

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田



とわだ

10

No. 252
2023



特集
P2-4

Photo Report 十和田市秋まつり

広報とわだ 目次

- 5 10月1日開始!! 十和田市LINE公式アカウント
- 6 とわだっ子いじめ防止キャンペーン
- 7 第28回とわだ駒街道マラソン大会交通規制のお知らせ／第54回十和田市民文化祭
- 11 秋の狂犬病予防注射と飼い犬登録のお知らせ
- 14 お知らせ

十和田市秋まつり

(9月8日～10日／三本木大通り・官庁街通りほか)

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。

【特集】Photo RePort 

十和田市 秋まつり

9/8 Fri. ▶ 10 Sun.



太鼓・笛・^{かね}鉦の音色が響き渡り、豪華絢爛な山車や太鼓車が街を練り歩く3日間が、4年ぶりに実現しました。

子どもも大人も待ちに待った秋まつり。弾けるような笑顔や勇壮な十和田囃子の演奏に、沿道の観客からは拍手や歓声が沸き起こりました。

秋まつりの終わりとともに、十和田に実りの秋が訪れます。





もっとあります!

ぜひご覧ください!

掲載しきれなかった写真をアプリ「カタログポケット」で10月1日から公開しています。



秋まつりへ おも 想いを込めて

煌びやかな山車の運行や息の揃った囃子の演奏のためには、事前の準備や練習が欠かせません。今号では、4年ぶりの秋まつり参加となる「南小稲祭典委員会」と「若葉地区四町内会祭典委員会」へ山車の制作や練習、当日の様子取材しました。



作業しながら
山車制作の
感覚を思い出します



真剣な表情で
太鼓に向き合います



音をよく聴いて
タイミングを合わせます



衣装は手縫い

人形の手は
木彫りで作成！



装飾作りは
慎重に…



終息への願いを
見返り(山車の後ろ側)へ



南小稲祭典委員会



若葉地区四町内会祭典委員会

子どもが集まるか心配で、子ども会に協力してもらいながら太鼓の「体験会」を7月末に初開催しました。今回の秋まつりには、体験会で「太鼓楽しいな」と思ってくれた初心者や、経験者の子どもたちが参加しました。楽しんで続けてもらえればうれしいです。

久しぶりに出した山車は傷んで大掛かりな手直しが必要でした。また、テーマの三国志に合わせて人形の顔や衣装を中国風に作り変えるため、3月頃から制作に取り掛かりました。当日は山車の作り手も引き手もお囃子も、みんなで頑張りました。

山車と囃子の 競演

秋まつり初日に参加した12団体の山車や太鼓車の創造性や完成度、囃子や運行でのパフォーマンスが総合的に審査され、4団体へ賞が贈られました。



南町内会祭典委員会の皆さん

市長賞 南町内会祭典委員会

山車のテーマ

あてるい さかのうたむらまろ
阿豆流為 対 坂上田村麻呂

会頭賞 あけぼの祭典委員会
議長賞 西十一番町町内会
十和田奥入瀬観光機構
理事長賞 西茜会



市長賞 受賞のコメント

受賞できて率直にうれしいです。山車制作は若手の「これがやりたい」というアイデアをみんなでサポートしながら行いました。地域の中で若い力があることが良いなと思っています。

10月1日(日)開始!! 友だち追加してね♪ 十和田市LINE公式アカウント

情報発信・行政サービスの入り口をLINEに集約
市LINE公式アカウントでできること

「持ち運べる市役所」

①画面上をタップするだけで、使いたいアプリにたどり着く

くらし

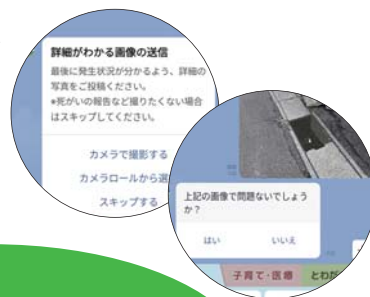
- 防災情報
- バス予報
- バス予報 (十和田市街地循環バス・西地区シトルバス)
- まちなか交通広場
- 十和田市現代美術館前
- 子育て・医療
- 子育て支援
- 子どもすこやか手帳
- 子育て支援
- 各種SNS
- YouTube
- Web予約
- ウェブ申請・ウェブ予約
- 健康予約
- 公共施設予約システム
- 十和田市保健センターインターネット予約
- 子育て支援

②市から市民の皆さんへ、市民の皆さんから市へ

市から市民の皆さんへ
情報をプッシュ通知します。LINEを立ち上げていなくても見逃しません。



市民の皆さんから市へ
道路・公園などの設備が壊れていた時、またはクマやイノシシなどを見かけた時にLINEから情報を送信できます。



友だち追加の方法

市LINE公式アカウントの利用にはLINEでの友だち追加が必要です。

方法① QRコードを読み取る



方法② ID検索
LINEアプリ内の友だち追加から@towada-cityで検索



便利なメニューが他にもあるよ。
使いたい機能が見つかるかも!
まずは友だち追加して見てみてね。
順次機能を追加します。



◀詳しくは市ホームページをご覧ください。



市LINE公式アカウント講習会を開催します(申し込み不要、参加費無料)

市では、スマートフォンの操作に自信がない人向けに、市LINE公式アカウントを利用できるよう講習会を開催します。年齢などを問わず、どなたでも参加できます。

▶持ち物 ご自分のスマートフォン

▶定員 各会場10人程度(先着順)

| とき | 時間 | ところ |
|-----------|-------|---------------|
| 10月18日(水) | 13:30 | 市民交流プラザ「トワーレ」 |
| 10月20日(金) | 13:30 | 東コミュニティセンター |
| 10月25日(水) | 14:30 | 南コミュニティセンター |
| 10月27日(金) | 14:00 | 西コミュニティセンター |
| | 15:00 | |

とわだっ子いじめ防止キャンペーン

問 指導課 ☎58-0183

市では「十和田市いじめ防止基本方針」に基づき、平成27年度から学校、家庭、地域、関係機関などと連携を図り、地域全体で「いじめ防止」に向けた取り組みを実施しています。

本年度は、9月から「弁護士による『いじめ防止教室』」を実施しており、3年間で全ての市立小・中学校で行うこととしています。

弁護士による「いじめ防止教室」

いじめの定義からさまざまないじめの具体例について考えたり、なぜいじめはエスカレートするのかなどについて意見交換をしたりします。

本年度は南小学校、西小学校、高清水小学校、四和小・中学校、三本木中学校、切田中学校で実施します。



いじめ未然防止の取り組み

法奥小学校「いじめ防止宣言集会」

いじめ未然防止に向けた宣言を発表しました。

一人一人のカードは、学年が上がるごとに貼り重ねていき、自分の成長も実感できるようにしています。



十和田中学校

「パネルディスカッション～SNSトラブル防止～」

保護者参観日に、パネルディスカッションを行いました。

PTA、警察、スクールカウンセラー、学校がそれぞれの立場で「家庭・学校・地域の役割～SNSトラブル防止のために～」をテーマに意見を出し合いました。



これまでの各学校でのいじめ未然防止の取り組みや「とわだっ子いじめ防止キャンペーン」の様子、いじめ防止啓発リーフレットなどを市ホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。



▲市ホームページ

気になる様子が見られたら、一人で悩まず気軽に相談してみませんか

教育相談室「トワハート」(教育研修センター内)

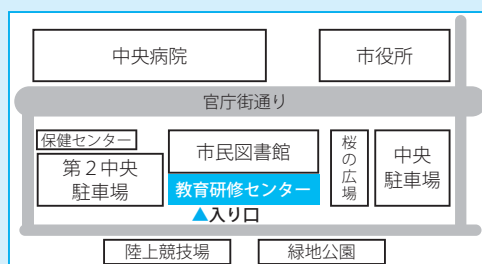
問 ☎24-2400 FAX 24-0301

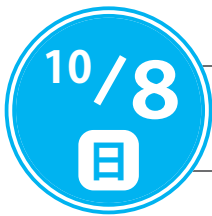
メール wakakoma@city-towada-school.jp

開室時間 午前8時30分～午後5時(土・日曜日、休日を除く)

所在地 西十三番町2-14(市民図書館南側に隣接)

いじめ、不登校、学校生活や友達関係、学習のつまずきや遅れ、落ち着きのなさや行動が気になるなど、教育や子育てに関する悩みについて心配事やお困りの事がありましたら、遠慮なくご相談ください。



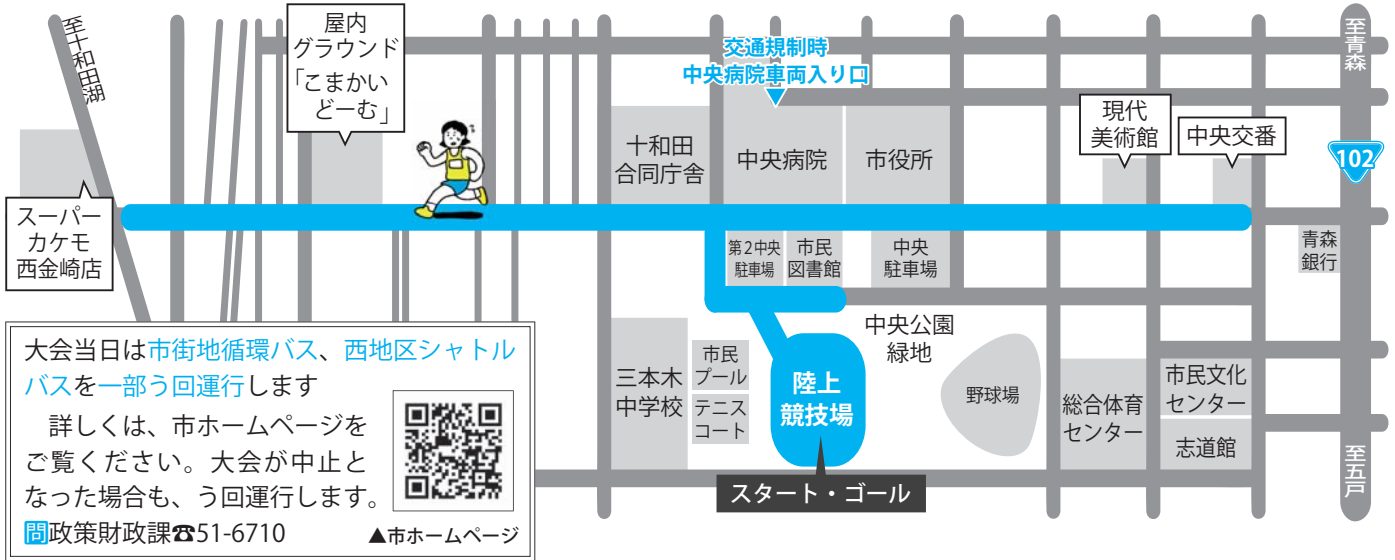


第28回とわだ駒街道マラソン大会 交通規制のお知らせ

☎スポーツ・生涯学習課 ☎58-0187

マラソンコースとなっている道路と周辺道路は、全面車両通行止めなどの交通規制が行われます。う回路については、係員などの誘導に従っていただくよう、ご協力をお願いします。

