

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田



とわだ 3

No. 245

2023



広報とわだ 目次

- 2 3月1日からスタート！
各種証明書がコンビニなどで取得できます
- 6 男女共同参画市民情報誌 ゆっパル第45号
- 12 お知らせ
- 22 まちの魅力を再発見 市民図書館

第31回十和田市伝統芸能まつり

(2月12日(日)／市民文化センター)

3年ぶりに開催された伝統芸能まつりでは、歴史と文化の継承のため、市内に伝わる県・市指定文化財の伝統芸能(神楽、獅子舞、駒踊、鶏舞)が披露されました。

(写真は藤島獅子舞保存会「権現舞」)

3月1日からスタート!

各種証明書がコンビニなどで取得できます

課税証明書以外のことについて☎市民課☎51-6755 課税証明書について☎税務課☎51-6765

マイナンバーカードを使って、コンビニエンスストアなどに設置してあるマルチコピー機から、住民票の写しなどの証明書が取得できる「コンビニ交付サービス」が始まりました。

マイナンバーカードをお持ちの方はぜひご利用ください。



窓口の混雑を避けて手続きできます
仕事帰りや休日にも取得できます

利用できる時間
6:30~23:00
(各店舗の営業時間内)
※12月29日~1月3日、機器メンテナンス日を除く。

いつでも!
土・日曜日や休日、夜間など、市役所が閉庁しているときでも取得できます。

どこでも!
コンビニエンスストアなど、対応している全国のお店で取得できます。

書かない!
申請書の記入が不要です。タッチパネルの操作だけで手続きできます。

窓口よりもお得!
窓口での交付よりも手数料が200円お得です。
※令和6年3月31日まで。

取得できる証明書

証明書の種類	コンビニ交付サービス	市役所窓口
住民票の写し ※1	100円	300円
印鑑登録証明書 ※2	100円	300円
戸籍謄(抄)本 ※3	250円	450円
戸籍の附票の写し ※3	100円	300円
課税証明書 ※4	100円	300円

- ※1 本人および同世帯員の住民票の写しが取得できます。住民登録が他市区町村にある人はサービスの対象外です。
- ※2 本人の印鑑登録証明書が取得できます。住民登録が他市区町村にある人はサービスの対象外です。
- ※3 本人および同一戸籍に記載されている人の証明書が取得できます。証明書の発行のために事前手続きが必要な場合があります。本籍地が他市区町村にある人はサービスの対象外です。
- ※4 本人の課税証明書が取得できます(最新年度のみ)。住民登録および課税地が他市区町村の場合はサービスの対象外です。

利用方法

▶マルチコピー機のタッチパネルを操作し、マイナンバーカードを読み込んで各種証明書を取得します。詳しい使い方は、地方公共団体情報システム機構(J-LIS)のホームページで案内しています。

J-LIS コンビニ交付 検索

ホームページはこちらから▶

利用できる店舗

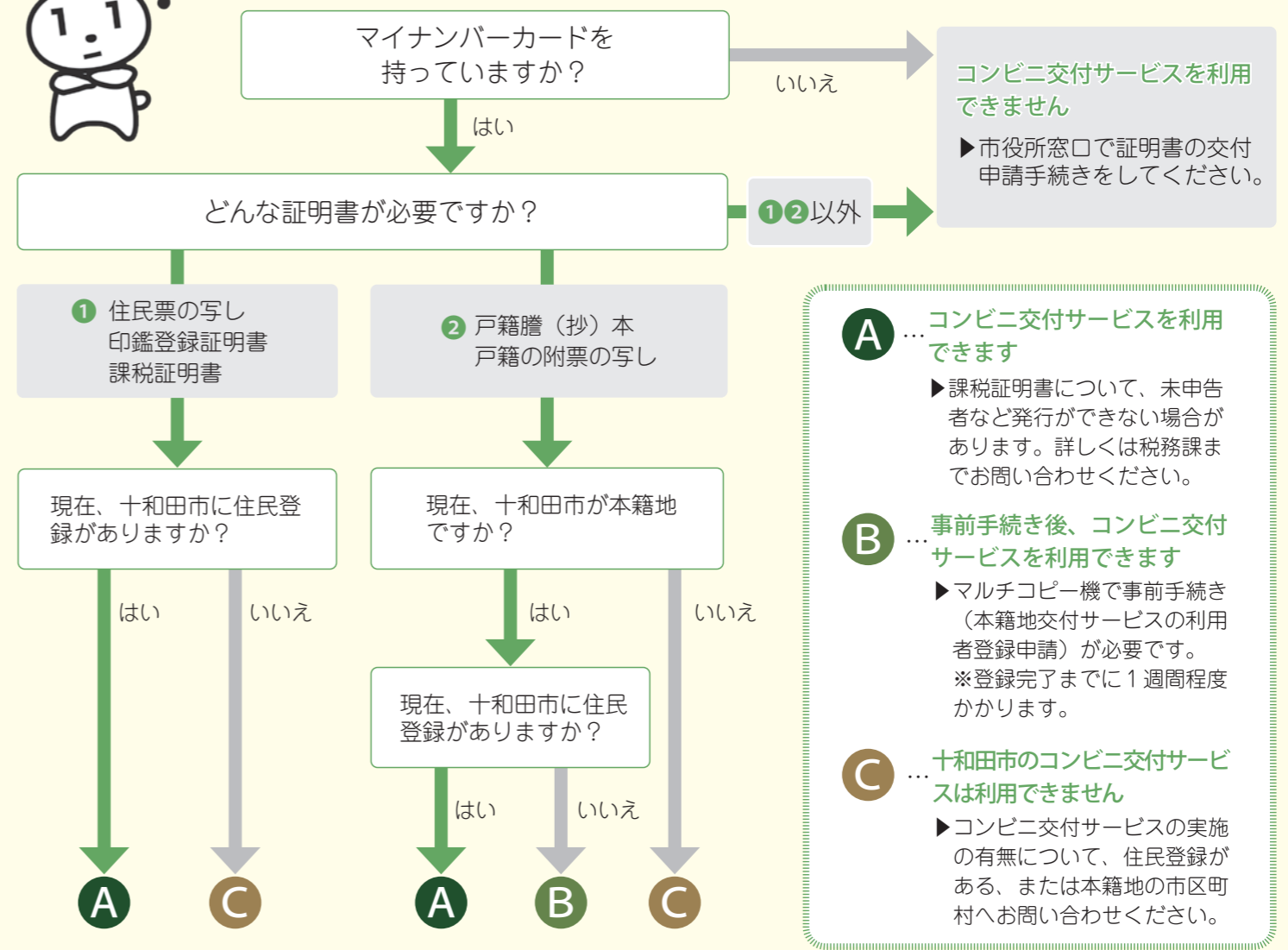
▶マルチコピー機が設置してあるコンビニエンスストアやスーパーマーケット(セブン・イレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップ、ユニバース、マックスバリュなど)

スムーズな「コンビニ交付サービス」の利用のためにマイナンバーカードの電子証明書の有効期限や暗証番号の確認をお願いします

- ▶電子証明書には有効期限があります(有効期限の3カ月前から更新手続きができます)。
- ▶マルチコピー機の操作をする際に暗証番号(4桁数字、利用者証明用電子証明書)の入力が必要です。
- ▶電子証明書の更新や暗証番号などについて詳しくは、市民課までお問い合わせください。



「コンビニ交付サービス」が利用できるか確認してみましょう



マイナンバーカードに関する手続き

☎市民課☎51-6755

■マイナンバーカード臨時窓口

要予約 **マイナンバーカードの受け取り**
とき 3月12日(日)、19日(日) 午前8時30分~午後1時
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)
定員 各日80人程度(先着順)
予約方法 電話または窓口(代理人可)
 ※予約時に希望時間、来庁予定者の氏名などを確認します。
 ※マイナポイントの申し込みをする人はキャッシュレス決済サービスの情報、口座情報が分かるものが必要です。

予約不要 **顔写真撮影(無料)**
マイナンバーカードの申請サポート
 ※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出張申請

とき	ところ
3月6日(月)~10日(金) 11:00~15:00	イオンスーパーセンター十和田店
3月13日(月)~17日(金) 11:00~15:00	ユニバース十和田東店
3月16日(木) 14:30~16:00	スーパーカケモ西金崎店(駐車場)

臨時窓口、出張申請いずれも必要な物 本人確認書類(免許証、または保険証と診察券の2点など)
 ※本人確認書類をお持ちでない場合は受け付けできません。
 ※15歳未満の人は同じ世帯の法定代理人も同伴してください。
 ※当日は他の業務は行いません。

～生きていることがつらいなら「つらい」と声を上げてもいい～

体や心の病気、介護や看護疲れ、人間関係のトラブル、失業、生活苦など、不安で押しつぶされそうになっているのであれば、独りで抱え込まずに誰かに話してみませんか。



ここからだのセルフチェック (PHQ-9※)

※PHQ-9とは、うつ病の診断などで用いられる9つの質問項目です。

- 物事に対してほとんど興味がなく、または楽しめない
- 気分が落ち込み、憂うつになる、または絶望的な気持ちになる
- 寝つきが悪い、途中で目が覚める、または逆に眠りすぎる
- 疲れた感じがする、または気力がない
- あまり食欲がない、または食べ過ぎる
- 自分はダメな人間だ、人生の敗北者だと気に病む、または自分自身あるいは家族に申し訳ないと感じる
- 新聞を読む、またはテレビを見ることなどに集中することが難しい
- 他人が気づくぐらいに動きや話し方が遅くなる、あるいはこれと反対に、そわそわしたり、落ち着かず、普段より動き回ることがある
- 死んだほうがまだ、あるいは自分を何らかの方法で傷つけようと思ったことがある



このような状態が一つでも当てはまり、2週間以上続いているようであれば保健師に相談してください。

市にはあなたの話を聴いてくれるボランティア団体があります

※各団体の情報は「広報とわだ」の「その他の催し(今号は21ページ)」に毎月掲載しています。



話しのサロン・こころの広場「ルピナス」

とき 毎月第2・4土曜日 午前10時～正午
ところ 市民交流プラザ「タワーレ」

悩みを抱えている人、話をしたい人など、どなたでもお越しください。個別相談にも応じています。

おしゃべりサロン「クローバー」

とき 月1回(水曜日)
午前10時～正午、午後1時30分～3時30分
ところ 市民交流プラザ「タワーレ」

おしゃべりを通してコミュニケーションをしたい人、話し相手を求めている人は気軽にお越しください。

こころのふれあいサロン「おあしす」

とき 毎月第1土曜日 午前10時～正午
ところ 市民文化センター

誰もがホッとできる場所です。気軽に寄って悩みを話してみませんか。

特定非営利法人スマイルラボ

「大人のしゃべり場」
～繊細さん鈍感さんあつまれ!～

とき 毎月第3金曜日 午後6時30分～8時30分
ところ 市民交流プラザ「タワーレ」
※参加費300円(飲み物代)

周りの人と話をしても、好きなことをしていても、気楽に居られる場所作りを目指しています。

精神障がい者家族会「とわだ家族会」

とき 毎月第2金曜日 午前10時～正午
ところ 市民交流プラザ「タワーレ」
※入会希望者：年会費3,000円

精神疾患がある人を身内に抱える家族が集まり、悩みを語り、互いに励まし合い、病気や制度などを学びながら、家族が元気になれる会です。

思い切って誰かを頼る勇気をあなたに!

