズまで、ページは1ページ以上50ページ以内です。  
※後日、審査を行い、表彰します。また、参加者全員に参加賞を差し上げます。

〒市民図書館 ☎ 23-7808

## 学芸員による 企画展ギャラリートーク

とき 8月7日(日) 午後1時～2時  
定員 10人(事前予約制・先着順)  
集合場所 現代美術館エントランス  
※企画展のチケットが必要です。  
〒現代美術館 ☎ 20-1127

## プラネタリウム特別企画 「宇宙劇場へようこそ」

■第2回「お月見を楽しもう」  
プラネタリウムを使った秋の星空案内で、お月見の歴史や楽しみ方について解説します。

講話終了後には、屋外でお月見観望会も行います(雨天・曇天の場合は中止)。

とき 8月21日(日) 午後6時～8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 8月1日(月)～18日(木)  
〒スポーツ・生涯学習課 ☎ 58-0184  
FAX 24-3954



## 夏のおはなし会



絵本の読み聞かせや紙芝居など「おはなし会」を楽しみませんか。  
とき 8月7日(日)  
午前10時30分～11時30分  
ところ 市民図書館 多目的研修室  
対象 幼児、小学生  
※(特)十和田NPO子どもセンター・ハピタの協力により実施します。  
〒市民図書館 ☎ 23-7808

## 稲生川灯ろう流し



家内安全・商売繁盛・合格祈願などの願いを託して灯ろうを流します。

自作の灯ろうでの参加もできます。  
とき 8月16日(火) 午後7時～  
ところ 稲生川第一西裏橋

### 料金

▶紙灯ろう 700円(当日、会場でも販売をします。)

▶船型灯ろう(小) 1,500円

▶船型灯ろう(大) 2,000円

※船型灯ろうは在庫がなくなり次第販売を終了します。

※船型灯ろうは事前に予約が必要です。

※船型灯ろうは名入れもできます(別途200円かかります)。

〒太素顕彰会事務局(十和田商工会議所内) ☎ 24-1111

## 「水の中をのぞいてみたら」 参加者募集



とき 8月20日(土)  
午前9時～11時30分

定員 40人(先着順)

持ち物 バケツや虫かご、網、飲み物、帽子、長靴

集合場所 東コミュニティセンター

申込期間 8月1日(月)～9日(火)

※雨天時は屋内で学習会を行います。  
※汚れてもいい服装(虫よけのため、できるだけ明るい色のもの)でご参加ください。

〒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





『遊ぶ』をテーマにした本を紹介します！

暑い夏がやってきました！

夏の遊びはお出掛けやアウトドアはもちろんですが、涼しい室内でゆっくり読書というのはいかがでしょうか？忙しい毎日から少し離れて、リフレッシュできるかもしれませんよ。



## 【一般書】

### 定年後の遊び方 心理学からのアプローチ

毎日新聞出版  
赤井 誠生 || 著

驚きで遊ぶ、曖昧さで遊ぶ、変化で遊ぶ、勝手な目標を立てて遊ぶ…。定年後に「何をすればいいのかわからない」という漠然とした不安がある人に向けて、心理学的知識を用いながら、人生後半戦の楽しみ方・遊び方を具体的に紹介する。



## 【児童書】

### かこさとし あそびずかん なつのまき

小峰書店  
かこ さとし || 文・絵

幼い子どもでも簡単・手軽にできる遊びを、絵と言葉でやさしくつづる。なつのまきは、草花遊びや魚取りなど夏の遊びを豊富に紹介。工作やせっせっせ、絵かき遊びなどの室内遊びも収録。見返しにことばつなぎあり。



### 比べて楽しい国語辞書 ディープな読み方

河出書房新社  
ながさわ || 著

Aの辞書に出ていることばがBの辞書にないのは？かつて載っていたことばがいつのまにか消えてしまった理由は？国語辞書16点を徹底的に引き比べ、時代とともに進化する辞書の選び方、楽しみ方、つきあい方を楽しく紹介。



### くまごろうとちゅうたのあそびえほん いっしょにやってみよう！

童心社  
こが ようこ || 構成・ことば  
馬場のぼる || 絵

くまごろうとちゅうたといっしょに、へんてこ遊びに出かけよう！くまごろうの帽子はどこ？同じポーズのあひるさんはどれとどれ？絵探し、なかま探し、迷路など、いろいろな遊びを楽しみながら読める絵本。



### とことんあそぶく とことんエノコログサあそび

チャイルド社  
小松 つよし || 著

エノコログサでつくるおもちゃの基本的な結び方とオリジナルな作例を、作り方の写真やあそび方などとともに紹介する。子どもに作り方を伝えるときのポイントや保存の仕方、エノコログサ基礎知識も掲載。



### のぞいてごらんおとぎのせかい

フレーベル館  
青山 邦彦 || 作

おとぎの世界に行ってみよう！ジャックと豆の木、シンデレラなど7つのおとぎばなしを、1枚の絵の中に精緻に再現。おとぎばなしにでてくるお城や家のなかがどうなっているのかわかる。おはなし、さがし絵付き。