マラソンコース（車両通行規制区間） ▶交通規制予定時間：10月8日(日) 午前8時45分～正午



- ※交通規制時は、う回路として国道102号や切田通りをご利用ください。
- ※交通規制時は、第2中央駐車場が利用できません。市民図書館へお越しの人などは中央駐車場をご利用ください。
- ※交通規制時は、中央病院への車両入り口が官庁街通り（南側）から病院北側に変更となります。
- ※「現代美術館前」～「北園小前」のバス停留所では乗降できません。詳しくはバス会社へお問い合わせください。

第54回十和田市民文化祭

市内外の文化団体などが、日ごろの活動の成果を発表しますので、ぜひお越しください。

とき 11月4日(土)・5日(日) ところ 市民文化センター

☎スポーツ・生涯学習課 ☎58-0184

4日(土) 舞台部門

5日(日) 舞台部門

| 事業名 | 開始時間 | 出演団体名 | 会場 |
|-------|--------|---------------------|------|
| セレモニー | 10:10～ | 来賓あいさつ | 大ホール |
| | 10:30～ | エンゼルアートスクール | |
| | 10:50～ | 太極拳 中央くらぶ | |
| | 11:10～ | レクリエーションダンス「虹」 | |
| | 11:30～ | ダンスバレエ リセ豊島研究所 | |
| | 11:50～ | ポラリス フラ | |
| | 12:10～ | 花柳流 美好榮会 | |
| | 12:30～ | 花柳流 美好会 | |
| | 12:50～ | すみ子モダンバレエ研究所 | |
| 舞と躍動 | 13:10～ | 花柳流 花すず会 | |
| | | 休憩 (10分) | |
| | 13:40～ | ピリアロハ オ フラ | |
| | 14:00～ | 泉流 泉寿会十和田 | |
| | 14:20～ | フォオカマレイオハイアライフラスタジオ | |
| | 14:40～ | とわだナニヤドヤラ保存会 | |
| | 15:00～ | 若柳流 柳尚会 | |
| | 15:20～ | 若柳流 柳永会 | |
| | 15:40～ | 若柳流 清柳会 | |

| 事業名 | 開始時間 | 出演団体名 | 会場 |
|--------------|--------|-------------------------|------|
| 吟詠 | 10:00～ | 國風流十和田吟詠会 シニア大学詩吟クラブ | 和室1 |
| 謡と仕舞 | 13:00～ | 十和田宝生会 | 大ホール |
| | 13:00～ | 生田流琴十月会 | |
| | 13:15～ | 箏愛好会 | |
| | 13:30～ | コールアゼリア | |
| | 13:45～ | コーラス四季 | |
| 秋のスペシャルコンサート | 14:00～ | とわだ混声合唱団 | |
| | 14:15～ | うたなかま | |
| | 14:30～ | 牛小屋ご近所バンド | |
| | 14:45～ | 休憩 & 配置換え | |
| | 14:55～ | ジュニアオケ & 十和田フィル | |

※一部の団体名は略称です

4日(土)・5日(日) 展示部門

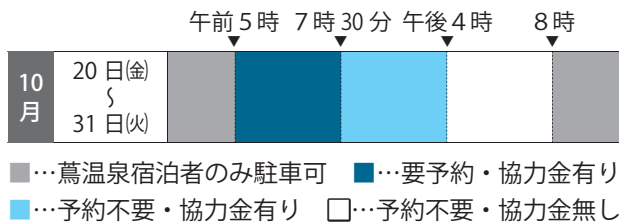
| 時間 | 出展作品 | 会場 |
|--------|---------------------|-------|
| 10:00～ | 写真、書道、文芸、美術、手工芸、裂織、 | 生涯学習 |
| 17:00 | 切り絵、陶芸、蘭、いけ花、自然界 ほか | ホールほか |



10月20日(金)～31日(火) 鳶沼周辺の渋滞対策を実施します

問《渋滞対策全般について》十和田湖周辺交通渋滞対策協議会（商工観光課内） ☎51-6772

紅葉期の鳶沼では、来訪者の集中による路上駐車や交通渋滞の発生、自然環境への負荷などの課題を抱えています。これらの課題を解消し、美しい鳶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」および「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

午前5時～7時30分に入場する場合

鳶沼展望デッキへの入場と鳶温泉駐車場の利用は事前予約と渋滞対策・環境保全協力金が必要ですのでご協力をお願いします。事前予約は先着順で入場者枠が無くなり次第終了となります。

申し込み方法 ▶WEB予約 市ホームページからアクセスできます。

▶電話予約 鳶沼予約受付センター ☎03-6734-5853（平日午前9時～午後6時）

※観光バス※はご遠慮ください。

協力金 ▶鳶沼展望デッキ入場 1人につき2,000円

▶駐車場利用 自動車 1台につき2,000円

バイク 1台につき1,000円

※自動車またはバイクでお越しの方は、鳶沼展望デッキ入場の協力金と駐車場利用の協力金の両方が必要です。

※前日午後8時～午前5時の間は、鳶温泉宿泊者以外の方は駐車できません。

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。



市ホームページ

日中時間

午前7時30分～午後4時に入場する場合

鳶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。事前予約は不要です。

協力金 ▶駐車場利用 自動車 1台につき2,000円

バイク 1台につき1,000円

※徒歩・自転車・タクシーは無料です。

※観光バスは、乗車人員11人以上のバス（マイクロバスも含む）が対象です。

※観光バス※は1台につき10,000円の協力金をお願いしています。

期間限定開催 「奥入瀬自然博物館」へようこそ！

奥入瀬は、さまざまな動植物や地質などから、自然の成り立ちや営みを直接学べる天然の自然博物館です。う回路となる奥入瀬（青楓山）バイパス完成後には、車両の交通規制を行い、天然の自然博物館にふさわしい「車のない奥入瀬」を楽しむことのできる空間となります。

10月23日(月)～29日(日)の7日間、マイカー交通規制を実施し、一足早く「奥入瀬自然博物館」を体験できます。彩り鮮やかな秋の奥入瀬渓流をお楽しみください。

※マイカー交通規制 10月23日(月)～27日(金) 午前10時～午後2時
 10月28日(土)～29日(日) 午前9時～午後3時

| 規制区間 | 対象車種 |
|-------------------------------|-------------------------------------|
| 国道102号 (惣辺交差点～子ノ口交差点) | 自動車（レンタカー含む）、自動二輪（原付バイク、電動キックボード含む） |
| 国道102号七曲区間 (子ノ口交差点～青楓山交差点) | 大型車、特定中型車 |

※シャトルバス運行日程（有料）

期間中、奥入瀬渓流区間へはシャトルバスを利用しましょう。

10月23日(月)～27日(金) 午前9時～午後3時30分

10月28日(土)～29日(日) 午前8時～午後4時

運賃（税込み） 1,500円（1日フリーパス券） ※小学生以下無料

問 県道路課 ☎017-734-9651

※奥入瀬渓流エコロードフェスタ

とき 10月23日(月)～29日(日)
 午前9時～午後3時

内容 グリーンスローモビリティ社会実験、奥入瀬渓流三里半ウォーク、ボランティアガイド、コケ観察、オープンカフェなど ※一部有料で、事前申し込みが必要なものもあります。

詳しくは、エコツーリズムプロジェクトホームページをご覧ください。



問 (一社) 十和田奥入瀬観光機構 ☎24-3006



移住コンシェルジュを紹介します

十和田市地域おこし協力隊



市への移住・定住の相談体制を強化するため、8月1日に十和田市地域おこし協力隊※の隊員として「移住コンシェルジュ」が着任し、政策財政課（市役所本館3階）の窓口で相談を受け付けています。

移住を検討しているご家族やお知り合いにも、ぜひお知らせください。



地域おこし協力隊員
移住コンシェルジュ わたなべ 渡邊 ゆうみ

埼玉県出身。本市出身の友人から人口減少などの現状を聞き、地域を元氣付けたいという気持ちから地域おこし協力隊に応募。

十和田市の移住コンシェルジュとして精いっぱい頑張ります！
ぜひお気軽にご相談ください！



移住コンシェルジュの活動内容

- ◆移住希望者からの相談対応
- ◆移住に関する情報の発信・PR
- ◆地域の魅力の発掘
- ◆移住セミナーやフォーラムへの参加 など

※地域おこし協力隊は、都市地域から地方へ移住し、地域のPRや住民支援などの地域協力活動を行いながら、その地域への定住・定着を図る取り組みです。

ウェディングメモリアル事業補助金

市内に住む新婚世帯に対し、結婚式などの費用の一部を補助します。

- 主な補助要件 ▶令和5年4月1日以降に婚姻し、夫婦のいずれも本市に住所を有していること。
▶夫婦ともに婚姻日における年齢が39歳以下であること。

| 補助対象経費 | 補助金の額 |
|--|---------|
| 令和5年4月1日～令和6年3月31日の期間に、市内事業者を利用して実施・購入した次の費用を合算した額。 ▶結婚式 ▶披露宴 ▶フォトウェディング ▶結婚記念パーティー | 上限 30万円 |



詳しくは市ホームページをご確認ください。

集まろう！ 集いの場

問 高齢介護課 ☎51-6720

自主的に健康づくり、介護予防の取り組みや地域貢献活動をしている「集いの場」を紹介します。

おおさかかみ

相坂上えがおサロン会

活動場所 相坂上講会堂 会員数 30人（令和5年8月1日現在）

(代表：苦米地 洋士さん) 活動内容 健康体操（毎週金曜日）、サロン会（月1回）

会員の声 みんなで健康でいられるように（苦米地 幸江さん）

青森県が短命県であることを知り、「このままじゃいけない！」と思い、みんなが健康でいられるように、集いの場で健康体操を広めています。

月1回のサロン会では、勉強会やレクリエーション、防火訓練をしたり、雑巾を作成して学校に寄贈したりしています。

身近な家族の健康を見過ごすことがないよう、健康に関心を持ち、自分も楽しみながら活動しています。特に小学生（子ども会）との交流がとても楽しいです。

町内の皆さんがいつも協力してくれているので、活動が長く継続できていると思います。

集いの場は、地域でお互いに支い合える仲間づくりや、閉じこもりの防止、孤立防止につながっています。集いの場に行ってみたい人、集いの場を始めたい人はお問い合わせください。