あなたの悩みや不安、理由のない苛立ち、あなたの頑張りが足りないからでも心が弱いからでもありません。独りで抱え込まず、誰かに話すことで気持ちが楽になったり、解決の糸口が見つかったりするかもしれません。

さまざまな悩みに応じた相談窓口を掲載した「**十和田市相談窓口ガイドブック**」を市役所や公共施設などに設置していますので、ご活用ください。



▲ガイドブックはこちらからもご覧いただけます



選挙管理委員会事務局 ☎51-6778

投票所一覧

投票区	投票所
1	市民交流プラザ「タワーレ」(展示室)
2	東小稲会館
3	三本木小学校(体育館)
4	十和田中学校(拓心館)
5	十和田商工会館
6	北園小学校(仲よし会)
7	みどり会館
8	保健センター
9	西十四番町会館(旭町会館)
10	南コミュニティセンター
11	ちとせ小学校(仲よし会)
12	井戸頭団地集会所
13	一本木沢会館
14	東コミュニティセンター
15	稲吉集会所
16	八郷会館
17	中矢コミュニティセンター
18	赤沼会館
19	下切田構造改善センター
20	関口生活センター
21	夏間木地区会館
22	晴山公民館
23	深持ふれあいセンター
24	中村集会所
25	羽立福祉館
26	洞内和徳館
27	立崎公民館
28	牛鍵公民館
29	東栄会館
30	学習等供用施設高清水地区館
31	六日町生活改善センター
32	藤坂小学校(仲よし会)
33	藤島会館
34	伝法寺地区農村会館
35	米田地区集落総合センター
36	館集会所
37	平山集会所
38	月日山林業会館
39	十和田湖観光交流センター「ぶらっと」
40	十和田湖小学校・十和田湖中学校
41	市民の家
42	大畑野生活改善センター
43	西コミュニティセンター
44	段新集会所
45	農村交流施設沢田悠学館

投票日当日の投票時間 午前7時～午後8時

※第39投票区、第40投票区は午前7時～午後6時です。

選挙権のある人

平成17年4月10日以前に生まれた人で、令和4年12月30日以前に本市に転入の届け出をし、引き続き本市に住所を有する人。

投票の仕方

候補者の氏名を書く「自書式」です。けが、病気などにより候補者の氏名を書くことができない人は、代理記載の方法で投票ができます。また、点字による投票もできますので、投票所でお申し出ください。

投票所入場券(はがき)

入場券は告示日の3月31日(金)以降に郵送します。投票(期日前投票を含む)をするときにお持ちください。※入場券がない場合も投票できます。

期日前投票 ※期間：4月1日(土)～8日(土)

投票日当日、仕事や冠婚葬祭、買い物や旅行などの私用、病気やけが、妊娠などの理由で投票できない人は、期日前投票をすることができます。

期日前投票所	期日前投票時間
市役所別館5階	午前8時30分～午後8時
西コミュニティセンター	午前10時～午後7時
市民交流プラザ「タワーレ」	
イオンスーパーセンター十和田店	

不在者投票・特例郵便等投票 ※投票用紙の請求期限：4月5日(水)

▶不在者投票

出稼ぎなどのため他市区町村に滞在している人、指定病院に入院している人、指定保護施設に入所している人などは不在者投票ができます。

また、身体に重度の障害がある人や介護保険法上の要介護状態区分が要介護5の人は、郵便などによる不在者投票ができます。詳しくはお問い合わせください。

▶特例郵便等投票

新型コロナウイルス感染症で宿泊・自宅療養をしている人は、郵便などによる投票ができます。詳しくはお問い合わせください。

開票

とき 4月9日(日) 午後9時10分～
ところ 総合体育センター

※参観は、十和田市選挙人名簿に登録され、選挙管理委員会が発行する参観券を持つ人ができます。

※参観券の発行は、当日会場で午後9時から受け付けます(先着50人)。

県内他市町村へ転出する予定の人へ

3月17日以降に県内の他市町村へ転出し、転出先の選挙人名簿に登録されていない人は、転出先で「引き続き住所を有する旨の証明書」を発行してもらい、投票所で提示するか、投票所において口頭で申請することで投票できます(期日前・不在者投票の場合も同様です)。

新型コロナウイルス感染防止対策

▶消毒液の設置、記載台の定期的な消毒などを実施します。

▶手指消毒などの感染防止対策をお願いします。

※立候補の状況によっては、無投票となる場合があります。

子ども服を通して、子育てを考える

「どうぞの気持ち」を次の人へ

子ども服の「次の行き先」について、皆さんはどのように考えますか。「まだ着られるのに処分するのはもったいない」「誰かに着てもらいたいけれど貰い手がない」など、「次」に進むまでにはさまざまな思いや悩みがあるようです。

今号では、着なくなった子ども服を次の人へ譲り渡すイベント「おさがり交換会～どうぞの服～」を主催している、「親子でゲーム会」の竹ヶ原 香織代表へお話を伺いました。

Interview



親子でゲーム会 竹ヶ原 香織 代表

「子育てをもっと楽しく」をテーマに、令和4年6月に親子と一緒にアナログゲームを楽しむ体験会「親子でゲーム会」を立ち上げる。同年10月からは、体験会と一緒に「おさがり交換会～どうぞの服～」を開催している。

2人の子どもを育てる母親でもあり、農業に従事しながら、同会の代表を務めている。

Q.「おさがり交換会～どうぞの服～」を始めたきっかけを教えてください。

今までは、服を販売しているお店のリサイクル回収や、インターネットを利用した回収サービス、市の衣類回収などを利用してきましたが、回収された服は海外向けに利用されるか、工業製品として利用されていることを知り、「もっと身近で必要としている人に、服を届けられたらいいのに」という思いを抱くようになりました。

そんな折、「十和田子ども食堂実行委員会」さんがテレビで特集されているのを見て、「子どものために、おさがりの場も必要なのではないかな。やってみようかな」と思ったことが行動を起こすきっかけでした。



服のサイズ表示のポップは竹ヶ原さんのお子さん作

Q.「どうぞの服」の名前の由来は何ですか？

このイベントでは「どうぞのいす」と「ライフ」という二つの絵本の世界を体現できたらいいと考えています。おさがりを通して、一人一人の「どうぞの気持ち」が、次の人へつながって、また次の人へつながっていくような、温かいイベントにしていきたいと考えています。



ゆっパルの由来

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

十和田市男女共同参画市民情報誌「ゆっパル」編集委員によるコーナーです。



過去のイベントの様子

Q.服の回収を、市内のお店「絵本とサンポ」と「Book & Space 旅空間」でも行っていますが、お店での回収を行うことになった経緯を教えてください。

どちらのお店とも、おさがり交換会を始める前から交流があり、イベントの相談をする中で、服の回収や情報の告知にご協力いただけることになりました。おかげで、お店のお客さんだけでなく、お客さんの友人など身近な人へも伝えてもらうことができ、現在、イベント参加者の裾野が少しずつ広がってきています。

また、私自身が拠点を持たずに活動しているため、おさがり交換会について気軽に話題にできる「窓口役」をお店が担ってくれることで、私と直接つながりがない人でも、当日の会場に行きやすかったり、気軽に連絡をしてもらえたりするのではないかなとも思っています。

回収に協力しているお店



絵本とサンポ
所在地 西四番町7-52-1
営業時間 火～金曜日
午前10時～午後3時30分
※1組限定貸し切り、予約優先。



Book & Space 旅空間
～ Travel Book Store ～
所在地 東五番町1-10
営業時間 月～水曜日 午後1時～5時
毎月第2土曜日 午前10時～午後2時
※3月下旬～4月上旬は休業。

※詳しくは、各お店のホームページなどをご確認ください。

Q.今後のイベントで考えていることはありますか？

私は「子育てをもっと楽しく」を軸に活動しています。親子でゲーム会もおさがり交換会も、子育てをする中で「あったらいいな」という思いからやってみました。昨年、NPO 法人芸術と遊び創造協会が認定している「おもちゃコンサルタント」という資格を取得しました。今後は、おもちゃに関するイベントも開催したいです。

Q.これからイベントに参加する人へ、メッセージをお願いします。

十和田で同じ時代に子育てをしている者同士、地域のみみんなでちょっとずつ支え合い、子育てを少しでも楽しい方向にしていきたいと思います！

■インタビューを終えて

竹ヶ原代表の「『親子でゲーム会』をやってみよう」と動き出したことで、『やってみたいと思ったことは、とにかくやってみたらいいんだ』と思えるようになりました」という言葉と、「やればやるだけ、人とのつながりも生まれてきました。『どうぞ』でつながり、優しさが循環していくことで、今の子どもたちが大きくなってからも、子育てしやすいまちになっていたらいいな」という言葉が印象的でした。