- ❖ 各コミュニティセンターでも、新しい本を用意していますので、気軽にご利用ください。
- ❖ 市民図書館では、法令や判例、法関連の文献情報などを検索できるデータベースが利用できます。詳しくはお問い合わせください。



# ほけんのページ

## 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	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	9日(火) ※バスタオル持参	保健センター 問健康増進課 ☎51-6792
◆1歳6か月児健診 対象者には個別通知します	17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。	18日(木)	
◆3歳児健診 対象者には個別通知します	16日(火)	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	25日(木)14:00~ ※18日(木)までに要予約	
◆ほっとマミーサロン 妊娠を考えている女性 妊婦や生後8カ月までの乳児をもつお母さんと家族	◆骨盤ケア・親子ふれあい遊び 8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 「トワレ」 問健康増進課 ☎51-6797
◆パパママ教室 生後2カ月以降の乳児をもつお母さんとその家族	◆産後コース 21日(日) 9:30~11:30	

※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、翌日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	3日(水) 14:00~15:00 ※相談日の2日前までに要予約	保健センター 問健康増進課 ☎51-6791
◆栄養相談 栄養・食生活に関する相談を希望する人	4日(木) 9:30~10:20~ 11:10~13:15~ 14:05~14:55~ ※2日(火)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	17日(水) 14:00~15:00 ※12日(金)までに要予約	市役所本館2階会議室1 問高齢介護課 ☎51-6720
◆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	24日(水)※要予約 9:00~11:30	上十三保健所 問☎23-4261
◆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	
◆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	17日(水) ※要予約 13:00~14:00	
◆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	

(※)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。

### 第1回さわやか健康講座

「精神疾患、精神障がいってなんだろう」

とき 8月30日(火)  
午後1時30分~3時30分

ところ 保健センター

講師 地域活動支援センター  
アSENDハウス 高橋 孝明 センター長

定員 80人(先着順)

申し込み方法 電話または保健センターへ直接申し込みください。

申込期限 8月29日(月)

※講話前にボランティア団体「こころの会」による紙芝居を行います。

※健康とわだポイントラリーカードをお持ちの人は持参ください。

問健康増進課☎51-6791



### ●献血のお知らせ

問健康増進課☎51-6790

実施予定日	時間	場所
3日(水)	10:00~12:00	青森県十和田合同庁舎
	13:30~16:00	J A十和田おいらせ本店
7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	
19日(金)	10:00~12:00	十和田市役所
	13:30~16:00	

### 4つのポイントで予防！家庭での食中毒

問上十三保健所☎23-4261

#### Point 1 予防の基本は手洗い！



調理や食事の前、トイレやおむつ交換、動物を触った後は、消毒効果のある手洗い用洗剤でよく手を洗いましょう。

#### Point 2 肉はよく焼いて食べる！



生肉や生焼けの肉には細菌が付いていることがあるため、肉を調理する器具は他の食材のものと分け、しっかりと火を通してから食べましょう。

#### Point 3 テイクアウトは早めに食べる！



テイクアウトした食べ物は、購入してから食べるまでの時間が長くなりがちです。購入後はすぐに食べてしまうか、冷蔵庫で保管するなど長時間常温で放置しないようにしましょう。

#### Point 4 フグ毒や有毒植物に注意！



フグの処理には専門的な知識と技術が必要です。釣ったり人からもらったりしたフグは、絶対に食べないでください。

食用かどうか確実に判断できないキノコや山野草は「採らない・食べない・人にあげない・売らない」を心掛けましょう。





# 8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	1日(月)・15日(月) 13:00～15:00 1日は西コミュニティセンターでも開催
◆人権相談 いじめや差別、家庭内や隣近所とのめめことなどの相談	12日(金)・26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	24日(水) 13:00～16:00 ※17日(水)午前9時から予約受け付け開始
◆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) 10:00～16:00 ※9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	9日(火)、23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 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。  
申問まちづくり支援課 ☎ 51-6777

内容	とき
◆出張年金相談 年金の無料相談	25日(木) 10:00～15:00 ※要予約(先着順) (次回は9月22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

## 8月31日(水)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・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

### 市税の納付は、便利で確実な口座振替をお勧めします

納税通知書、通帳・届出印を持参の上、市内金融機関(青森銀行は本店・全国各支店)、全国のゆうちょ銀行・郵便局、市役所収納課のいずれかで申し込みください。

☎収納課 ☎ 51-6762

### 8月10日(水)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。

～市民無料デーで合わせて開催～

#### 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)

☎現代美術館 ☎ 20-1127

# その他の催し

<>…開始時間

1日(月)	▶相馬賢二・油彩展(31日まで)～市民文化センター(☎相馬 ☎ 090-7520-0204)
4日(木)	▶市民カレッジ第4講座「コロナウイルスとは?～研究者の立場から～」<18:30>～市民文化センター(要予約)(☎スポーツ・生涯学習課 ☎ 58-0184)
6日(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(☎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) ▶お話し会十和田「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)
8日(月)	▶SMILE大作戦!<18:30>～市民文化センター(自由席)(☎青森山田中学高等学校 ☎ 017-739-2001)
10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)
17日(水)	▶おしゃべりサロン「クローバー」<①10:00・②13:30>～市民交流プラザ「タワーレ」(☎健康増進課 ☎ 51-6791)
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 ☎ 23-7808)
26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「タワーレ」(前日までの予約)(☎健康増進課 ☎ 51-6791)
27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 ☎ 51-6791) ▶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)