▶ 防災訓練



◀ 雑巾作り



不要となった子ども服の提供にご協力をお願いします

問まちづくり支援課 ☎51-6726

市では、ごみの減量とリユース促進のため、市民団体「親子でゲーム会」と共催で不要になった子ども服などを集め、必要としている人に提供する「おさがり交換会～どうぞの服～」を実施しています。7月に続き、11月5日(日)に開催するため、家庭で不要になった子ども服などの回収を行います。

回収期間 10月2日(月)～31日(火)

回収場所 市役所本館西側入り口、市民交流プラザ「トワーレ」内に設置してある専用回収ボックス

回収できるもの

- ▶ 新生児～160cmまでの秋冬用子ども服（洗濯済みのもの）
- ▶ 子ども用の帽子、バッグ、リュック（いずれもきれいで使用回数の少ないもの）
- ▶ 未使用の肌着、靴下

▼専用回収BOX



回収できないもの

- ▶ 靴、サンダルなどの履物

- 子ども服などは透明な袋に入れた状態で、子ども服専用の回収ボックス（黄色）へ入れてください。
- 通常の衣類回収ボックスと間違えないようご注意ください。

おさがり交換会～どうぞの服～

とき 11月5日(日) 午前10時～正午

ところ 市民交流プラザ「トワーレ」

- ※予約不要。服などの持ち帰りだけでの参加もできます。
- ※当日は服などの回収は行いません。

詳しくは、市ホームページ、親子でゲーム会のInstagramをご確認ください。

市ホームページ



親子でゲーム会 Instagram



7月に開催したおさがり交換会では約300kgの子ども服が集まりました。今回もたくさんのご協力をお願いします。

- ※服のポケットや持参した袋に忘れ物がないか確認してから提供をお願いします。
- ※提供していただいた服などはお返しできません。
- ※おさがり交換会でもらい手のなかった服などは、市の衣類回収事業にてリサイクルを行います。

住宅省エネ改修推進事業

補助金の申請期限は11月末までです



問都市整備建築課 ☎51-6738

市内の一戸建て住宅の省エネ改修工事（開口部、外壁などの断熱化工事、設備の効率化に係る工事）について、補助金を交付します。

対象事業

| 事業区分 | 事業内容 |
|------|---|
| 全体改修 | 改修後の住宅全体が省エネ基準に適合し、BELS ^{ベルス} などの第三者認証を受けるもの |
| 部分改修 | 改修後の部分が仕様基準に適合し、市が定めた仕様を満たすもの（複数の開口部の断熱化が必須） |
| 建て替え | 建て替え後の住宅全体が省エネ基準に適合し、BELSなどの第三者認証を受けるもの |

対象者

対象住宅の所有者で、対象住宅に現在も居住している、または居住予定の人

※BELS（「Building-Housing Energy-efficiency Labeling System」の略称）とは、建築物省エネ法第7条に基づき建築の省エネ性能を表示する第三者認証制度のこと。

補助金の額

対象事業に係る費用の23%（上限766,000円）

申請期限

11月30日(木)

申請方法

補助金交付申請書に必要書類を添えて申請してください（工事業者による代理申請可）。

※補助金申請額が予算上限に達した場合は終了となります。

※対象住宅などの条件がありますので、詳しくは都市整備建築課に備え付けのパンフレット、または市ホームページをご確認ください。



市ホームページ

住まいと空き家の無料相談会

宅建士・建築士・司法書士が、住宅に関する相談や、空き家などの適正管理や有効活用に向けた相談に応じます。

とき 11月4日(出)

午前10時30分～午後2時

ところ 市民交流プラザ「トワーレ」 展示室

相談時間 1組30分程度 ※事前予約も可能です。

問（公社）青森県宅地建物取引業協会
☎017-722-4086

秋の狂犬病予防注射と飼い犬登録のお知らせ

申問 まちづくり支援課 ☎51-6726

生後91日（3カ月）以上の犬は、狂犬病予防法により、**年1回の狂犬病予防注射と生涯1回の登録**が義務付けられています。次の日程で狂犬病予防注射と飼い犬の登録の受け付けを行いますので、犬を連れて実施場所へお越しください。すでに登録をしている犬の飼い主には、案内はがきを郵送していますので、注射当日に必ず持参してください。



費用 ▶ 予防注射料 3,300円 ▶ 飼い犬の新規登録料 3,000円

| 月日 | 実施場所 | 実施時間 |
|-----------|----------------|-------------|
| 10月14日(土) | 両泉寺集会所前 | 8:55~9:00 |
| | 旧漆畑消防屯所前 | 9:05~9:10 |
| | 百目木集会所前 | 9:15~9:20 |
| | 冷道研修館前 | 9:25~9:30 |
| | 高田集会所前 | 9:35~9:40 |
| | 片貝沢生活改善センター前 | 9:45~9:50 |
| | 淵沢集会所前 | 9:55~10:00 |
| | 奥入瀬溪流温泉スキー場駐車場 | 10:05~10:10 |
| | 宇樽部バス停前駐車場 | 10:50~10:55 |
| | 十和田湖診療所前(休屋) | 11:05~11:10 |
| 10月15日(日) | 和交会館前 | 8:40~8:45 |
| | 西金崎公園前 | 8:50~8:55 |
| | 赤沼消防屯所前 | 9:05~9:10 |
| | 八郷会館前 | 9:20~9:25 |
| | 中郷消防屯所前 | 9:35~9:40 |
| | 深持ふれあいセンター前 | 9:55~10:00 |

| 月日 | 実施場所 | 実施時間 | |
|-------------|----------------|-------------|------------|
| 10月15日(日) | 気比神社前(晴山) | 10:05~10:10 | |
| | 洞内和徳館前 | 10:25~10:30 | |
| | ひがしの会館前 | 10:40~10:50 | |
| | ワークショップのづき東隣芝生 | 10:55~11:05 | |
| | 元町神社前(元町屯所隣) | 11:10~11:15 | |
| | 10月21日(土) | 三日市川原バス停前 | 8:40~8:45 |
| | | 旧JA三日市倉庫前 | 8:50~8:55 |
| | | 下洗生活改善センター前 | 9:00~9:10 |
| | | 太田川原研修館前 | 9:15~9:20 |
| | | 太田集会所前 | 9:25~9:30 |
| 二ツ家集会所前 | | 9:35~9:40 | |
| 水尻地区ふれあい会館前 | | 9:45~9:50 | |
| 中ノ渡集会所前 | | 9:55~10:00 | |
| 川口研修館前 | | 10:10~10:15 | |
| 中里消防屯所前 | | 10:20~10:25 | |
| 10月22日(日) | ふれあい広場駐車場 | 10:30~10:40 | |
| | 中川原生活改善センター前 | 10:45~10:50 | |
| | 上川目集会所前 | 10:55~11:00 | |
| | 下川目生活改善センター前 | 11:05~11:10 | |
| | 旧地域包括支援センター前 | 11:15~11:20 | |
| | 10月28日(土) | 一本木会館前(白上) | 8:40~8:50 |
| | | JA藤坂支店前 | 8:55~9:05 |
| | | 喜多美町バス停向かい | 9:15~9:20 |
| | | 藤島会館前 | 9:30~9:35 |
| | | 伝法寺農村広場前 | 9:45~9:50 |
| 高谷集会所前 | | 10:00~10:05 | |
| 館バス停前 | | 10:20~10:25 | |
| 平山バス停前 | | 10:35~10:40 | |
| 橋場屯所前(切田) | | 10:50~10:55 | |
| 吾郷会館前 | | 11:05~11:10 | |
| 10月29日(日) | 南吾郷町内会館前 | 11:15~11:20 | |
| | 隣保館前 | 11:25~11:30 | |
| | オレンジハート高清水店前 | 8:40~8:45 | |
| | 東栄会館前 | 8:55~9:00 | |
| | 牛鍵公民館前 | 9:10~9:20 | |
| | 立崎公民館前 | 9:25~9:30 | |
| | 十和田車検センター事務所前 | 9:40~9:45 | |
| | 前谷地公園前 | 9:50~9:55 | |
| | 北里公園前 | 10:00~10:05 | |
| | 三木野公園前 | 10:10~10:15 | |
| 10月28日(土) | 八戸街道集会所前 | 10:20~10:25 | |
| | 日の出会館前 | 10:35~10:40 | |
| | 稲吉集会所前 | 10:50~10:55 | |
| | 東小稲会館前 | 11:00~11:05 | |
| | 穂並会館前 | 11:10~11:15 | |
| | 南コミュニティセンター駐車場 | 11:20~11:25 | |
| | 10月29日(日) | 市役所北側駐車場 | 8:00~12:00 |

こんなときは届け出が必要です

- ▶ 新しく犬を飼い始めたとき（マイクロチップを装着している場合を含め、窓口での申請が必要）
- ▶ 飼い犬が亡くなったとき・住所や飼い主など、登録事項に変更があったとき（窓口か電話で届け出）

飼い主の皆さんへ

人と動物が快適・健康に暮らしていける社会のために、社会や近隣に迷惑を掛けないようにする責任が飼い主にはあります。住みよいまちづくりにご協力ください。

- ▶ 散歩時のふんなどは必ず持ち帰りましょう。
- ▶ 放し飼いはやめましょう。

予防注射・登録はなぜ必要なのか？

狂犬病は全ての哺乳類に感染し、発症するとほぼ100%死亡する感染症です。発症した動物にかまれ、唾液中のウイルスが体内に侵入することで感染します。アジアにおける人への感染は、主に犬による咬傷が原因といわれており、令和2年5月には、愛知県で、海外で犬にかまれた人が発症して死亡した事例も発生しています。飼い犬に予防注射を接種することは、犬での狂犬病まん延を予防し、人への被害を防ぐことにつながります。

狂犬病発生の拡大とまん延を防止するためには、個々の犬の飼い主が狂犬病に関する正しい知識を持ち、飼い犬の予防注射と登録を確実に行うことが大切です。



十和田市はニンニクの生産量日本一!

「十和田にんにくの日」イベントを開催します

当日
1日駅長として
ご案内します!