みんなで、そんな優しさが循環するまちにしていきたいですね。

ホットな一句



◆◆ 編集後記

- 各団体やお店、個人の活動が繋がって新たな活動が生まれている様子が、とてもすてきだと思いました。(O)
- 「もったいない」は日本語だけに存在し、日本の美しい文化を表しているといえます。世界からも称賛される「もったいない」を未来に伝える大切さを学びました。(O)
- ネット化の現代だからこそ、おさがりで心を深める必要性があります。スマホや携帯から離れ、人とのつながりが大切だと思います。(K)
- 私も、人と人がつながって、やさしさが循環する街を子どもたちに手渡したいと思います。(S)
- このような活動をしている団体さんをもっと知り、つなぎ、増やし、地域全体で未来の子どもたちを育てていけたらすてきだと思いました。(M)

3月開催の おさがり交換会 ～どうぞの服～

とき 3月12日(日) 午前9時30分～正午、午後1時～4時
ところ 市民交流プラザ「タワーレ」
回収対象 サイズ80～160の子ども服

■同時開催「親子でゲーム会」

午前は予約優先、午後は予約制でボードゲーム体験会を開催(参加費がかかります)。

※服の回収条件、体験会の予約など詳しくは「親子でゲーム会」のInstagramをご覧ください。ただか、メール(oyakodegamekai.asobo.4@gmail.com)でお問い合わせください。

Instagramはこちら



身近なきょうどうさんかく

無意識の「こうだ」を考える

毎日の生活の中で、無意識に「こうだ」と思っていることはありませんか。今号では、「新生活や新年度で『こうだ』と思いがちなこと」への向き合い方について編集委員が考えました。

これから新生活を始める皆さん、新しい人を迎え入れる先輩やベテランの皆さん、身の回りにある無意識の「こうだ」について、改めて考えてみませんか。

●新年度は明るく元気にスタートしなくちゃ！

無理に頑張ってしまうと、心や体に大きな負担がかかり、後でつらい思いをしてしまうこともあります。また、周りの人へ「もっとやる気(元気)を出して!」と押し付けていないかも気を付けたいですね。

●あいさつは新入りからってホント？

「あいさつは新入りからするべきだ」と思っていないか。あいさつは本来、誰とでも分け隔てなく交わすものです。新入り、先輩、上司など関係なく、誰とでも進んであいさつし合える環境にできたらすてきですね。

編集 十和田市男女共同参画市民情報誌ゆっパル編集委員

岡崎 大輔、岡田 加寿江、木村 奈生美、新藤 幸子、村井 純麗

発行 総務課 広報男女参画係 ☎51-6702

令和5年度 会計年度任用職員を募集します

職種	1日の勤務時間	報酬	申込期限	担当課
宿日直職員	7時間45分 (月4～12日勤務)	日額7,360円～	3月10日(金)	総務課 ☎51-6705
庁舎等維持管理作業員	7時間	月額167,800円～	3月9日(木)	管財課 ☎51-6707
年金相談員	7時間	月額139,600円～	3月10日(金)	市民課 ☎51-6753
消費生活相談員	6時間	月額143,400円～	3月13日(月)	まちづくり支援課 ☎51-6777
環境整備員	7時間	月額177,800円～		まちづくり支援課 ☎51-6726
生活保護就労支援員	5時間45分	月額147,300円～	3月10日(金)	生活福祉課 ☎51-6749
生活困窮者自立相談支援員	5時間45分	月額147,300円～		
生活困窮者自立就労支援員	5時間45分	月額147,300円～		
介護認定調査員	5時間45分	月額162,200円～	3月15日(水)	高齢介護課 ☎51-6722
介護給付適正化支援相談員	7時間	月額213,200円～		高齢介護課 ☎51-6720
介護予防指導員	6時間	月額169,200円～		管理課 ☎25-4511
漏水調査員	7時間	月額139,600円～		水道課 ☎25-4515
給水装置工事指導員	7時間	月額179,300円～		下水道課 ☎25-4015
排水設備工事相談員	7時間	月額139,600円～		
市民交流プラザ管理運営員	5時間30分	月額106,500円～	3月13日(月)	まちづくり支援課 ☎51-6725
沢田悠学館管理人	7時間45分(週4日)	月額120,100円～	3月10日(金)	スポーツ・生涯学習課 ☎58-0186
少年少女発明クラブ指導員	7時間45分(週2.5日)	月額89,100円～		スポーツ・生涯学習課 ☎58-0184
民俗資料館管理人	7時間45分(週3日)	月額90,100円～		スポーツ・生涯学習課 ☎58-0187
志道館管理人	7時間	月額135,600円～	3月10日(金)	土木課 ☎51-6730
道路維持補修重機取扱作業員	7時間	月額194,600円～		
道路維持補修作業員	7時間	月額167,800円～	3月10日(金)	都市整備建築課 ☎51-6737
公園緑地等高所作業車取扱維持管理員	7時間	月額194,600円～		
公園緑地等維持管理員	7時間	月額167,800円～		

※報酬額は十和田市での勤務経験年数により決まります。

共通事項	
手当	通勤手当、期末手当の支給あり ※期末手当は、任用期間6カ月以上の場合に支給
任用期間	令和5年4月1日～令和6年3月31日 ※公園緑地等維持管理員の一部は9カ月間(4月～11月、3月)の任用となります。
提出書類	①会計年度任用職員応募用紙 ②免許証、資格証などの写し(資格要件がある職種のみ)
選考方法	面接試験
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、応募する職種の担当課に提出してください。
注意事項	応募要件、勤務場所、加入保険、面接日などは職種により異なります。必ず、募集要項を確認の上、応募してください。
その他	募集要項および応募用紙は、市役所本館1階総合案内または総務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。

3月13日(月)からマスクの着用は個人の判断が基本となります

☎新型コロナウイルス感染症特別対策室 ☎51-6790

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、これまでマスクの着用について、屋外では原則不要、屋内では着用とされてきましたが、3月13日から個人の判断に委ねられることとなります。

ただし、次のような場合には注意しましょう

**周囲の人に感染を広げないために
マスクを着用しましょう**

- ▶ 医療機関を受診する時
- ▶ 高齢者施設を訪問する時

**自身を守るために
マスク着用が効果的です**

- ▶ 混雑した電車やバスに乗車する時

**自身を守るために
マスク着用が効果的です**

- ▶ 重症化リスクの高い人が混雑した場所に行く時

**本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、
個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします**

※重症化リスクの高い人が多く生活する施設などの事業者が、利用者や従業員にマスクの着用を求めることは許容されます。

学校でのマスクの着用は卒業式を除き3月31日(金)までは従来通りです

☎指導課 ☎58-0183

**3月31日まで…卒業式以外の学校教育活動におけるマスクの着用は従来通りとします。
4月1日から…学校教育活動において、マスクの着用を求めないことを基本とします。**

【卒業式におけるマスクの着用について】

▶ 児童・生徒、教職員は基本的な感染症対策を講じた上で、マスクを外すことが基本となります。

▶ 来賓・保護者などには、マスクの着用を求めるとなります。

※新型コロナウイルス感染症や季節性インフルエンザの感染状況など、学校の実態を踏まえて卒業式が実施されます。詳しくは、各学校からの情報をご確認ください。なお、マスクを外すことを強制することはありません。



転入や転出などの手続きに係る窓口の時間延長と臨時開設を行います

時間延長 3月31日(金)、4月3日(月)、4日(火) 午後5時15分～6時
臨時開設 4月1日(土) 午前9時～午後4時

転入や転出などが増加する時期に、次の手続きについて窓口の時間延長、臨時開設を行います。時間延長、臨時開設では対応できない手続きもありますので、詳しくは担当課までお問い合わせください。

◆市民課 ☎51-6755

- ▷住民異動届の受け付け（転入・転出・転居）
- ▷戸籍届の受け付け（出生・死亡・婚姻など）
- ▷各種証明書の交付（住民票・戸籍謄（抄）本・年金現況証明など）
- ▷印鑑登録、印鑑登録証明書の交付
- ▷国民年金の資格に関する手続き
- ▷マイナンバーカードの交付

◆国民健康保険課 ☎51-6750

- ▷住民異動に伴う国民健康保険、後期高齢者医療制度の手続き

◆こども支援課 ☎51-6717

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

転出届はオンラインまたは郵送でも手続きできます。

●オンラインでの手続き

マイナンバーカードをお持ちの人は、マイナポータルからオンラインで届け出ができます。詳しくはデジタル庁ホームページをご確認ください。

●郵送での手続き

詳しくは市ホームページをご確認ください。
 ※いずれも転出届の手続き後は、別途、転入先の市区町村の窓口で転入届などの手続きが必要です。

※代理人が手続きを行う場合、委任状などの提出を求められることがあります。
 ※手続きの内容により、後日改めてお越しいただく場合があります。
 詳しくはお問い合わせください。

ご協力をお願いします



あなたの街の

法律相談

～第66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「成年年齢の引き下げ」についてです。

問まちづくり支援課 ☎51-6777

Q 令和4年4月から、成年年齢が18歳に引き下げられました。成年に達すると、未成年のときと何がかわるのですか。

A 未成年のうち、アパートを借りるときや携帯電話の契約をするなどの際に親の同意が必要でしたが、成年に達すると、親の同意を得なくても、自分の意思で契約をすることが

できるようになります。また、親権に服さなくなるため、住む場所や進学先、就職先について自分の意思で決めることができるようになります。

一方で、未成年者取消権（一旦した契約を、未成年を理由に後から取り消すこと）を行使することはできなくなり、契約に対して責任を負うこととなります。安易に契約をすること無く、慎重な判断が必要です。親としても、子どもが18歳になった後も適切なアドバイスをするなど目配りをするのが望ましいでしょう。

Q 18歳になったら、喫煙や飲酒も可能になりますか。

A 成年年齢が18歳になっても、喫煙や飲酒などの年齢制限は変わらず20歳とされています。健康面への影響や青少年保護の観点から維持されました。

Q 5年前に離婚した際、子どもの養育費の支払時期について「成年に達するまで」と合意しました。子どもは令和4年4月に成年に達しましたが、高校3年生であり大学への進学も決まっています。5月から養育費の支払いがありません。