## 手話を覚えよう(第14回)

今月の手話は「痛い」です。



手のひらを上に向けて全部の指を少し曲げ、左右に揺らします。痛そうな表情が大事です。痛い場所の近くで手を動かします。

### バスの車内事故防止にご協力ください

- ▶扉が開いてから席を立ちましょう。
- ▶席に座れないときは、つり革や握り棒にしっかりとつかまりましょう。

☎(公社)青森県バス協会 ☎ 017-739-0571



### 休日当番医

☎健康増進課 ☎ 51-6790

7日(日)	十和田東病院(三本木字里ノ沢1-247)	☎ 22-5252
11日(木)	十和田北クリニック(元町東五丁目8-54)	☎ 21-3741
14日(日)	十和田第一病院(東三番町10-70)	☎ 22-5511
21日(日)	とわだ耳鼻いんこう科医院(西十一番町22-11)	☎ 25-3341
28日(日)	のづき内科小児科クリニック(東十二番町14-30)	☎ 20-1880

▶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。



# 十和田市夏まつり 第65回 花火大会

ライブ配信開始 午後6時30分～  
打ち上げ開始 午後7時10分～  
打ち上げ場所 中央公園緑地

☎ 十和田商工会議所 ☎ 24-1111

## 8/14 日

※悪天候の場合は翌日、翌日も悪天候の場合は17日(日)に順延します。

第238号 令和4年8月1日発行  
編集・発行 十和田市総務部総務課

〒034-8615 十和田市西十二番町6番1号  
☎ 0176-51-6702 FAX 0176-22-5100

ホームページ <https://www.city.towada.lg.jp/>  
胸らん情報メール [QRコードを読み取り空メール送信](mailto:QRコードを読み取り空メール送信)

### 新型コロナウイルス感染症対策

無観客  
開催

無観客での開催とし、陸上競技場の観覧席は設けず、官庁街通りの一部は立ち入り禁止とします。

当日は、花火の映像を無料でライブ配信しますので、ご自宅でお楽しみください。

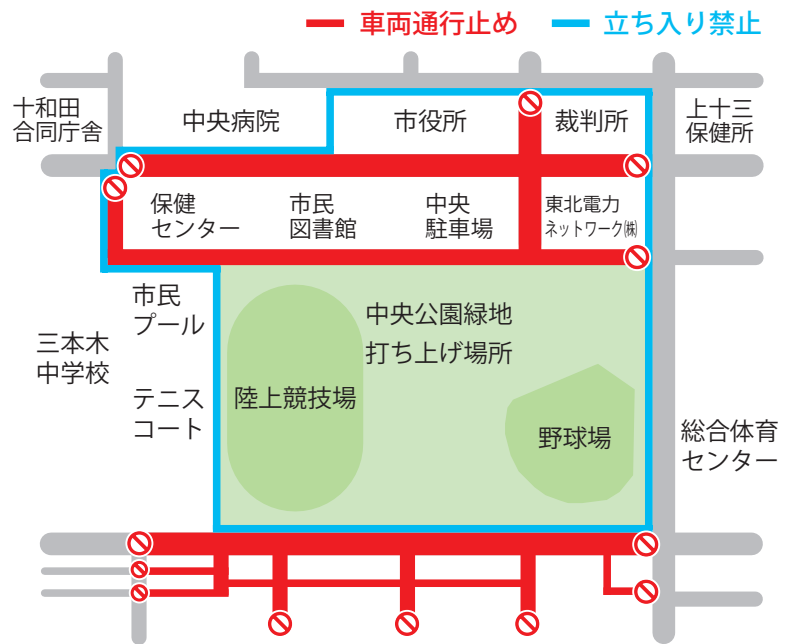
露店などの出店はありません。



◀ライブ配信など詳しくはこちらからご確認ください。

十和田市花火大会 検索

### 立ち入り禁止・交通規制 午後6時～8時30分



◆花火大会開催日は、立ち入り禁止区域内のため 市民図書館は午後5時で閉館します。

### 清掃ボランティア募集



◆花火大会の翌日午前6時から、会場周辺のごみ拾いを行います。(1時間程度)

◆ご協力いただける人は、マスク着用の上、陸上競技場国旗掲揚台前にお集りください。

人口と世帯	区分	人・世帯数	前月比	前年比
令和4年6月末現在	人口	59,193人	-27人	-657人
	男	28,367人	-30人	-341人
	女	30,826人	0人	-316人
	世帯	28,049世帯	+27世帯	+88世帯



◆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

利用方法 QRコードを読み込み、アプリ「とわだ子育てアプリ」をインストールする。