とわだ産品
PRキャラクター
十和田にんにく



問とわだ産品販売戦略課 ☎51-6743

市がニンニクの生産量日本一であることを市民の皆さんに広くお知らせし、ニンニクへの愛着を深めていただくため、10月29日を「十和田にんにくの日」とし、イベントを開催します。ぜひご来場ください。

10/29日

午前10時～午後3時

道の駅とわだ

イベント内容

ニンニク入りガーリックポーク豚汁
無料振る舞い ※各回250食、整理券配布あり

整理券配布時間 ①午前10時～ ②午後1時～
豚汁提供時間 ①午前10時30分～11時30分
②午後1時30分～2時30分

ニンニクの無料つかみ取り

開始時間 正午 ※無くなり次第終了

にんにくマルシェ

ニンニク関連商品の販売



Part12

北里大学獣医学部動物資源科学科「動物飼育管理学研究室」です!

問北里大学獣医学部北里会執行委員会情報局 ☎23-4371

動物飼育管理学研究室では、畜産農家が動物を効率よく生産するための飼育管理技術など、さまざまな研究に取り組んでいます。今回は、研究室での取り組みの一部を紹介します。

1 牛の繁殖成績(受胎率)を改善するための最適な栄養状態を明らかにする研究



多くの繁殖雌牛から採血をし、牛の太り具合・血液成分と受胎率との関係について、さまざまなツールを活用して解析しています。

2 効果的な暑熱対策の研究



ホルスタイン種乳用牛は暑さに弱いため、暑熱対策は重要な課題です。研究室と雪印メグミルク株式会社酪農総合研究所と共同で、効果的な暑熱対策を確立することを目的とした研究を行っています。

3 新しいスマート畜産技術の開発研究



画像認識技術とAIを活用して開発した「牛わか(分娩監視システム)」は、研究成果をもとに令和3年7月に実用化されました。「牛わか」は市内の畜産農家でも導入されています。

現在は、放牧地の飼養管理技術の効率化を目的として、田代牧野畜産農業協同組合の協力を得ながら研究を進めています。

研究室から、市民の皆さんへ

市内の畜産農家の皆さんには、研究場所の提供や採材で大変お世話になっています。生産現場での活動は、キャンパス内で多くの時間を過ごす学生にとってこの上ない経験であり、大きな刺激と知識の習得に役立っています。

畜産の盛んな十和田市にある畜産の大学として、さらに地域に根差した活動を展開し、将来はこの経験を糧に、畜産分野で貢献できるような存在になりたいと考えています。

これから

動物飼育管理学研究室を
よろしく願います



青森県で約50頭活躍中!!

青森警察犬協会青森県支部 ☎017-781-8625

警察犬のデモンストレーション

警察犬が犯罪者を追及し、逮捕に協力したり、地震などの災害時にがれきの下から被災者を探したり、行方不明者を探したりする様子をご紹介します。賢さ、優しさ、人の数千倍もの嗅覚などいくつもの優れた特性を持つ警察犬を間近で見てください。ぜひ皆さんでお誘い合わせの上お越しください。

とき 10月29日(日)

ところ 中央公園緑地

内容 警察犬などのデモンストレーション
(午前10時~正午、午後1時~2時)

🐾警察犬 コンビニに押し入り逃走中の犯人を3頭の警察犬がリレー形式で確保します。

1頭目「足跡追及」→2頭目「捜索」→3頭目「犯人確保」



◀「臭気選別」
台の上から犯人のにおいと同じにおいの付いた布を持ってきます。



「犯人確保」▶
逃走しようとする犯人に飛び掛かったり、腕などに噛みついて逃走を防止します。

🐾捜索犬 山で道に迷い遭難している人を探し出します。

🐾災害救助犬 地震災害時のがれきの下から被災者を救助します。

土砂崩れ災害での救助の様子▶



©北東北捜索犬チーム

🐾愛犬しつけ教室(無料)(午後2時~4時)

来客中や電話中に吠える、散歩のときに飼い主より前を歩くなど、愛犬に困った癖はありませんか。しつけの方法を身に付けて愛犬とより良い関係を築きましょう。

※愛犬と一緒に直接会場にお越しください。

🎵北部航空音楽隊演奏会 (正午~午後1時)

Cars & Coffee in TOWADA 2023

いろんな「車」が集まる交流会イベント

☎(社福) 共生の杜・三浦 ☎080-3320-7432

とき 10月15日(日) 午前10時~午後2時

ところ 国道102号線(旧国道4号線)、官庁街通り

スーパーカー、海外スポーツカー、クラシックカー、オールジャンルのカスタムカーなど約200台の車を市の中心地に一同に展示します。

内容 ▶ 車両展示 ▶ 障害者福祉施設による商品販売ブース ▶ キッチンカー ▶ 余興アトラクション ▶ 自衛隊車両などの展示 ▶ 走行パレード



❖ 「Cars&Coffee」とはアメリカ発祥のカーミーティング名で、現在では世界各地で使用され交流会が行われています。

【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

~わたしたちが創る~希望と活力あふれる 十和田



とわだ

有料広告募集中

【2色印刷】

1号広告 30,000円
(縦5.0cm × 横18.3cm)

2号広告 18,000円
(縦5.0cm × 横9.0cm)



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

❖十和田市役所の電話番号

(代表) 0176-23-5111

※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▶

QRコードは関デンソーウェブの登録商標です。



❖お知らせの表記

申…申込先

問…問い合わせ先

※費用の記載がないものは無料です。

乱丁・落丁がある場合はお取り換えしますので、ご連絡ください。

暮らし

令和6年度むつ小川原地域・産業振興プロジェクト支援助成事業

(公財)むつ小川原地域・産業振興財団では、地域団体などが実施する地域の活性化や産業の育成・振興のためのプロジェクト活動、調査研究活動などに対して、必要な資金の助成をしています。

対象団体 地域団体、産業団体など
※個人、一企業による応募や営利を主とする事業は対象外

助成金額 対象事業費の5分の4以内

募集期限 10月31日(火)

申問 (公財)むつ小川原地域・産業振興財団 ☎017-773-6222

令和5年度 秋の側溝清掃 土砂・汚泥回収日程

圃まちづくり支援課 ☎51-6726

| 対象地区 | 回収日 |
|---|---------------------|
| 一本木沢、一本木沢一・二丁目、ひがしの一・二丁目、元町西一～六丁目、元町東一～五丁目、上平、下平(稲生団地除く)、北平、千歳森、七郷、南平、長根尻、後野、井戸頭、北斗、藤高 | 10月10日(火) 12日(木) |
| 稲生町、東一～三番町、東十一～十三番町、東二十一～二十四番町、西一～三番町、西十一～十三番町、西二十一～二十三番町、里ノ沢、牛泊、しらかば団地、八郷、本金崎、西金崎、稲生団地 | 10月16日(月) 19日(木) |
| 穂並町、東四～六番町、東十四～十六番町、西四～六番町、西十四～十六番町、並木西、西小稲、日の出町、朝日ヶ丘、一本木、白上中通り、小林 | 10月23日(月) 25日(水) |

▶収集車は各通りを一度だけ回収します。泥上げは必ずそれぞれの回収日初日の前日までに終わらせてください。

▶空き缶、空き瓶、紙、プラスチック類のごみは可能な限り除去し、落ち葉と土砂はより分けてください。

▶落ち葉や雑草などは、燃えるごみのごみ袋に入れて、別途処分してください。

▶土砂・汚泥は、高さ30cmの円すい型にまとめて置いてください。また、交差点からは5m以上離して置いてください。

▶土砂・汚泥は草の上に置かず、アスファルトなどの平坦な道路脇の見えやすく分かりやすい場所に置いてください(電柱の脇は死角になります)。また、段ボールや肥料袋に入れないでください。

▶国道・県道の清掃を実施する町内会は、国・県に回収を依頼しますので、事前にまちづくり支援課までご連絡ください。

▶期間外の清掃については回収できません。余裕をもって清掃活動を実施してください。毎年、回収日の間違いが見られますので、再度日程をご確認ください。

女性のための無料法律相談

法律に関する問題について、女性弁護士がアドバイスします。

とき 11月14日(火) 午後1時～3時(1人30分程度)

ところ 市役所本館2階

定員 3人(先着順)

予約受付時間 午前9時～午後4時(水曜日を除く)

申込期限 11月9日(木)

※予約受付時に簡単に相談内容を伺います。

申問 青森県男女共同参画センター 相談室 ☎017-732-1022

士業(行政書士・社会保険労務士・土地家屋調査士・税理士) 合同無料相談会

とき 10月21日(土) 午前10時～午後3時

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

内容 許認可、相続、土地境界、税金、雇用・年金、その他悩み事や困り事について

※車でお越しの場合、駐車料金200円がかかります。

申問 青森県行政書士会 十和田支部 (力石測研内 相談会担当) ☎24-2375

【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

証明書がコンビニでも取得できます

マイナンバーカードを使って、市が発行する証明書をお近くのコンビニなどで取得できます。

利用時間 6:30~23:00 (各店舗の営業時間内※年末年始は除く)

令和6年3月31日まで 市役所窓口より 200円お得!

【利用できる店舗】

- セブンイレブン ●ファミリーマート
- ローソン ●ミニストップ
- マックスバリュ ●ユニバース ほか

【取得できる証明書】

- 住民票の写し ●印鑑登録証明書
- 戸籍証明書 ●戸籍の附票の写し
- 課税証明書

おいしい十和田のInstagram 発信中!!