A 養育費の合意をした時点における成年年齢が20歳であった場合、「成年に達するまで」とは「20歳に達するまで」という合意であったと言えますから、元配偶者は、お子さんが20歳になるまで養育費の支払義務を負っています。また、大学生は経済的に自立した存在ではありませんから（未成年子と見なされます）、進学する場合、20歳に達した後から大学卒業までの養育費支払いを新たに求めることも考えられます。

（文責 弁護士 花生 耕子）
 弁護士法人いずみ法律事務所
 ☎58-6558



SDGs～持続可能な社会を目指して～ Vol.13

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12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12 つくる責任つかう責任

食品や工業製品を生産するためには、大量のエネルギーや資源が必要です。世界では多くの物が生産されると同時に、多くの物が捨てられています。このままでは地球の資源が枯渇し、環境の破壊・汚染が進み、さらなる気候変動への影響も心配されています。地球の資源には限りがあり、これからも生活に必要な食品や商品を確認し、暮らすためには、私たち一人一人に物を使うときの責任が求められています。ゴール12「つくる責任つかう責任」では、大量に生産や消費をして、大量のごみを廃棄するという経済活動の悪循環を見直し、物を作ったり、使ったりするときに、資源を無駄にせず、地球環境に配慮していくことを目指しています。



達成に向けた市の取り組み

◆ごみの減量化・資源化と再利用の推進

「第4次十和田市ごみ減量行動計画」に基づき、市民・事業者との連携・協働により、生ごみの減量化や4Rの促進、食品ロス削減などの意識啓発を推進しています。

4 R

- リデュース Reduce** ごみの量を減らす
- リユース Reuse** 繰り返し使う
- リサイクル Recycle** 再利用する
- リフューズ Refuse** ごみになる物を断る

一人一人ができること

◆「4R」を意識してみよう

リデュース、リユース、リサイクル、リフューズを意識して家庭ごみを減らしましょう。

◆エシカル消費を心掛けよう

人や社会、環境に配慮した物やサービスを選んで消費することを「エシカル消費」といいます。商品やサービスを選ぶときは、機能や価格だけでなく、自然環境に優しいか、どこで作られたかなど、背景も考えるようにしましょう。

十和田市食生活改善推進委員会 おすすめレシピ Vol.12 問健康増進課 ☎51-6791

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します。

今回は **おいしく減塩！** 切り干し大根のサラダ です。



酢の酸味やごまのコクで減塩してもおいしい！

材料（4人分）

切り干し大根	20g
キュウリ	60g
玉ネギ	40g
ロースハム	20g
塩	0.5g
マヨネーズ	小さじ2
白すりごま	小さじ2
酢	小さじ1
砂糖	小さじ1
こしょう	少々

作り方

- 1 切り干し大根は熱湯をたっぷり回しかけて柔らかく戻し、水気を絞りざく切りにする。
- 2 ロースハムは細切りにする。
- 3 キュウリは千切り、玉ネギは縦薄切りにし、ボウルに入れ、塩もみをして水気を絞る。
- 4 Aの調味料を混ぜ、①～③とあえる。

●1人分の栄養価

エネルギー 57kcal、タンパク質 1.9g、脂質 3.1g、炭水化物 6.0g、食物繊維 1.6g、食塩相当量 0.3g

お知らせ

❖十和田市役所の住所
〒034-8615
十和田市西十二番町6番1号
※土・日曜日、休日は閉庁

❖市ホームページ
https://www.city.towada.lg.jp/
QRコードはこちら▶

❖お知らせの表記
☎…申込先
☎…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などについて】
催しなどに参加する場合は、新型コロナウイルス感染症などの状況に応じてマスクを着用したり、事前に各問い合わせ先に確認するなどのご対応をお願いします。

暮らし

市・県民税の申告はお早めに

市・県民税の申告期限は、3月15日(水)です。例年期限間近になると会場が混雑しますので、早めに申告を済ませるようお願いします。
申告相談をする場合は、必要書類(収支内訳書など)を、必ず整理・集計して持参ください。整理・集計をしていない場合は、整理・集計後の受け付けとなります。
☎税務課 ☎ 51-6766、51-6767

粗大ごみ、大量のごみを出すときはルールを守りましょう

▶粗大ごみ(指定のごみ袋に入らない大きさのごみ)
・ごみの収集場所には出せません。
・まだ使えるものはリサイクルショップを利用しましょう。
▷処理方法(いずれも有料)
・十和田地域広域事務組合へ自己搬入する。
※処理料:10kgごとに20円
・まちづくり支援課で事前申し込みをして収集を依頼する(屋外まで粗大ごみを搬出してください)。
※処理料:120cm以上のもの1,100円、120cm未満のもの550円
・一般廃棄物処理業許可業者へ依頼する。
▶大量のごみ
・収集場所に2、3個ずつ、数回に分けて出しましょう(大量に出すと他の人がごみを捨てられません)。
▷その他の処理方法(いずれも有料)
・十和田地域広域事務組合へ自己搬入する。
※処理料:10kgごとに20円
・一般廃棄物処理業許可業者へ依頼する。
☎まちづくり支援課 ☎ 51-6726
十和田地域広域事務組合 ☎ 28-2654



固定資産の縦覧・閲覧を受け付けします

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧と固定資産(土地・家屋・償却資産)課税台帳の閲覧により、固定資産の評価額の比較や固定資産税の課税内容を確認することができます。
■土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧
縦覧期間 4月3日(月)~5月31日(水)(土・日曜日、休日を除く)
縦覧できる人 固定資産税の納税者本人、同一世帯家族、納税管理人
※土地のみ課税されている人は土地のみ、家屋のみ課税されている人は家屋のみ縦覧可能です。
■固定資産課税台帳の閲覧
閲覧期間 通年(土・日曜日、休日を除く)
※令和5年度分は4月3日(月)から閲覧できる人 所有者本人、納税管理人
手数料 300円(4月3日(月)~5月31日(水)は無料)
◆いずれも
受付時間 午前8時30分~午後4時30分
ところ 税務課
必要な物 ▶本人確認書類(マイナンバーカード、免許証など)▶代表者印を押印した申請書または委任状(法人の代表者または委任を受けた代理人が申請する場合)▶賃貸借契約書など(借地人、借家人など)▶権利を証明する書類など(固定資産を処分する権利を有する人)
☎税務課 ☎ 51-6768(土地)、☎ 51-6769(家屋・償却資産)

妊婦健診を市外で受けた産婦さん、通院費助成の申請を忘れていませんか

市では、妊婦健診のため市外の産科医療機関に通院し、分娩した産婦さんを対象に、通院費の一部を助成しています。
令和4年度に出産した人は、3月31日までに忘れずに申請しましょう。
詳しくはお問い合わせください。
☎健康増進課 ☎ 51-6792



令和4年度十和田市出産・子育て応援給付金の申請を忘れていませんか

対象 次のいずれかに該当する人
①1月26日以降に妊娠の届け出や出生の届け出をし、面談などの支援を受けた人
②令和4年4月1日から1月25日までに出生した児童の養育者
③令和4年4月1日から1月25日までに妊娠の届け出をした妊婦
申請期限 3月31日(金)
※②③の対象者には2月中に申請書を郵送しました。
※対象と思われる人で申請書が届いていない人はお問い合わせください。
☎健康増進課 ☎ 51-6797

就学援助制度の申し込みを受け付けています

経済的な理由により学用品などの費用負担が困難な保護者を援助します。
対象 小・中学校に就学している児童・生徒の保護者で、生活保護を受けている人、またはそれに準じて生活が困窮している人
☎児童・生徒が在籍している学校 ☎教育総務課 ☎ 58-0182



60歳未満で退職する人は国民年金の加入手続きが必要です

60歳未満で会社などを退職する人や退職する人に扶養されている60歳未満の配偶者は、国民年金の加入手続きが必要です。
健康保険を任意継続する人も国民年金への切り替え(加入手続き)が必要です。
必要な物 ▶本人確認書類(マイナンバーカード、免許証など)▶マイナンバーか基礎年金番号が分かる書類(マイナンバーカード、年金手帳、基礎年金番号通知書など)▶退職したことが分かる書類(資格喪失証、離職票など)
☎市民課 ☎ 51-6753
八戸年金事務所 ☎ 0178-44-1742

女性のための女性司法書士による無料電話法律相談会

相続・成年後見・借金問題・家族間の問題など法律に関する悩みを抱えた女性のために、女性司法書士が無料で電話相談に応じます。
とき 3月4日(出) 午前10時~午後4時
電話 017-752-0440(当日の相談専用)
☎青森県司法書士会 ☎ 017-776-8398

スポーツ安全保険に加入しませんか

スポーツ・文化・ボランティア・地域活動などを行う社会教育活動(4人以上の団体)を対象とした保険です。
対象 団体活動中の事故、往復の移動中の事故(自動車事故を除く)など
補償内容 傷害保険、賠償責任保険など
掛け金 1人年額800~11,000円(活動内容、年齢などにより異なります。)
受け付け開始 3月1日(水)
※ウェブ(https://www.sportsanzen.org)からの申し込みになります。
保険期間 4月1日~1年間
☎スポーツ安全協会青森県支部 ☎ 017-718-1136

愛車の住所変更も忘れずに

毎年の軽自動車税・自動車税は、その年の4月1日現在の車検証に記載されている住所で課税されます。
住所が変わった場合は、検査協会または運輸支局で「車検証の住所の変更登録」を忘れずに行ってください。
住民票の異動手続きだけでは車検証の住所は変更されません。
☎(軽自動車税について) 税務課 ☎ 51-6765
(軽自動車の登録手続きについて) 軽自動車検査協会八戸支所 ☎ 050-3816-1832
(自動車税について) 上北地域県民局納税管理課 ☎ 22-8111(内線211~214)
(自動車の登録手続きについて) 東北運輸局青森運輸支局 ☎ 050-5540-2008
東北運輸局青森運輸支局八戸自動車検査登録事務所 ☎ 050-5540-2009



令和4年度移住・定住支援事業は3月31日(金)が締め切りです

①引越し支援補助金
主な要件 ▶令和4年4月1日以降に県外から転入していること
▶若年者(40歳未満)または子育て世帯(妊婦または18歳未満の子がいる世帯)であること
補助上限額 10万円
②住宅取得支援事業補助金
主な要件 ▶平成30年4月1日以降に市外から転入していること
▶令和5年3月31日までに新築または購入した住宅に居住していること
補助上限額 100万円
※①②いずれも、他にも要件がありますので、申請前に必ずお問い合わせください。
☎政策財政課 ☎ 51-6712