#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

Follow me! → OISHITOWADA

◆マイナンバーカード臨時窓口

とき 10月21日(土)

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・申請サポートとマイナポータルでの健康保険証利用申し込みなどの支援以外の業務は行いません。

要予約 マイナンバーカードの受け取り

定員 60人程度(先着順) 予約方法 電話または窓口(代理人可)

受付時間 午前8時30分～正午

※予約時に希望時間、来庁予定者の氏名などを確認します。

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

受付時間 午前8時30分～10時30分

◆マイナンバーカード出張申請

出張予約専用 ☎ 23-0781

| とき | 時間 | ところ |
|------------------|-------------|-----------------|
| 10月2日(月)～6日(金) | 9:30～12:30 | マックスバリュ十和田南店 |
| 10月10日(火)～13日(金) | 10:00～12:30 | イオンスーパーセンター十和田店 |
| 10月16日(月)～20日(金) | 9:30～12:30 | ユニバース十和田東店 |
| 10月23日(月)～27日(金) | | 中央病院 |

★マイナンバーカード交付の停止について

10月6日(金)の市民課延長窓口は、公的個人認証システムなどの停止に伴い、マイナンバーカードの交付ができません。

| 市民課延長窓口 | 月・金曜日(休日除く) 17:15～18:00 | 10月6日(金) 17:15～18:00 |
|--------------|----------------------------|-------------------------|
| 証明書発行 | ○ | ○ |
| マイナンバーカード交付 | ○ | × |
| 印鑑登録・住民票異動届出 | × | × |

青森県中小企業等LPガス・特別高圧電気価格高騰対策支援金

給付金額 令和5年1～9月分の
 使用量に支援単価を乗じた額

| 支援単価 | 1～8月分 | 9月分 |
|---------|-----------------------|------------------------|
| 業務用LPガス | 62円/㎡ | 31円/㎡ |
| 特別高圧電気 | 2.5円/kWh (上限月50万円) | 1.25円/kWh (上限月25万円) |

受付期間 10月2日(月)～11月30日(木) ※当日消印有効

給付対象者 中小企業者(会社および個人事業主)、中小企業者に該当しない団体であって法人格を有する者(中小企業以外の法人)

☎十和田商工会議所 24-1111

☎専用電話相談窓口

0120-66-0217



▲詳しくはこちらから

令和5年住宅・土地統計調査<10月1日実施>

10月1日現在で、住宅・土地統計調査(抽出調査)を実施しています。

調査対象として選定された世帯には調査票を配布しておりますので、インターネットまたは紙の調査票での回答をお願いします。

なお、ご回答いただいた内容は、統計法によって厳重に保護されますので、安心してご回答ください。※調査員は、調査員証を携帯して訪問します。

☎情報政策課 ☎ 51-6711

キノコ採りでの遭難に注意

■遭難防止のアドバイス

- ①万が一の携帯品を忘れずに持つ
 ▶携帯電話 ▶クマよけの鈴 ▶方位磁石 ▶水 ▶チョコレートや飴
- ②行動予定を連絡し、一人での入山は避ける
 出発前に家族などに行き先、帰宅予定時間、駐車予定場所を伝える
- ③防寒対策と目立つ服装
 寒さに備えた、鮮やかな青色などの目立つ色の服装で出かける
- ④早めの下山
 山の夕暮れは思ったよりも早く来るので、暗くなる前に下山する

■万が一遭難したら110番!

- ▶歩き回らず助けを待つ ▶ヘリコプターの音が聞こえたら、広い場所でタオルを振って合図する
- ☎十和田警察署地域課 ☎ 23-3195

☎市民課 ☎ 51-6755

◆必要な物

◇マイナンバーカード臨時窓口・出張申請いずれも

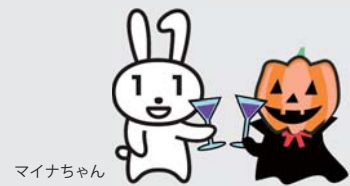
▶本人確認書類(運転免許証、または保険証と診察券の2点など)

※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。

◇マイナンバーカード臨時窓口

▶公金受取口座の登録をする人
 口座情報の分かるもの



マイナちゃん

★マイナンバーカード関連手続きの一部は書かずに申請書を作成できます

作成できる申請書 暗証番号の再設定や電子証明書の更新などに係る手続きの書類
必要な物 マイナンバーカード、4桁の暗証番号(券面事項入力補助用暗証番号)
 ※代理の人による申請など、自書が必要な場合があります。

10月16日(月)～22日(日)は「行政相談週間」です

市民の皆さんが行政機関などへの苦情や意見・要望などがあつたときに、身近な相談相手となるのは行政相談委員です。

道路、年金、医療保険、老人福祉、登記、労働基準、雇用保険、窓口サービスなどについて、苦情や意見・要望などがあるときは気軽にご相談ください。

なお、本市では、毎月行政相談を開設しています。また、10月13日(金)には「特設行政・人権相談」を開設します。詳しくは、24ページをご覧ください。

☎まちづくり支援課 ☎ 51-6777
総務省行政相談センターきくみみ青森 ☎ 0570-090110

不正軽油は「作らない、売らない、買わない、使わない」

不正軽油とは、主に灯油や重油を軽油に混ぜ、軽油と称して不正に流通させるものをいいます。不正軽油に関わる人は全て罰せられます。

不正軽油に関する次のような情報があれば連絡してください

▶不審な施設にタンクローリーが頻繁に出入りしている ▶安い軽油を売り込みに来た ▶自動車の燃料に灯油や重油を使用している

☎上北地域県民局 課税課
☎ 22-8111 (内線 209)

10月1日(日)～7日(土)は「公証週間」です

公証人の主な業務 ▶公正証書で契約書や遺言書、養育費の給付契約書など作成し、財産や子どもの将来を守る ▶任意後見契約書を作成し、老後の安心を確保する
※手数料は法律で定められています。
※公証事務に関する相談は無料です。
☎青森公証人合同役場 ☎ 017-776-8273
弘前公証役場 ☎ 0172-34-3084
八戸公証役場 ☎ 0178-43-1213

「法の日」司法書士無料法律相談会

日常生活での困り事や法律上の悩みについて司法書士が相談に応じます。

とき 10月21日(土) 午前10時～午後3時 (当日先着順)

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

内容 相続、登記、成年後見、多重債務、裁判所提出書類作成など
※相談は無料ですが、具体的な手続きが必要になる場合は別途費用がかかります。

☎県司法書士会 ☎ 017-776-8398

官庁街通りの桜の植え替え

腐朽菌(ベッコウダケ)により特に状態が悪い桜を植え替えます。

本年度更新数 2本

更新箇所 アート広場前、上北労働基準協会前

植える桜の種類 ソメイヨシノ (推定樹齢13年、樹高7m)

更新時期 10～11月ころ

☎都市整備建築課 ☎ 51-6737



(一財)自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業を活用し、次の団体が備品を整備しました。

地域の拠点施設の機能の強化が図られ、高齢者や住民が憩える集いの場の充実、地域のコミュニティ活動の活性化が期待されます。

◆若葉町内会◆

エアコン、扇風機、液晶テレビ、ファンヒーター、ほか
☎まちづくり支援課 ☎ 51-6725

司法書士に聞いてみよう！ 相続・登記・成年後見相談会

とき 11月11日(土) 午前10時～午後3時

相談方法 ①電話 017-752-0440 (当日のみの番号) ②Web ③面談

申し込み方法

①事前予約不要 ②③青森県司法書士会ホームページの専用フォームからお申し込みください。

☎☎(公社)成年後見センター・リーガルサポート ☎ 017-775-1205

広げよう「里親」の輪 ～10月は里親月間です～

さまざまな事情で親と離れて暮らす子どもたちが全国には約4万2千人います。乳児院や児童養護施設などで暮らす子どもを自分の家庭に迎え入れ、さまざまなサポートを受けながら養育するのが「里親制度」です。

県では子どもの里親を希望する人への青森県養育・養子縁組里親基礎・登録前研修(11月開催)の申し込み受け付けをしています。

研修申し込み受け付け前の事前ガイダンスが必要となります。まずはお問い合わせください。

☎☎ 県里親業務委託機関フォスターリングひまわり(ひまわり乳児院内) ☎ 090-5448-0069

定期労働相談会 青森県労働委員会事務局 ☎ 017-734-9832 FAX 017-734-8311

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。

| とき | ところ |
|-----------------------|-----------------------------------|
| 10月15日(日) 10:00～12:00 | 弘前市総合学習センター(弘前市末広4丁目10-1) |
| 10月22日(日) 10:00～12:00 | ユートリー(八戸市一番町1丁目9-22) |
| 10月29日(日) 10:00～12:00 | 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) |

消費税のインボイス制度相談会 -10月からインボイス制度が始まりました-

とき 10月11日(水)、25日(水)、11月8日(水)、22日(水)、12月8日(金)、20日(水)
いずれも午前10時10分～、午後1時10分～

ところ 十和田税務署(十和田奥入瀬合同庁舎)

☎☎十和田税務署 ☎ 23-3997

令和6年十和田市二十歳のつどいのお知らせ

とき 令和6年1月7日(日) 午後2時～(受け付け開始 午後1時)

ところ 市民文化センター

対象 平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの人

その他 ▶開催案内はがきなどは送付しません。▶就学地や勤務地、現住所や国籍を問わず、誰でも参加できますので、直接会場にお越しください。

申込 スポーツ・生涯学習課
☎58-0186

▶家族の入場も可能です。
▶車いすでの参加や付き添いが必要な場合は、事前にご連絡ください。



十和田ファミリー・サポート・センター支援会員募集

子育て中の人から依頼を受けて子どもを預かる支援会員(有償)を募集します。希望する人は「支援会員養成講座」の受講が必要となります。

要件 市内に居住し、心身ともに健康で、育児支援ボランティア活動に熱意と理解がある人

■支援会員養成講座

とき 10月25日(水)～27日(金)、30日(月)～11月1日(水) 午前9時～正午

※日程が変更になる場合があります。

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

申込期限 10月13日(金)

申込 十和田ファミリー・サポート・センター

☎(月・水・木曜日)090-3347-0853、
(月・火・金曜日)090-8801-0853

「十和田市暮らしの便利帳」の広告募集

市が提供するサービスなどを掲載した「十和田市暮らしの便利帳2024年保存版」の発行を令和6年2月末に予定しています。

この冊子は、(株)サイネックスと官民協働で発行し、市内の各世帯と転入してきた世帯へ配布します。

広告募集期限 11月30日(木)

申込 (広告について)

(株)サイネックス ☎017-775-3623

(発行について) 総務課 ☎51-6702

募 集

中央病院 薬剤師の通年募集

中央病院では、薬剤師確保のため、通年において薬剤師を募集します。

募集人数 2人程度

採用予定日 ▶薬剤師免許所有者

随時 ▶薬剤師免許取得予定者

令和6年4月1日

申込 中央病院業務課

☎23-5121

メール gyomu@city.

towada.lg.jp



▲詳しくはこちらから

子ども学習支援会参加者募集

ひとり親家庭や市民税非課税世帯の児童・生徒を対象に学習支援会を開催しています。

とき 令和6年2月まで 週1回程度 午後6時～9時

対象 小学4年～中学3年生

募集人数 9人

申し込み方法 こども支援課窓口で直接申し込みください。

※支援会開催場所は、申し込み時にお知らせします。

申込 こども支援課 ☎51-6716

令和6年度入学特認校生徒募集

市の特認校「切田中学校」では、令和6年度の生徒を募集します。

「ボランティア精神と郷土愛に満ちた国際人としての態度の育成」という方針のもと、英会話能力の向上やさまざまな体験学習に力を入れています。

対象 令和6年度に中学校に進学する市内在住の小学6年生

募集人員 18人程度

見学会 10月26日(木) 午後3時～

募集期間 10月26日(木)～11月1日(水)

面談 11月22日(水)

※特認校入学申込書は、市内小学校および教育総務課に備え付けてあります。

申込 教育総務課 ☎58-0182



～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

[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 3,000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。



十和田市
Towada City



講座・教室

健康とわだポイントラリー はこのマークが目印です▶



ポイントラリー応募用紙をお持ちの人は持参してご参加ください。

☎健康増進課 ☎ 51-6791

第4回さわやか健康講座 糖尿病予防



～いつまでも元気で
歩けるためのフットケア～

とき 11月2日(木)

午後1時30分～3時

ところ 保健センター

講師 中央病院 看護師長
糖尿病看護特定認定看護師

成田 圭子 さん

定員 80人 (先着順)

☎健康増進課 ☎ 51-6791

中央病院 「市民健やかゼミナール」



とき 10月26日(木) 午後4時～5時

ところ 中央病院別館2階 講堂

演題 A | 放射線治療がいのちを守る～人工知能はどこまで進化しているか?～

講師 中央病院放射線技術科

小川 佐智男 副技師長

※講演終了後、骨粗しょう症予防運動を10分程度行います。

※直接会場にお越しください。

☎中央病院業務課

☎ 23-5121 (内線 3220)

第4回十和田市民 「あんしん生活活用講座」



とき 10月20日(金)

午後6時30分～7時30分

ところ 中央病院

内容 健康寿命を延ばしましょう!～サルコペニア、フレイルを防ぐ生活習慣を～

講師 中央病院総合診療科医師



手代森 隆 医師



荻野 雅也 医師

開催方法 来場 (先着 50人)

オンライン (Zoom)

申込期限 10月16日(月)

申し込み方法 電話またはQRコードから申し込みください。

☎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▶



2023 十和田湖・奥入瀬溪流世界 遺産登録推進フォーラム

とき 10月9日(月)

午後2時～4時20分

ところ 市民文化センター

内容 ①基調講演「世界遺産登録に必要なこと」岡田康博 三内丸山遺跡センター所長 ②パネルディスカッション

定員 300人 (先着順)

☎十和田湖・奥入瀬溪流世界遺産登録推進研究会議

☎・FAX 72-2780

在住外国人と地域住民の「災害から身を守ろう！」

減災・防災を通して異文化相互理解 (全4回)

☎NPO 法人十和田国際交流協会 (T-AIR)・村山

☎ 090-5187-5170 (SMS可) メール 4938murayama@gmail.com

▶詳しくはこちらから



◆第3回「避難するとき、何をどうする？」～平時からの備え～

とき 10月29日(日)

午前10時30分～正午

講師 日本赤十字社青森県支部

講演終了後、ランチ持参で「楽しく話しましょう」十和田商工会館5階で、

午後1時30分頃まで

◆ボランティア募集

①通訳者 4人 ②翻訳者 4人 ①②いずれも、英語、ベトナム語、中国語、韓国語ほか ③SNS拡散できる人

◆最終回「自分の国の料理で楽しく交流」～1品持ってきて交流会～

とき 11月19日(日)

午前10時～午後1時

◆第3回、最終回いずれも

ところ 十和田商工会館 5階

申込期限 開催日の3日前

十和田市 健康都市宣言推進講演会



とき 10月31日(火)

午後1時30分～3時

ところ 総合体育センター

内容 ▶講話「運動でのばす健康寿命」講師 健康運動指導士

加藤 智子 さん

▶実技①レベル★★★

(69歳以下の人におすすめ!)

「楽しくエクササイズ～健康的なボディを目指して～」講師 健康運動指導士 加藤 智子 さん

▶実技②レベル★★★

(70歳以上の方におすすめ!)

「自宅でできる骨粗鬆症予防～骨を丈夫にして身体を整える体操～」

講師 整体師 佐々木 佳史 さん

※実技は①②いずれかの選択制です。

持ち物 動きやすい服装、内履き、タオル、飲み物

定員 120人 (先着順)

☎健康増進課 ☎ 51-6791

「介護基本技術講習」

～介護のキホンを学んで就職活動に活かそう～

とき 11月7日(火)～10日(金)

(全4日間) 午前10時～午後5時

ところ 市民文化センター

定員 20人

対象 次の要件を全て満たす人

▶県内に在住し、介護現場へ就業意欲のある人 ▶4日間の講習に

欠席無く参加できる人

申込締切 10月17日(火)

☎介護労働安定センター青森支部

☎ 017-777-4331

詳しくはこちらから▶



令和5年度十和田湖環境保全会議

十和田湖の水質や周辺環境の保全に関する活動、調査研究などについて、講演や話題提供をします。

とき 11月7日(火) 午後1時～3時

ところ 東コミュニティセンター

対象 十和田湖の環境保全に興味のある人

定員 50人程度

※直接会場にお越しください。

☎環境保全課 ☎ 017-734-9242

市立中央病院 第11回「病院ふれあいまつり」

中央病院業務課 ☎23-5121



職員とのふれあいを通して、市民の皆さんに病院への理解を深めていただくため、4年ぶりに市民の皆さんをお迎えしての「病院ふれあいまつり」を開催します。医療や健康に関する各種体験や相談ができますので、お誘い合わせの上、お気軽にお越しください。

とき 10月22日(日) 午前10時～午後2時30分 **ところ** 中央病院エントランスホールほか

内容 ◆健康相談ブース(午後1時まで) ▶無料検診コーナー ▶がん相談、お薬相談コーナー
◆医療体験ブース(午後1時まで) ▶医師や医療専門職によるチーム活動の紹介 ▶各種医療の体験コーナー
◆各種イベント(午後2時30分まで) ▶ステージイベント



同時開催！ 市民公開講座

●笑って！学んで！認知症を理解しようー認知症の症状とその対応ー

とき 午後1時30分～2時30分 **ところ** 中央病院エントランスホール

講師 中央病院 メンタルヘルス科診療部長 竹内 淳子 医師

じゅんちゃん一座寸劇「姑VS嫁～絶対おまえが盗ったんだ！！～救急医療情報キットバージョン～」

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、開催規模の縮小または中止となる場合があります。

詳しくは中央病院ホームページをご覧ください。



令和5年度甲種防火管理新規講習

とき 12月5日(火)、6日(水)の2日間
午前10時～午後4時

(6日は午後4時10分終了)

ところ 十和田消防庁舎3階

費用 4,500円(テキスト代など)

申し込み方法 各消防署に備え付け、または消防ホームページからダウンロードした申込書に必要事項を記入の上、消防本部予防課へ費用を添えてお申し込みください。

定員 80人(先着順)

受付期間 ▶本市または六戸町に住んでいる、または勤務している人
11月6日(月)～10日(金) ▶すべての人 11月13日(月)、14日(火)

申問 十和田地域広域事務組合消防本部予防課 ☎25-4113

チャレンジ！手話講座

あいさつや指文字など日常生活で使う手話単語を学ぶ初心者向けの講座です。

とき 11月11日～12月23日の毎週土曜日(全8回)

※第3回は11月23日(木)

いずれも午前10時～11時30分

ところ 市民交流プラザ「トワール」

費用 3,300円(テキスト代)

持ち物 筆記用具

定員 10人程度

申込期限 11月6日(月)

申問 市社会福祉協議会 ☎23-2992

催し

婚活イベント「林檎ばもがNight 恋は実らせないと」

とき 10月28日(土) 午後4時～7時(受け付け開始午後3時30分)

ところ 上明戸農園(赤沼字寺ノ上90)

対象 20代から40代の独身の人

▶男性は市内農業者(後継者含む)

▶女性は居住地を問いません

定員 男女各10人

内容 リンゴ収穫体験、ミニゲーム、食事しながらのフリータイム

参加費 ▶女性1,000円

▶男性3,000円

申込期限 10月20日(金)

申し込み方法 QRコードを読み取りお申し込みフォームへ入力ください。

申問 十和田おいらせ農業協同組合青年部 ☎23-0339

十和田市農業後継者

対策協議会

☎51-6740

申し込みはこちらから▶



本のリサイクルフェア

読み終わって不要になった本を、市民の皆さんに再利用してもらうため、本のリサイクルフェアを開催します。

■本の収集 家庭で不要になった本をお持ちください。

収集期間 10月1日(日)～27日(金)
午前9時～午後8時

対象となる本 10年以内に出版された本、児童書、絵本、雑誌(書き込みや汚れ、傷みのない本)

※問題集、漫画などは対象外です。

■本の配布 提供された本の中から好きな本をお持ち帰りください。

配布期間 11月3日(金)

午前9時～午後4時

ところ 市民図書館

配布冊数 1人10冊まで

持ち物 持ち帰り用の袋

※本がなくなり次第終了します。

※混雑時には入場制限をすることがあります。

申問 市民図書館 ☎23-7808

奥入瀬ろまんパーク 秋の収穫祭

申問 (一財)十和田湖ふるさと活性化公社 ☎72-3201

とき 10月28日(土)、29日(日) 午前10時～午後3時

ところ 奥入瀬ろまんパーク

内容 ▶農産物、果物の販売 ▶キッチンカー出店

▶イベント(よさこい、沢田鶏舞、YDK65(ダンス)、しっ

ぽの会議渡会、リンゴ・菓子詰め放題など)



プラネタリウム特別企画 「宇宙劇場へようこそ」

■第4回「太陽系グランド・ツアー ～こうして私たちは『太陽系人』 になった～」

昭和52年(1977年)の打ち上げから45年経った今なおボイジャー探査機は観測を続けています。この探査機の目を通して、私たちは『太陽系に住む人』になりました。

『太陽系人』には、世界はどのように見えるのか、デジタルプラネタリウムで解説します。

とき 10月14日(土) 午後6時～7時

ところ 市民文化センター

定員 80人(先着順・指定席)

観覧料 3歳～中学生55円 高校生160円 一般・大学生220円

申込期間 10月3日(火)～10日(火)

申込 申込スポーツ・生涯学習課

☎ 58-0184 FAX 24-3954

子育て支援リユース事業 「みんなのクローゼット」

市社会福祉協議会では、「子育て支援リユース事業」に取り組み、集まった子ども服や学用品を無料でお渡しします。

とき 10月9日(月)

午前11時～午後3時

ところ 市民交流プラザ「トワール」

対象 18歳以下の子どもがいる世帯

提供物品 秋冬物の衣類・学用品

※直接会場にお越しください。

※詳しくは市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

☎ 市社会福祉協議会 ☎ 23-2992

南コミュニティセンターまつり

とき 10月21日(土)、22日(日)

午前9時～午後4時(22日は午後3時まで)