【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
今すぐアプリをダウンロード!
iPhone版
App Store からダウンロード
Android版
Google Play で手に入れよう
災害の情報をいち早くお知らせ <http://emg.yahoo.co.jp>

十和田市 安全・安心メール 駒らん情報めーる
十和田市のイベント情報、災害時の避難所の情報、気象情報などをタイムリーに携帯電話やパソコンにお届けするメール配信サービスです。登録は無料です!
★登録方法はこちら!
①左のQRコードから空メールを送信
※またはanzenjoho@info-towada.jpに空メールを送信
②案内メールにしたがって登録

■令和5年版 十和田市農地賃借料情報

農業者委員会 ☎ 51-6740

令和4年中に賃貸借された農地の集計です。賃貸借契約の目安としてご利用ください。

(単位：円 / 10アール)

地域名	田				畑			
	平均額	最高額	最低額	筆数	平均額	最高額	最低額	筆数
大字深持、洞内、大沢田、馬洗場、立崎、八斗沢、豊ヶ岡	9,100	18,800	1,600	86	11,700	15,300	3,000	8
住居表示区域、大字三本木、赤沼、切田の一部(向切田)、相坂	9,600	15,600	2,200	133	6,500	10,000	2,300	8
大字切田(向切田を除く)、藤島、伝法寺、米田、大不動、滝沢	8,200	15,200	5,000	36	10,500	18,500	5,000	8
大字沢田、奥瀬、法量	10,600	13,000	5,000	73	-	-	-	0
市全体	9,400	18,800	1,600	328	10,700	18,500	2,300	24

十和田市シルバー人材センター「令和5年度会員」出張説明会

とき ▶ 3月8日(水) 午前10時～正午 ▶ 3月15日(水)、19日(日) 午後2時～4時
 ところ 市民交流プラザ「トワレ」
 対象 本市に居住する60歳以上の健康で働く意欲のある人
 申込期限 各説明会の2日前まで
 申問市シルバー人材センター ☎ 25-0222

市営放牧場への放牧牛の申し込みを受け付けします

とき 3月13日(月)、14日(火) 午前9時～午後3時
 ところ 市役所別館3階 会議室
 必要な物 ▶ 放牧牛の登記・登録証の写し(新たに放牧する牛全頭分) 聞き取りする内容 ▶ 人工授精希望精液名(1頭に付き2種類まで) ▶ 妊娠牛の受精月日 ▶ 子牛の性別、生年月日
 申問農林畜産課 ☎ 51-6745
 田代牧野畜産農業協同組合 ☎ 72-2690



4・5月定期労働相談会

とき ▶ 4月4日(火)、5月9日(火) 午後1時30分～3時30分
 ▶ 4月16日(日)、5月21日(日) 午前10時～正午
 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)
 対象 県内の雇用者、事業主
 申問青森県労働委員会事務局 ☎ 017-734-9832

市民文化センター・生涯学習センターをご利用の皆さんへ
 施設使用料の支払い方法が変わります

使用許可の時期	支払い方法など
3月31日(金)まで	▶ 市が発行した納付書で市内金融機関などから納付(現行どおり)
4月1日(土)以降	▶ 市民文化センター窓口で現金払い ▶ 指定管理者(東北共立・県南環境保全センターグループ)の口座へ振り込み(手数料は自己負担)

※使用許可書を発行する際に、支払い方法についてのお知らせを添付しますので、ご確認ください。
 申問スポーツ・生涯学習課 ☎ 58-0186

合同企業説明会

とき・ところ
 ▶ 八戸会場 3月6日(月) 八戸プラザホテル別館
 ▶ 弘前会場 3月7日(火) アートホテル弘前シティ
 ▶ 青森会場 3月8日(水) ホテル青森
 いずれも午後0時30分～4時
 対象 令和6年3月卒業予定の大学生、短大生、専門学校生など、および大学などを3年以内に卒業した人
 参加企業 ▶ 八戸会場 45社 ▶ 弘前会場 26社 ▶ 青森会場 40社
 ※参加企業数は変更になる場合があります。
 内容 県内外の企業などの人事担当者などによる企業説明ほか
 申問ジョブカフェあおもり ☎ 017-731-1311

募 集

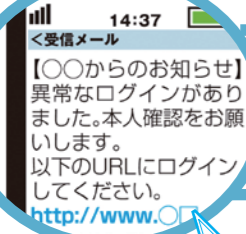
奨学生募集

経済的な理由により修学が困難な人に学費の一部を貸与します。
 対象 次の全てに該当する人
 ▶ 保護者が市内に住所を有している人 ▶ 高校(高等専門学校を含む)・大学・短期大学に在学している人 ※専門学校・大学院は除く
 ▶ 経済的理由により学費などの支払いが困難な人
 募集人員・貸与額(無利子)
 ▶ 高校(高等専門学校を含む) 5人程度 月額15,000円以内 ▶ 大学・短期大学 15人程度 月額64,000円以内
 提出書類 ▶ 奨学金貸与申請書 ▶ 成績証明書 ▶ 在学証明書 ▶ 保護者世帯の住民票謄本 ▶ 令和3年分所得証明書(家族全員分) ▶ 連帯保証人2人の印鑑登録証明書 ▶ 奨学金返還計画書
 選考方法 選考委員会で審議の上、教育委員会で決定します。
 申込期間 4月3日(月)～28日(金) ※募集要項を確認の上、申し込みください。
 ※世帯の状況などお聞きしますので、提出書類を直接持参してください。
 ※募集要項と申請書は、教育総務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。
 申問教育総務課 ☎ 58-0182



会計年度任用職員募集

4月9日執行の青森県議会議員一般選挙期日前投票に係る会計年度任用職員
 募集人数 23人程度
 対象 高校卒業以上
 雇用期間 3月30日(木)、4月1日(土)～4月8日(土) (30日は2時間程度の研修)
 ※無投票になった場合は30日のみ勤務場所
 ①市役所別館5階 会議室
 ②西コミュニティセンター
 ③市民交流プラザ「トワレ」
 ④イオンスーパーセンター十和田店
 就業時間
 ①午前8時30分～午後8時(うち休憩90分) ②～④午前10時～午後7時(うち休憩60分)
 業務内容 期日前投票所での案内、受付、投票用紙の交付など(パソコンで数字や文字の入力作業あり)
 報酬 【3月30日分】時給898円 【4月1日～8日分】時給922円(1日当たり7時間45分を超える分は時給1,153円)
 申し込み方法 選挙管理委員会事務局に備え付け、もしくは市ホームページからダウンロードした「会計年度任用職員応募用紙」または「履歴書」を提出してください。
 申込期限 3月20日(月)
 申問選挙管理委員会事務局 ☎ 51-6778



実在する業者や公的機関を名乗り、個人情報の入力、URLへのアクセスを求めるメッセージにご注意！！

申問十和田警察署警務課 ☎ 23-3195

SMSに記載されているURLから偽サイトにアクセスさせて個人情報を盗む手口

宅配業者・国税庁等の公的機関を装った偽SMS(ショートメッセージサービス)に関する被害が報告されています。

「ウイルスを今すぐ除去する」など、不安をあおる偽のセキュリティ警告を表示し、不正なアプリをインストールさせて個人情報を盗む手口も



◆トラブルに遭わないために

▶ SMSやメールで「差押最終通知」や「不在通知」が届いたときは…記載されているURLには安易にアクセスしない。
 ▶ アクセスしてしまったら…アプリをインストールしたり「ID・パスワード」などを入力しない。

◆万一、操作してしまったら…

▶ 不正なアプリをインストールしたときは…スマートフォンなどを機内モードにして、アプリをアンインストールする。
 ▶ 偽サイトに「ID・パスワード」などを入力してしまったら…「ID・パスワード」などをすぐに変更する。アプリの課金の継続の有無を確認する。

◆不安に思ったら…

▶ 最寄りの警察署・交番・駐在所へ相談！または警察相談専用電話「#9110」へ相談！

【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

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。

Available in 10 Languages!



とわだ子育てアプリで快適！安心！便利！

子育てをもっと楽しく！ (とわだ子育てアプリ) 検索
 とわだ子育てアプリには便利な機能が満載！

プッシュ通知で予防接種の受け忘れを防止！
 子どもの成長を写真付きで記録！
 妊婦向けの機能も充実！
 十和田市の子育て情報を随時配信！
 ▲ダウンロードはこちらから

市ホームページのバナー広告募集

4月からバナー広告の掲載料を月額3,000円に見直します。募集は随時行っています。

募集内容 ▶掲載位置 トップページで市の指定した位置▶規格1枠(縦60ピクセル、横120ピクセル、GIF・JPEG・PNG形式)
▶掲載料 月額3,000円(旧料金10,000円)

申し込み方法 電子申請による申し込み、または申込書を持参、郵送により提出して下さい。

※申込書のダウンロードなど、詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎情報政策課 ☎ 51-6785

電子申請システムはこちらから▶



統計調査員募集

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

対象 次の全てに該当する人

- ▶ 20歳以上の市内在住の人▶ 統計調査に関心があり、統計に関する研修などに参加できる人▶ 責任をもって調査事務を遂行し、調査で知り得た秘密を守れる人▶ 職務、警察、選挙に直接関係のない人▶ 暴力団員その他の反社会的勢力に該当しない人

身分 非常勤の公務員(調査の都度任命します)

※調査の都度に報酬を支払います。

※統計調査員は登録制で、随時受け付けています。

☎情報政策課 ☎ 51-6711

アシスタントティーチャー募集

勤務場所 市立小・中学校

対象 昭和33年4月2日以降に生まれた人で、児童・生徒の教科指導を支援できる人

業務内容 児童・生徒の教科指導を支援

募集人員 若干名

勤務回数 年間70回～140回程度(勤務校により勤務回数に変動あり)

勤務時間 原則として1回3時間

謝礼 3時間につき3,000円(交通費込み)

任用期間 4月ごろ～令和6年3月ごろ(勤務校により変動あり)