ところ 南コミュニティセンター

内容 ▶ステージ発表 合唱、楽器演奏、舞踊、太極拳ほか ▶展示 南小児童作品、書道、生け花、切り絵ほか ▶スポーツ グラウンドゴルフ大会、ゲートボール教室 ▶模擬店 ラーメン、焼き鳥、綿あめほか

※駐車台数に限りがあるので、車でのご来館はできるだけお控えください。

☎ 南コミュニティセンター

☎ 22-4416

馬事公苑称徳館イベント

■第19回ちびっこ馬の絵 コンテスト作品展



本市と関係の深い「馬」について、小学生から応募のあった絵画を展示します。馬との触れ合いなど、さまざまな作品をお楽しみください。

とき 10月29日(日)まで

午前9時～午後4時30分(最終入館午後4時)

■「民話を楽しむ日」

とき 10月29日(日)

午前10時30分～午後2時30分

内容 ▶津軽弁と南部弁の民話聞き比べ 十和田・民話語りべ「わの会」、津軽語り人「なやわや」

▶腹話術紙芝居 ほおずきの会

▶古典落語「芝浜」から南部弁劇

「芝浜」劇団越後屋一座

■「東北文化の日」

28日(土)、29日(日)は「東北文化の日」につき観覧無料です。

☎ 馬事公苑称徳館 ☎ 26-2100

元気！くらしの安全・安心展 (消費生活展)

安全・安心な消費生活の向上を図るため、消費生活情報を提供する展示会を開催します。

とき 10月15日(日) 午前10時～午後2時

ところ 道の駅とわだ

内容 詐欺被害防止の啓発活動、リサイクル品などの販売

☎ 十和田市消費者の会 ☎ 51-6783

市民の広場

市民の皆さんが行う催しの紹介、サークルなどの会員募集のコーナーです。
費用の記載がないものは無料です。掲載希望の団体、サークルの方は市ホームページをご覧ください。

① 蔦秘境めぐり

とき 10月22日(日)

ところ 南八甲田の松森周辺

対象 山道をゆっくり6時間歩ける人

② 南八甲田・赤沼の巨木群生地めぐり

とき 10月29日(日)

ところ 南八甲田の赤沼周辺

対象 山道をゆっくり4時間歩ける人

①② いずれも

集合場所 奥入瀬渓流温泉スキー場

駐車場

時間 午前8時～午後4時30分

費用 2,000円

定員 各回25人(先着順)

持ち物 長靴、昼食、雨具、飲み物

申込期限 開催日の2日前まで

申込 ふるりの里の巨木と史跡研究会・高瀬 ☎ 090-7325-9222

【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

ネットで予約や空き状況が確認できる

十和田市 公共施設予約システム

■ 詳しくは、市ホームページをご覧ください。
※ 予約については、各施設へお問い合わせください。

メンテナンス時を除き
24時間利用可能!

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
3,000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。

第26回朗読のひととき - 曙光 -

長い間新型コロナウイルス感染症の流行で閉じ込められていた世界に差ししてきた明るい兆しを力に、前を向いて歩こうという志を込めた作品集を朗読でお届けします。

とき 10月29日(日)

午後2時～3時20分

ところ 地域交流センター「とわふる」

定員 60人(先着順)

※直接会場にお越しください。

申込 十和田点訳・朗読奉仕会・佐々木

☎ 22-3782

**フラダンス・タヒチアンダンス
新規メンバー募集**

初心者大歓迎です。ダイエットや運動不足解消に踊ってみませんか。

とき 隔週月曜日

フラダンス 午前10時～11時

タヒチアンダンス 午前11時～正午

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

費用 1回1,800円

(講師謝礼、運営費)

持ち物 飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

申込 Towada Hawaiian Circle

メール hawaiian.circle516@gmail.com

十和田野鳥の会バードウォッチング

とき・ところ

① 10月1日(日)・仏沼方面

② 11月12日(日)・鳶沼

③ 12月3日(日)・間木堤～百石海岸

④ 令和6年1月14日(日)・小川原湖他

⑤ 2月11日(日)・八戸海岸(蕪島)

⑥ 3月24日(日)・小川原湖

集合場所・時間

①～④、⑥ 桜の広場南側・午前9時

⑤ 桜の広場・午前8時40分

持ち物 双眼鏡、簡単な昼食など

申込 十和田野鳥の会 ☎ 24-9826

**男女の出会い 交流イベント
出会ったきっかけは きみがらスリッパ**

市の伝統工芸品「きみがらスリッパ(ミニぞうり)」を制作しながら男女の出会いと縁をつなぎます。

とき 11月26日(日) 午前10時～正午

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

対象 20～30代の独身の社会人

定員 男女各10人

費用 男性5,000円 女性3,000円

申込期限 11月19日(日)

※申し込み方法など詳しくはホームページをご覧ください。

<https://majikon.jp/>

申込 インバウンド十和田

☎ 090-6451-6910

メール info@inbound-towada.jp

Jcc 十和田レスリング教室

一緒にレスリングをする仲間を募集しています。たくさん仲間と練習や試合をします。

見学や体験希望も歓迎します。

とき 週3回(第1・3週:水・木・

金曜日、第2・4週:木・金・土曜

日) 午後6時30分～9時

ところ 志道館

対象 幼児～中学生

申込 J c c 十和田レスリング・川村

☎ 090-5235-5334

極真カラテ 秋季無料体験入門

気軽に極真カラテを体験してみませんか。

とき 10月の毎週水・土曜日

午後7時～8時30分

ところ 志道館

対象 3歳以上

持ち物 タオル、飲み物

※動きやすい服装で、直接会場にお越しください。

申込 極真会館十和田道場・目時

☎ 090-9426-0439

**第16回十和田市長杯争奪
駒の里将棋大会**

将棋ファンの皆さん、お待たせしました。4年ぶりに開催する運びとなりましたので、限られた時間ですが、奮ってご参加ください。

とき 10月15日(日) 午後1時～5時(午後0時30分 受け付け開始)

ところ 南コミュニティセンター

対象 将棋の基本的なルールが分かる人(3級程度)から有段者まで

定員 50人(先着順)

費用 小・中学生500円、高校生・一般1,000円

※直接会場にお越しください。

申込 とわだ将棋サークル・松嶋

☎ 090-3123-6964

**総合型スポーツクラブ RED HORSE
2023年度定期教室会員募集**

① ラグビー部

とき ▶ 10月 毎週日曜日 午前9時～11時

▶ 11月～令和6年3月の隔週土曜日 午後6時30分～8時30分

ところ 県立三本木農業恵拓高校芝

ラグビー場、南小学校体育館

対象 3歳以上

(小学生未満は保護者同伴)

費用 小学生未満3,600円、

小・中学生4,200円、高校生以上5,000円

(会費6カ月分)

② ヨガ部

とき 10月14日～令和6年3月23日

毎月2回土曜日(全12回)

午前10時30分～11時30分

ところ 総合体育センター

対象 小学生以上

(小学生は保護者同伴)

定員 20人(先着順)

費用 5,400円

(会費6カ月分・保険代含む)

③ ルーシーダットン(タイ式ヨガ)部

とき 10月4日～令和6年3月20日

毎月2回水曜日(全12回)

午前10時30分～11時30分

ところ 志道館

対象 小学生以上

(小学生は保護者同伴)

定員 20人(先着順)

費用 5,400円

(会費6カ月分・保険代含む)

※①②③いずれも事前に申し込みください。

申込 総合型スポーツクラブ RED HORSE

①(成田) ☎ 090-6853-3370

②③(小川) ☎ 090-8929-1577



現代美術館イベント情報 申込 現代美術館 ☎ 20-1127 FAX 20-1138

◆ 対話型鑑賞プログラム げんびさんぽ

① **とき** 10月9日(月) 午前11時～正午

鑑賞作品 森北 伸

《フライングマン・アンド・ハンター》

② **とき** 10月24日(火) 午後1時～2時

鑑賞作品 ハンス・オプ・デ・ベーク

《ロケーション(5)》

①②いずれも **定員** 20人(要予約・先着順)

集合場所 美術館エントランス

※24日はプログラムで鑑賞する以外の常設展示作品をご覧ください。

※常設展のチケットが必要です。

◆ 10月9日(月)は常設展示市民無料デー

※マイナンバーカード、運転免許証など住所が

確認できるものを受付に提示してください。

◆ 学芸員による常設展ギャラリートーク

とき 10月14日(土) 午前11時～11時40分

集合場所 美術館エントランス

定員 10人(要予約・先着順)

※常設展のチケットが必要です。

10月ほけんのページ

●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 | 10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 | 18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。 | 19日(木) ※歯ブラシ持参 | |
| ◆3歳児健診 対象者には個別通知します | 17日(火) | |
| ◆子どものこころの相談 小・中・高校生と保護者 | 26日(木) ※19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か月までの乳児 のお母さんとその家族 | ◆ベビーマッサージ ◆親子ふれあい 16日(月) 13:30~15:30 定員8組※要予約 | 市民交流プラザ 「トワレ」 ☎健康増進課 ☎51-6797 |
| ◆パパママ教室 妊婦とその家族 | ◆妊娠期コース 15日(日) 9:30~11:30 定員8組※要予約 | 保健センター ☎健康増進課 ☎51-6797 |
| ◆祖父母のための孫育 て教室 乳幼児の子育て・孫育てを 応援する祖父母世代 | 23日(月) 9:30~11:00 定員6人※要予約 | 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、翌日以降に受診してください。

※第2中央駐車場をご利用の場合は、駐車無料券を配布します。

◆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

⊕ 休日当番医

☎健康増進課☎51-6790

| | | |
|--------|-----------------------|----------|
| 1日(日) | 藤井産婦人科医院 (東三番町9-59) | ☎22-5588 |
| 8日(日) | えとクリニック (東一番町2-23) | ☎25-2525 |
| 9日(月) | 清潮会クリニック (東十一番町7-25) | ☎25-3300 |
| 15日(日) | 小嶋外科胃腸科医院 (西三番町15-41) | ☎23-2666 |
| 22日(日) | 阿部クリニック (東三番町9-66) | ☎25-1122 |
| 29日(日) | 岡本整形外科クリニック (稲生町2-22) | ☎20-1101 |