提出書類 履歴書(市販のものに顔写真貼付)

申し込み方法 提出書類と印鑑を持参の上、直接申し込みください。

申込期限 3月8日(水)

☎指導課 ☎ 58-0183

「ふれあい・いきいきサロン事業」新規取り組み地域の募集

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

募集地域数 5地域程度

助成額 年間3万円以内

実施期間 2年間

申込期限 3月31日(金)

☎市社会福祉協議会 ☎ 23-2992

十和田市少年少女発明クラブ員募集

対象・活動内容・場所・定員

▶**ドリーム班** 小学3・4年生(紙・科学工作「動くおもちゃ作り」など)
▶**エジソン班** 小学5～中学3年(木工・電気工作・ロボット製作など)

▷南コミュニティセンター 20人
▷東コミュニティセンター 10人

▷南コミュニティセンター 25人

活動日時 主に土・日曜日(月2回程度) 午前9時～正午

費用 年間4,000円程度(活動費)

申し込み方法 各学校を通して配布される申込書に必要事項を記入の上、南コミュニティセンターに申し込みください。

申込期間 3月20日(月)～31日(金)

☎十和田市少年少女発明クラブ(南コミュニティセンター内)

☎ 22-4416

令和5年度図書館ボランティア募集

図書館の仕事に興味のある人を募集します。

対象 市内在住の高校生以上の人

内容 図書の返本・整理、イベントの手伝いなど

申し込み方法 市民図書館に備えてある申込書に必要事項を記入の上、申し込みください。

※随時受け付けています。
☎市民図書館 ☎ 23-7808



第10回中央病院ふれあいまつり

☎医療介護連携相談支援センター(中央病院内) ☎ 23-5121

とき 3月11日(土) 午前10時～午後3時 **ところ** 中央病院正面 エントランスホール
申込期限 3月9日(木) **申し込み方法** 電話またはQRコードからお申し込みください。



会場 病院見学ツアー(午前10時～午後0時30分)

普段は見ることのできない構造や設備を巡り、病院で働く多様な職種を紹介します。

Zoom 「多職種が働く総合病院をレポート

Dr.荻野が行く～取材させてもらえませんか?!～」(午前10時～11時)

リポーター 臨床研修医 荻野 雅也 さん

Zoom ケアサポートチーム紹介(午前11時～正午)

Zoom **会場** **ドクターが語る！特別講演**(午後1時～3時)

▶「社会人を経て医師に転身『回り道医師』のキャリアについて」 臨床研修医 成田 茂樹 さん

▶「最期まで自宅で過ごせる地域に～在宅訪問診療～」 附属とわだ診療所 水野 隆史 所長

▶「十和田市立中央病院の目指す医療について」

病院事業管理者 丹野 弘晃 医師

来場者には記念バッジをプレゼント!



講座・教室

1リフレッシュスポーツ教室第1期

とき 4月12日～7月12日の毎週水曜日(休日と5月31日、6月21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 ほか

内容 各種軽スポーツ
定員 ①②各25人(先着順)

受け付け開始 3月14日(火)

2フィットネス教室(前期)

とき 4月10日～8月28日の毎週月曜日(毎月第1月曜日と休日、6月19日、8月14日を除く) 全14回

①リズム&フィットネス 午後2時～3時30分

②ナイターフィットネス 午後7時～8時30分

ところ 総合体育センター
内容 エアロビクス

定員 ①②各30人(先着順)
受け付け開始 3月9日(木)

持ち物 ヨガマット
◆12いずれも

対象 18歳以上の市民
費用 ▶65歳未満 2,500円▶65歳以上 1,800円(保険料を含む)

申し込み方法 参加料持参の上、申し込みください(電話や代理での申し込みはできません)。

申込時間 午前9時～午後8時(休日は午後4時まで)

☎総合体育センター ☎ 25-5555

第9回十和田市民「あんしん生活活用講座」

とき 3月17日(金) 午後6時30分～7時30分
ところ 中央病院正面 エントランスホール

内容 「わたしの街の介護保険について」申請利用方法、利用できるサービスなどを説明します。

講師 中央病院 地域医療連携部 田中 裕之 社会福祉士

開催方法 来場(先着50人)、オンライン(Zoom)

申込期限 3月13日(月)

申し込み方法 電話またはQRコードからお申し込みください。

※ポイントラリー応募用紙をお持ちの方は、持参してください。

☎医療介護連携相談支援センター(中央病院内)

☎ 23-5121



もっと外国を知る～第4回G7構成国の現在(アメリカ、ドイツ、イタリアほか)～

とき 3月18日(土) 午前10時～正午
ところ 南コミュニティセンター

内容 外国の文化・生活習慣、旅行などに興味がある人のための座学会

講師 後藤 幸雄 さん

定員 20人(先着順)

費用 1,000円(資料代)

申し込み方法 住所、氏名、電話番号を記入し、メールでお申し込みください。(メールが送れない人は☎090-7663-0132(SMS可)まで)

申込期限 3月16日(木)
☎NPO 十和田国際交流協会・平野 メール tairkoku@yahoo.co.jp

【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 総務課広報男女係 ☎ 51-6702

おいしい十和田
十和田の“おいしい”を発信中。
あなたの“食べたい!”がきつとここにあります。

みなさんも #おいしい十和田 をつけて投稿してください!

十和田市農林商工部 とわだ産品販売戦略課

現代美術館情報 現代美術館 ☎ 20-1127

◆百瀬文映像作品《Flos Pavonis》上映会
企画展「百瀬文 口を寄せる」のパブリックプログラムとして、百瀬文が2021年に制作した映像作品《Flos Pavonis》を上映します。
この作品はポーランドで2021年に成立した人工中絶禁止法や日本の墮胎罪などの状況が映し出され、個人の身体に対する国家権力による管理がコロナ禍で強化されてゆく様を感じさせます。上映会後は百瀬文によるトークも予定しています。
とき 3月4日(土) 午後5時～6時
ところ 地域交流センター「とわふる」
定員 40人(事前予約制・先着順)
料金 無料 ※企画展のチケットが必要です。

◆3月10日(金)は常設展示市民無料デー
※マイナンバーカードなど住所が確認できるものが必要です。
同日開催 学芸員による常設展ギャラリートーク
とき 午前11時～正午
集合場所 美術館 エントランス
定員 10人
現代美術館ホームページはこちらから▶

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。

2023年3.8 国際女性デーを祝うつどい ～フェミニズムって何？～

6人の女性議員が誕生した十和田市。しかし、男女格差が一気に縮まらない日本。世界のフェミニズムの闘いから、学びたいと思います。スヴェトラナ・アレクシエーヴィチの著書「戦争は女の顔をしていない」の紹介も行います。
とき 3月4日(土) 午後2時～4時
ところ 市民交流プラザ「トワレ」
定員 40人
 ※会場に直接お越しください。
 女性会議・高森 ☎ 22-1519

十和田おもちゃ病院

十和田おもちゃ病院は、壊れたおもちゃを「治す」ボランティア活動です。
とき 毎月第1土曜日
 午前10時～正午
ところ 4月から移転します。
 ▶3月4日(土)までは高清水地区館
 ▶4月1日(土)からは明治安田生命十和田営業所(相生町13-43)
費用 無料(部品代実費、入院の場合は1回100円かかります。)
申問 十和田おもちゃ病院
 ☎ 090-1496-7687
 メール towada.toy@gmail.com

広域とわだ将棋研究会 新規会員募集

日本の伝統文化、将棋が大好きな人の集まりです。あいさつなど、礼儀正しい人を歓迎します。
とき 毎週土曜日 午後6時～9時
ところ 市民交流プラザ「トワレ」
対象 小学校1年～60歳くらい、かつ10級～5段の人
定員 3人(面談します)
持ち物 将棋盤、駒
申し込み方法 電話または郵送で申し込みください。
申問 広域とわだ将棋研究会
 ☎ 080-3338-3181
 〒034-0031 十和田市東三番町36-31

第2回古道フォーラム「十和田参詣古道の歴史的・文化的価値」

①「考古学から十和田信仰を考える」五所川原市教育委員会 榎原 滋高 さん
 ②「三戸道・田子道」三戸町立歴史民俗資料館 木村 明彦 館長
 ③「十和田古道普請時期の謎を解く」弘前大学 斉藤 利男 名誉教授
 ④「十和田古道という観光資源」専修大学 川上 隆志 文学部教授
とき 3月19日(日)
 午後1時30分～4時30分
ところ 市民文化センター
定員 300人
 ※会場に直接お越しください。
 十和田市歴史文化研究会・中川 ☎ 090-7326-2128

グラウンドゴルフ参加者募集

会員の健康増進と相互のふれあいの場を作り、生涯スポーツの地域振興に寄与することを目的としています。心と体のリフレッシュに、皆さんの参加をお待ちしています。初心者大歓迎です。
とき 4月1日(土)～11月28日(火)
 毎週火・土曜日
ところ 東コミュニティセンター
費用 1,000円(年会費)
持ち物 タオル、飲み物(用具は貸し出します)
 ※運動できる服装でお越しください。
 ※会場に直接お越しください。
 園イーストG愛好会 ☎ 080-1840-2661

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♪

三沢市 三沢ほっき丼×三沢基地空自空上げ特別コラボ企画「どんからキャンペーン」

キャンペーン参加店舗で「三沢ほっき丼」、「三沢基地空自空上げ」を食べて素敵な景品を当てましょう！
3月31日まで開催中です。
 三沢市産業観光課 ☎ 53-5111(内線523)
 キャンペーンの詳細はこちら▲