▶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。

▶医療機関により規模や診療科が異なるため、症状などによっては診察できない場合がありますのでご了承ください。

▶子どもの症状で、受診すべきかわからないときは小児救急電話相談 #8000 (ダイヤル回線・公衆電話からは017-722-1152) へお問い合わせください。

●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 | 5日(木)、11月1日(水) 14:00~15:00 ※実施日の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 | 5日(木) 9:30~10:20~ 11:10~13:15~ 14:05~14:55~ ※3日(木)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 | 11日(水) 14:00~15:00 ※6日(金)までに要予約 | 市役所本館2階 会議室1 ☎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 いて心配なお子さんの家族 | 11日(水) ※要予約 9:00~11:30 | 上十三保健所 ☎☎23-4261 |
| ◆B型およびC型肝炎検査(※) 過去にB型およびC型肝炎ウイ ルス検査を受けたことがない人 | 10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 | 18日(水) ※要予約 13:00~14:00 | 上十三保健所 エイズ専用 ☎☎23-8450 |
| ◆HIV(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 | 10日(火) ※要予約 13:30~14:30 | |

(※)40歳以上の市民は市の検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。

10月は「がん検診受診率向上キャンペーン月間」です！

☎健康増進課☎51-6790

令和3年の十和田市民の死亡原因の1位はがんで、およそ4人に1人ががんで亡くなっています。がんは初期では自覚症状がないものがありますので、早期発見・早期治療のために定期的に検診を受けることが大切です。

| 検診名 | 対象年齢 | 受診頻度 |
|--------------|------|-------|
| 胃がん・肺がん・大腸がん | 40歳~ | 年1回 |
| 乳がん | | 2年に1回 |
| 子宮頸がん | 20歳~ | |

【年齢によって無料になるがん検診があります】

▶20・21歳：子宮頸がん ▶50歳：大腸がん

▶40・41歳：胃がん・肺がん・大腸がん・乳

がん・子宮頸がん ▶70歳以上：肺がん・大腸

がん・乳がん・子宮頸がん ※年齢は年度末年齢です。

お申し込みはこちらから▶



あおりけん親子のための相談LINE

☎県こどもみらい課☎017-734-9301

子育ての不安や家族との関わりについて、対面や電話では話せないけれど、SNSなら相談できるかもしれません。秘密は守ります。



次の①②いずれの人も接種を希望する場合は、市コールセンターへ接種券の発行申請を行ってください。
 ①令和3年度以降に本市へ転入した人で接種を希望する場合（転入後に1度でも申請した人には接種時期に案内が届きますので申請は不要です。）
 ②これまでに新型コロナワクチンを接種したことがなく、新たに初回接種を希望する人（XBB 対応1価ワクチンでの接種が可能です。）

高齢者のインフルエンザ予防接種（定期接種）を実施します

問健康増進課 ☎ 51-6790

対象者 接種日において本市に住居登録をしている次の人
 ①接種日において65歳以上の人
 ②接種日において60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓、呼吸器の機能や免疫の機能に障害をもつ、身体障害者手帳1級相当の人
 ※10月2日時点で65歳の人と、66歳以上の人で過去3年間に市の実施するインフルエンザ予防接種を接種した人などには、9月末に予診票を郵送しています。
実施期間 10月2日(月)～令和6年1月31日(水)
 ※例年の流行状況から、予防接種の適期は10月から12月中旬までとされていますので、お早めの接種をおすすめします。
 ※ワクチンの供給状況などにより、期間中であっても医療機関によっては終了となる場合があります。ご了承ください。
予防接種実施場所 市内指定医療機関
費用 1,300円（期間内1回の接種に限ります）
 ※生活保護受給者や市民税非課税世帯の人は無料です（証明書が必要です）。
持ち物 予診票、保険証

広報とわだ9月号に掲載した子ども・妊婦を対象としたインフルエンザ予防接種費用の一部助成についても、助成期間は10月2日(月)から令和6年1月31日(水)までに変更となります。

青森県がん・生活習慣病対策課 主催「脳卒中県民公開講座」

問県がん・生活習慣病対策課 ☎ 017-722-1111 (内 6278)

とき 10月22日(日) 午後1時30分～3時30分
ところ 県民福祉プラザ4階「県民ホール」
 (青森市中央3-20-30)
内容 ▶基調講演①「脳卒中の内科治療(仮)」 講師 弘前脳卒中・リハビリテーションセンター 齋藤 新 内科部長
 ▶基調講演②「脳卒中の外科治療」 講師 弘前大学大学院医学研究科脳神経外科学講座 齊藤 敦志 教授

▶基調講演③「脳梗塞の新しい治療」 講師 弘前大学大学院医学研究科脳神経外科学講座 森田 隆弘 助教
 ▶その他 ①青森地域広域事務組合消防本部による心肺蘇生法、AEDの実演 ②血管年齢測定
定員 300人
 ※直接会場にお越しください。

青森県・弘前大学医学部附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター 主催「第2回青森県 県民公開講座」

問弘前大学医学部附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター ☎ 0172-39-5459 メール noushincenter@hirosaki-u.ac.jp

とき 10月26日(木) 午後3時～4時
ところ 弘前大学医学部 コミュニケーションセンター
内容 ①「脳卒中を予防するお食事」 嶋崎 真樹子 管理栄養士 ②「脳卒中とお薬の付き合い方」 大久保 翔 薬剤師 ③個別相談会（メール、電話も可。希望者のみ）

開催方法 ▶来場（先着 100人）
 ▶弘前大学医学部附属病院で実況中継（先着 10人）
 ▶オンライン（Zoom 先着 100人）
申込期限 10月19日(木)



▲Zoom配信はこちらから

●献血のお知らせ

問健康増進課 ☎ 51-6790

| 実施予定日 | 時間 | ところ |
|--------|-------------|------------------|
| 2日(月) | 9:30～11:45 | 青森県トラック協会 上十三支部 |
| | 13:00～16:00 | |
| 8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 | |
| 11日(水) | 10:00～11:30 | 青森県農業共済組合 南部支所 |
| | 13:30～16:00 | 十和田東病院 |
| 28日(土) | 14:00～15:45 | ユニバース 十和田東店 |

■献血のご協力をお願いします

市では多くの事業所や学校からご協力いただき、年間を通して献血を行っています。血液は長期間の保存ができず、献血によって必要な血液を確保しなければ、医療を支えることができません。
 血液を必要としている患者さんのために、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。
 ※献血の日程は市ホームページにも掲載しています。



10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 | 2日(月) 13:00～15:00 ※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めめ事などの相談 | 27日(金) 13:00～15:00 |
| ◆特設行政・人権相談 行政機関の業務に対する苦情・意見・要望や家庭内・隣近所とのめめ事などの相談 | 13日(金) 10:00～15:00 ※市役所本館2階会議室1で開催 |
| ◆法律相談(定員7人) 相続、離婚、借金などの相談 | 25日(水) 13:00～16:00 ※18日(木)午前9時から予約受け付け開始 |
| ◆法テラス青森(定員6人) 相続・離婚・借金・労働問題などの相談(法律相談) ※資力基準に該当する人 | 10日(火)対面、24日(火)オンライン ※パソコンは市で用意します。 13:00～16:00 ※予約先 ☎050-3383-5552 |
| ◆不動産相談(定員4人) 不動産売買、賃貸借などの相談 | 12日(木) 13:00～15:00 ※5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 | 11日(水) 10:00～16:00 ※10日(火)午後4時までに要予約 |
| ◆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) 9:00～12:00、13:00～16:00 ※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 | 26日(木) 10:00～15:00 ※要予約(先着順) (次回は11月16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
閩八戸年金事務所 ☎0178-44-1742 市民課 ☎51-6753

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。 閩収納課 ☎51-6762

10月31日(火)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

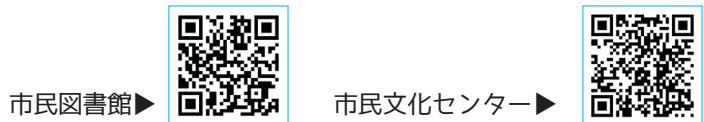
市県民税第3期/国民健康保険税第4期
介護保険料第4期/後期高齢者医療保険料第4期

| 人口と世帯 | 区分 | 人・世帯数 | 前月比 | 前年比 |
|---------------|----|----------|-------|-------|
| 令和5年8月末 現在 | 人口 | 58,480人 | -32人 | -693人 |
| | 男 | 27,995人 | -22人 | -364人 |
| | 女 | 30,485人 | -10人 | -329人 |
| | 世帯 | 28,135世帯 | +14世帯 | +53世帯 |

その他の催しなど <>…開始時間

| | |
|--------|--|
| 2日(月) | ▶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」 (閩健康増進課 ☎51-6791) |
| 7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 (閩健康増進課 ☎51-6791) |
| 8日(日) | ▶第38回北里大学獣医学部紅葉祭企画「『犬部』太田快作講演会」<12:00>～北里大学獣医学部体育館 (申し込み不要) (閩北里大学獣医学部学生課 ☎24-9423) |
| 13日(金) | ▶精神障がい者家族会「とわだ家族会」「家族による家族学習会」第2回目<13:00>～市民交流プラザ「タワーレ」 (閩健康増進課 ☎51-6791) |
| 14日(土) | ▶こころの広場「ルピナス」<10:00>～市民交流プラザ「タワーレ」 (閩健康増進課 ☎51-6791) (28日(土)も開催) |
| 20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」 (閩NPO法人スマイルラボ ☎090-5231-7570) |
| 22日(日) | ▶普通救命講習会<9:00>～消防庁舎(要予約) (閩十和田消防署 ☎25-4115) |
| 27日(金) | ▶精神障がい者家族会「とわだ家族会」「家族による家族学習会」第3回目<13:00>～市民交流プラザ「タワーレ」 (閩健康増進課 ☎51-6791) |
| 28日(土) | ▶第44回宮大祭<9:00>～青森県宮農大(七戸町字大沢48-8) (閩青森県宮農大 ☎62-3111) (29日(日)も開催) |

◆各施設の催しはこちらから



第38回上北地方教職員美術展覧会・退職女性教職員バザー

閩上北地方教育会館 ☎23-4271
とき 10月21日(土)、22日(日) 午前9時～午後5時
(22日は午後3時まで)

ところ 上北地方教育会館
内容 ▶上十三地域の教職員による美術展覧会(日本画、洋画、版画、写真、デザイン、工芸、書など) ▶特別展(津軽地方を中心に活動する洋画家、櫻庭 利弘 さん) ▶バザー

奥入瀬の未来を考えるシンポジウム

閩NPO法人奥入瀬自然観光資源研究会 ☎23-5866
とき 11月4日(土) 午後1時30分～5時

ところ 星野リゾート奥入瀬溪流ホテル
対象 本市在住の人、観光・環境事業関係者
定員 150人(先着順)
申し込み方法 おいけんホームページ (<https://www.oiken.org>) から申し込みください。
※終了後に交流会(希望者のみ、有料)があります。

アプリで「広報とわだ」を読みませんか



利用方法
QRコードを読み込み、
アプリ「マイワ」をインストールする。