【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。



ほけんのページ

令和5年度 健康診査のご案内



電話、インターネット、健康診査申込書(※)のいずれかで、申し込みください。

※健康診査申込書は、40歳以上の国民健康保険加入者、60歳以上の人、令和3・4年度に市の健診を受診した人などに郵送します。

十和田市 検診 検索



インターネット申し込みはこちらから

▶ 申込期間 3月24日(金)まで
 ▶ 申問 健康増進課(保健センター) ☎ 51-6790、51-6791、51-6792

種類	検査内容	対象・年齢 (令和6年3月31日時点の年齢)	個人負担金		
			集団方式	個別方式 (指定医療機関)	
1	特定健康診査 後期高齢者健康診査	問診、身体計測、血圧測定、尿検査、医師診察、採血(糖代謝・肝機能・脂質・腎機能)、心電図検査、貧血検査、眼底検査	国民健康保険加入者(40歳未満の加入者は集団方式のみ受診できます) ・40歳以上の生活保護受給者 後期高齢者医療制度加入者	無料	
2	胃がん検診	胃X線検査(バリウム検査)	40歳以上の人 (40歳未満の国民健康保険加入者は集団方式のみ受診できます)	1,300円	1,800円
3	肺がん検診	胸部X線検査	40歳以上の人 (40歳未満の国民健康保険加入者は集団方式のみ受診できます)	400円	実施なし
4	大腸がん検診	便潜血検査(2日分の採便)		500円	
5	乳がん検診(2年に1回)	マンモグラフィ	40歳以上で令和4年度に市が実施した乳がん検診を受診していない女性 (心臓ペースメーカー装着者、VPシャント造設者、現在授乳中の人、豊胸手術をした人は受診できません)	1,000円	
6	子宮頸がん検診(2年に1回)	内診、細胞診	20歳以上で令和4年度に市が実施した子宮頸がん検診を受診していない女性	1,200円	1,200円 ▶医療機関に直接申し込み
7	骨粗しょう症検診	足骨量測定	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	600円	実施なし
8	肝炎ウイルス検査(電話申し込み)	B型・C型	40歳以上で過去に検査したことがない人	無料	
9	人間ドック	上記1～4の他、腹部超音波、視力、聴力、血液追加検査など	・40歳以上の国民健康保険加入者 ・後期高齢者医療制度加入者 ・40歳以上の生活保護受給者	15,000円 ▶中央病院で実施	実施なし

- 令和6年3月31日時点で満40～41歳(昭和57年4月2日～昭和59年4月1日生まれ)の人は、各種がん検診が**無料**
- 令和6年3月31日時点で満50歳(昭和48年4月2日～昭和49年4月1日生まれ)の人は、大腸がん検診が**無料**
- 令和6年3月31日時点で満20～21歳(平成14年4月2日～平成16年4月1日生まれ)の人は、子宮頸がん検診が**無料**

個人負担金の免除

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

子宮頸がん検診(個別方式)

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

指定医療機関名	電話番号
藤井産婦人科医院	22-5588
中央病院(健診センター)	23-5763
しんクリニック	22-7711

中央病院(健診センター)の子宮頸がん検診は、**経腔エコー検査**を含むため追加料金があります。詳しくは中央病院へお問い合わせください。

- 協会けんぽ、共済組合など、国民健康保険以外の保険に加入している40歳以上の被扶養者(家族)の特定健康診査の申し込みは、青森県総合健診センター(☎017-741-2336)へ**4月1日以降直接申し込み**ください。

●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 対象者には個別通知します	14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	8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。	9日(木)	
◆3歳児健診 対象者には個別通知します	7日(火)	
◆子どものこころの相談 悩みを抱える小・中・高校生と保護者	16日(木)14:00~ ※9日(木)までに要予約	市民交流プラザ「タワーレ」 健康増進課 ☎51-6797
◆ほっとママミーサロン ・妊娠を考えている女性 ・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、その家族 ※開催日の1カ月前から予約を受け付けします。	13日(月) ①13:30~15:00 ②15:15~16:45 「ベビー計測・離乳食について」 「親子ふれあい遊び」 ①②いずれも定員5人	
◆パパママ教室 妊婦とその夫	17日(金) 18:30~20:30	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、翌月に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。

◆子育てをもっと楽しく！「とわだ子育てアプリ」



3月1日~7日は「子どもの予防接種週間」です

入園・入学などに備え、必要な予防接種を済ませ、病気から子どもを守りましょう。特に、来年度小学校に入学する子どもは麻しん・風しん(第2期)の予防接種を忘れずに受けましょう。予防接種は予約が必要ですので、医療機関へお問い合わせください。

健康増進課 ☎51-6792

●献血のお知らせ

健康増進課 ☎51-6790

実施予定日	時間	場所
4日(土)	10:00~12:00	ユニバース十和田東店
	13:30~16:00	
16日(木)	14:30~16:00	スーパーカケモ西金崎店
18日(土)	10:00~12:00	マックスバリュ十和田南店
	13:30~16:00	
26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	

●各種相談

内容	受付時間	ところ・問い合わせ
◆栄養相談 栄養・食生活に関する相談を希望する人	16日(木) 9:30~10:20~ 11:10~13:15~ 14:05~14:55~ ※14日(木)までに要予約	保健センター 健康増進課 ☎51-6791
◆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の心配のあるお子さんの家族	22日(水)※要予約 時間は個別通知します	上十三保健所 ☎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	14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	15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	14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。

3月1日~8日は「女性の健康週間」です!

食事と運動で骨粗しょう症を予防しましょう

骨粗しょう症とは、ホルモンの変化や生活習慣により、骨がスカスカになり骨折しやすくなる状態のことです。特に女性は、閉経後にリスクが高くなります。

次の3本柱で骨粗しょう症を予防できます!

①食生活 カルシウムを多く含む食品、カルシウムの吸収を助ける食品をとる

▶カルシウムを多く含む食品
乳製品、小松菜、大豆製品など
▶カルシウムの吸収を助ける食品
ビタミンD:魚、シイタケなど
ビタミンK:ブロッコリー、ホウレンソウなど

②運動 ウォーキング、ストレッチ、片足立ちなどの運動を習慣にする

③日光浴 1日に30分程度、日光を浴びる
▶体の中でビタミンDが作られます。



健康増進課 ☎51-6791

⊕ 休日当番医

健康増進課 ☎51-6790

5日(日)	清潮会クリニック(東十一番町7-25)	☎25-3300
12日(日)	小嶋外科胃腸科医院(西三番町15-41)	☎23-2666
19日(日)	高松病院(三本木字里ノ沢1-249)	☎23-6540
21日(火)	十和田北クリニック(元町東五丁目8-54)	☎21-3741
26日(日)	かわむらクリニック(西二十二番町4-16)	☎20-1505

▶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。

3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	6日(月)、20日(月) 13:00~15:00 ※6日は西コミュニティセンターでも実施
◆人権相談 いじめや差別、家庭内や隣近所とのもめごとなどの相談	10日(金)、24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	22日(水) 13:00~16:00 ※15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、借金などの相談	16日(木) 13:00~15:00 ※9日(木)から予約受け付け開始
◆不動産相談(定員4人) 不動産の売買、賃貸借などの相談	9日(水) 13:00~15:00 ※2日(水)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	8日(水) 10:00~16:00 ※7日(水)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	14日(火)、28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	日時
◆出張年金相談 年金の無料相談	23日(木) 午前10時~午後3時 ※要予約(先着順) (次回は4月27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

市街地循環バス・西地区シャトルバス運休情報

3月の運休日 30~31日

※4月からの運行準備のため、上記期間は運休となります。市民の皆様のご理解とご協力をお願いします。

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・届け出印を持参の上、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

その他の催し

<>…開始時間

4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「紙しばい」<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(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) ▶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)
10日(金)	▶精神障がい者家族会「とわだ家族会」<10:00> ~市民交流プラザ「タワーレ」(健康増進課 ☎51-6791)
11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) (25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) (25日も開催<①10:30、②14:00>)
17日(金)	▶NPO法人スマイルラボ・大人のしゃべり場<18:30>~ 市民交流プラザ「タワーレ」(スマイルラボ ☎090-5231-7570)
18日(土)	▶認知症の人を抱える家族のつどいin十和田<13:30>~市民文化センター(公社)認知症の人と家族の会・佐々木 ☎22-1617) ▶わっこの会「読み聞かせ」<10:30>~市民図書館(市民図書館 ☎23-7808) ▶みゆきピアノ教室 ピアノ発表会<13:30>~市民文化センター(みゆきピアノ教室・笹森 ☎090-4556-6602)
21日(火)	▶花柳流花すず会おどり初め<13:00>~市民文化センター(花柳流花すず会 ☎090-2277-9023)
24日(金)	▶精神障がい者家族会「とわだ家族会」個別相談会<13:00> ~市民交流プラザ「タワーレ」(前日までに要予約) (健康増進課 ☎51-6791)
27日(月)	▶プラネタリウム春休み平日投影開始<①11:00②15:00> ~市民文化センター(~4月6日)

手話を覚えよう(第18回)

市民の皆さんに手話が身近な言語となるよう、手話単語を紹介いたします。

今月の手話単語は「どこ?」です。

手話では「場所」+「何?」=「どこ?」になります。



「場所」

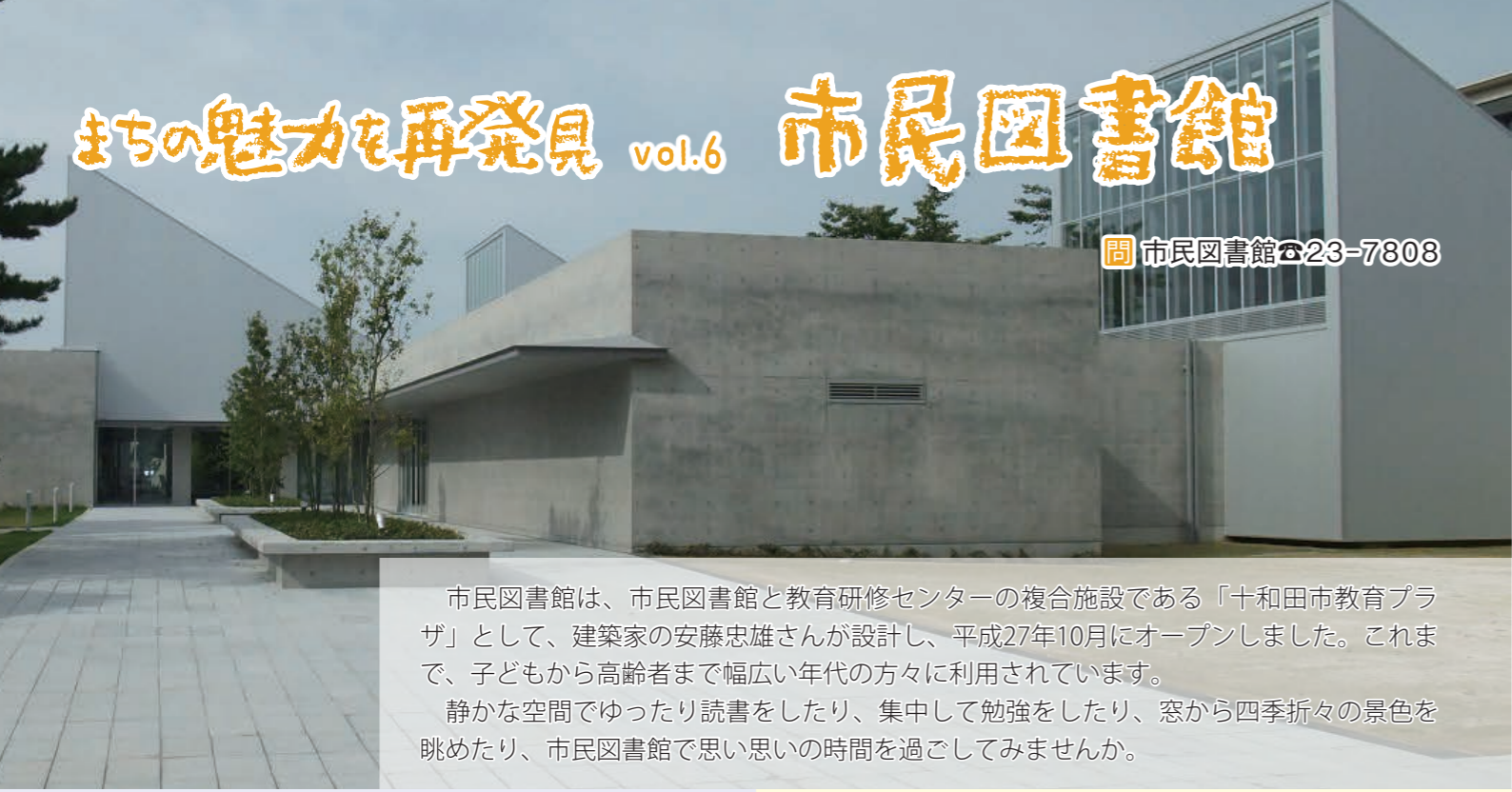
右手の指を折り曲げ、指を下に向けて軽く下ろす

「何?」

右手の人差し指を立て、左右にうごかす

まちの魅力を再発見 vol.6 市民図書館

市民図書館 ☎23-7808



市民図書館は、市民図書館と教育研修センターの複合施設である「十和田市教育プラザ」として、建築家の安藤忠雄さんが設計し、平成27年10月にオープンしました。これまで、子どもから高齢者まで幅広い年代の方々に利用されています。
静かな空間でゆったり読書をしたり、集中して勉強をしたり、窓から四季折々の景色を眺めたり、市民図書館で思い思いの時間を過ごしてみませんか。

利用案内

所在地 西十三番町 2-18
 利用時間 午前9時～午後8時
 休館日 毎月第4木曜日、12月29日～1月4日
 ※蔵書点検など臨時休館あり。
 駐車場 第二中央駐車場をご利用ください。

市民図書館のホームページもご利用ください▶

十和田市民図書館 検索

読み聞かせなどのイベント情報をお知らせしているほか、蔵書の検索もできます。

■閲覧室

名称	配架内容、席数など
児童書コーナー	児童書 20,008冊
おはなしルーム	絵本 8,524冊
一般書コーナー	一般書 69,511冊
郷土資料コーナー	郷土資料 11,735冊
雑誌・新聞コーナー	雑誌・新聞 97紙
学習コーナー	48席
閲覧席	48席
サンルーム	展示図書 115冊、6席

※蔵書数は令和3年度末時点のもの

■多目的研修室

名称	収容人数	用途
研修室1 (西側)	研修室1・2あわせて約40～50人	会議、研修会など ※原則、使用料の負担があります。詳しくはお問い合わせください。
研修室2 (東側)		

図書館でできる、あんなこと、こんなこと

調べものをしたいのですが、どんな方法で調べたらいいかわからなくて…

「調べもの相談（レファレンス）」を受け付けています。調べものに関する資料の情報について相談したい人は、サービスカウンターまでお申し出ください。

- ▶学習課題の回答や、個人のプライバシーに関する調査、身上相談・法律相談など、受け付けできない場合もあります。
- ▶館内設置のパソコンからインターネット検索も利用できますので、サービスカウンターまでお申し出ください。※検索した結果の印刷はできません。

借りたい本が市民図書館の蔵書に無いようなのですが…

本が無い場合は「リクエストサービス」を利用できます。他の図書館からの借用か、購入で対応しますので、リクエスト希望がある人はご活用ください。

リクエストによって購入した本 令和5年1月時点で約240冊！

ズボラさんの作り置き ワニブックス いち||著

自分も幸せ 周りも幸せ 上機嫌に働く67のコツ

ぱる出版 今蔵 ゆかり||著

▶リクエストには条件があります。詳しくはサービスカウンターへお問い合わせください。

館内の様子

困ったらサービスカウンターまで



セルフサービスで貸し出し手続きもできます



1 サンルーム



3 おはなしルーム



靴を脱いで、カーペットにゆったり座って、子どもも大人も絵本に夢中になれるコーナーです。

4 多目的研修室



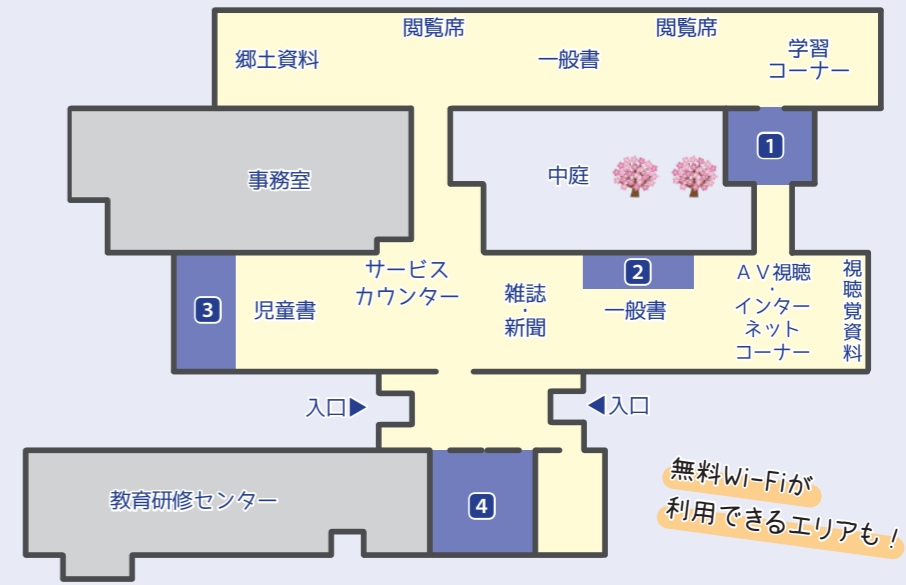
絵本や紙芝居の読み聞かせイベントを開催しています

とき	曜日	水曜日	土曜日				
時間	第2	第1	第2	第3	第4	第5	
10:30	○	○	○	○	○	○	
14:00					○		
14:30		○					

※4月以降は、第2水曜日から第2日曜日(午前11時)に変更となります。

ところ 多目的研修室1・2

※開催情報は市民図書館ホームページでもお知らせしているほか、「広報とわだ」の「その他の催し(今号は21ページ)」にも毎月掲載しています。



2 閲覧席



桜の花の季節には、中庭に植えられた2本の桜の木が、美しく花を咲かせる様子を眺めることができます。



「とわふる」オープン記念イベント

☎商工観光課 ☎51-6773

地域交流センター「とわふる」 ☎51-3201

地域交流センター「とわふる」のオープンを記念したイベントとして、写真家の和田光弘さんが撮りためた約100点に及び写真を展示する企画展を開催します。

十和田湖、八甲田そして青森の風景をご堪能ください。



©和田光弘

【十和田市地域交流センター「とわふる」オープン記念】

十和田湖・八甲田 ねぶたと津軽 そして卒業制作「さいはてに生きる（下北）」 和田 光弘 写真展

と き 3月17日(金)～26日(日) 午前10時～午後6時

ところ 地域交流センター「とわふる」大・中ギャラリー

※入場無料

地域交流センター 「とわふる」情報

NEW OPEN

地域交流センター「とわふる」のカフェ運営事業者の公募の結果、事業者が決定し、営業を開始します。

カフェ運営事業者 松山 美紀代
(BIWANO 52 Coffee Factory)

営業開始日 3月1日(水)

定休日 水・日曜日

※3月1日は水曜日ですが、営業します。

営業時間 午前11時～午後5時30分



ー提供内容ー

■ コーヒーおよび飲料

■ コーヒー豆

■ 焼き菓子などスイーツ

☎商工観光課 ☎51-6773

十和田市ブログ「駒の里から」

駒の里から

検索



本市出身の錦富士関が「にんにん」と土俵入り！ 地元の期待を込め、錦富士関に化粧まわしが贈呈されました

1月22日、伊勢ヶ濱部屋の千秋楽打ち上げ式において、十和田市地域農業再生協議会から錦富士関へ化粧まわしが贈呈されました。

化粧まわしには、本市のニンニクのPRキャラクター「十和田にんにん」が描かれています。

セレモニーの後、同協議会の会長である小山田久市長が初場所の取り組みをねぎらうと、錦富士関は「ご声援とご支援を賜り、本当にありがとうございました」とにこやかに話しました。

※詳しくは、市ブログをご覧ください。



贈呈された化粧まわしを着け幕内土俵入りする錦富士関

人口と世帯	区分	人・世帯数	前月比	前年比
令和5年1月末現在	人口	58,905人	-119人	-691人
	男	28,221人	-49人	-370人
	女	30,684人	-70人	-321人
	世帯	28,031世帯	-23世帯	+81世帯

アプリ「カタログポケット」「マチイロ」で「広報とわだ」を読みませんか



カタログポケット



Available in 10 Languages!



マチイロ



App Store



Google Play