



【特集】

新型コロナウイルス感染症対策情報

主な内容

04	市からの重要NEWS	12	・ギャンブル等依存症問題啓発週間
	・匠の職人	13	・ヒトパピローマウイルス感染症予防接種
06	・青森市津波ハザードマップを更新	15	情報ひろば
08	・移住支援制度を拡充しました！		・むつONEリレーウォーク開催！
10	健康ナビ	20	八重桜フォトコンテスト

新型コロナウイルス感染症対策情報

新型コロナウイルスワクチン 12～17歳の追加接種について



対象者 2回目接種完了日から6か月が経過した12～17歳のかた

ワクチン接種方法

- ①個別接種…市内**82か所**の医療機関で個別接種を実施 ※一部の医療機関で年齢制限あり
- ②青森県総合健診センター…接種予定日は下のカレンダーをご覧ください。

接種するワクチン ファイザー社ワクチン（2回目接種から6か月の間隔をおいて接種）
1・2回目に武田／モデルナ社ワクチンを受けたかたも、ファイザー社のワクチンを接種できます。

接種の受け方 4月6日から対象者に接種券を発送しています。接種券がお手元に届いたら、コールセンター、市運営ウェブサイト、個別接種実施医療機関にて、ご希望の日時を予約してください。
なお、15歳未満の接種については、原則、保護者の同伴が必要です。

5月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9 ファイザー	10	11 ファイザー	12	13	14
15	16 ファイザー	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26 ファイザー	27	28
29	30 ファイザー	31				

接種を受けることは強制ではありません。予防接種を受けるかたには、予防接種による感染症予防の効果と副反応のリスクの双方について理解した上で、本人・家族の意志で接種を受けていただいています。

受けるかたの同意なく、接種が行われることはありません。

周りのかたなどに接種を強要したり、接種を受けていない人に差別的な扱いをすることのないようお願いいたします。

18歳以上の追加接種について

対象者 2回目接種完了日から6か月が経過した18歳以上のかた

ワクチン接種方法

- ①個別接種（個別接種を実施している市内**108医療機関**で接種）
各医療機関により予約方法が異なります。詳しくは、接種券一体型予診票に同封しているお知らせ等をご確認ください。
- ②青森県総合健診センター接種
市運営WEB予約または新型コロナワクチン接種専用コールセンターから予約してください。
接種予定日は下のカレンダーをご覧ください。

5月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9 ファイザー	10 モデルナ	11 ファイザー	12 モデルナ	13	14
15	16 ファイザー	17	18 モデルナ	19 モデルナ	20	21
22	23	24	25 モデルナ	26 ファイザー	27	28
29	30 ファイザー	31 モデルナ				

■接種予約は 専用コールセンターか 市運営WEB予約ページから

新型コロナワクチン接種専用コールセンター
(☎017-764-6539、017-752-0517)

受付時間 9:00～18:00（月～土）※祝日除く

FAX 017-718-2867

（聴覚障害のあるかたのみ
FAXをご利用いただけます）

予約フォームはこちらから▶



※接種予定日及び使用ワクチンは、やむを得ない事情で変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

青森市新事業チャレンジ支援補助金

個人事業主・中小企業者等のみなさま、コロナ禍に対応する新たな取組にチャレンジしませんか？

青森市新事業チャレンジ支援補助金事業では、新たな取組を行う事業者の皆様に対し、上限100万円を支援します。

本補助金では、新型コロナウイルス感染症の影響による社会経済の変化に適応する

- ① 新製品の開発、新サービスの提供等に関わる事業
- ② 既存商品の製造方法または提供方法の変更等に関わる事業
- ③ 新規創業に関わる事業

の新たな取組に意欲的にチャレンジする事業者を応援します！

新ビジネス支援課 職員



対象者	市内に本店または主たる事務所を置く 個人事業主・中小企業者等及び新規創業者
補助対象事業	<p>①新製品の開発、新サービスの提供等に関わる事業 新たな製品を製造する、または新たな商品もしくはサービスを提供する事業 【対象事業イメージ】</p> <p>レストランを経営していたが、 コロナ禍により売上が減少</p> <p>→</p> <p>空き時間を活用し、シェフによる 料理教室を新たに開始</p> <p>②既存商品の製造方法または提供方法の変更等に関わる事業 製品または商品もしくはサービスの製造方法または提供方法を変更する事業 【対象事業イメージ】</p> <p>衣料品店を経営していたが、 コロナ禍により売上が減少</p> <p>→</p> <p>販路の拡大を図るため、 インターネット販売を新たに開始</p> <p>③新規創業に関わる事業</p> <p>事業を営んでいない個人（本市に住所を有する者に限る。）が個人事業主として開業、または市内に会社を設立し、新たに事業を開始 ※特定創業支援等事業の支援を受けることが要件となります。 特定創業支援等事業は、AOMORI STARTUP CENTERなどで行われる相談や創業セミナー等が該当します。</p>

※いずれも
市内で実施
する事業に
限る。

補助上限額 **100万円** 補助率 **2 / 3**

募集期間 **4月25日(月)～6月30日(木)**

※7月中に審査を行い、補助金の交付の可否を決定します。
申請したかたが必ず交付決定を受けるものではありません。

補助対象期間 **4月1日(金)～1月31日(火)**

補助対象経費

建物費(建物の改修等)、機械装置・システム構築費、技術導入費(知的財産権導入に要する経費)、外注費(加工・設計等)、広告宣伝費・販売促進費(広告作成・展示会出展等)、研修費(教育訓練費等)、開発費(試作開発に伴う原材料等)、設備処分費 など
※人件費、不動産費、汎用品の購入費は対象外 ※消費税・地方消費税を除く



申請に当たり各種要件があります。
詳細は市ホームページ掲載の募集要項等をご確認ください。

■申請・問合せ 申請書等に必要事項を記入の上、必要書類を添えて郵送または持参により提出してください。
申請書(様式)は、市のホームページに掲載しています。

【提出先】〒030-0801 新町一丁目3-7 青森市役所 新ビジネス支援課 宛

【問合せ】新ビジネス支援課 (☎017-734-2378、017-734-2379)



匠の職人

— 青森市 —

— Master artisans —

3月25日、市役所1階ロビーで令和3年度青森市匠の職人表彰式が行われ、2人のかたが表彰されました。受賞おめでとうございます。

問経済政策課 (☎017-734-5227)



小笠原 郁子 さん

(美容師・衣装着付け師)
／おがさわら美容室

喬 俊和 さん

(中国料理調理人)
／中国料理 小青島



老舗婚礼美容室の娘として生まれ、小さな頃から毎日のように着付けの現場を見ながら育った小笠原さん。

短大で造形美術を学んだ後、東京の美容室で3年半ほど修行を積み、昭和56年、青森へ戻ってきました。この頃は、祖母(初代)、母(2代目)からの指導を受けつつ、ひたすら研鑽を積み続けたと言います。

そうした努力が実を結び、小笠原さんは美容界で最高の権威を誇る「千葉益子賞花嫁着付けコンクール」で菊花賞を受賞しました。

現在は創業100年を迎えた美容室の3代目としてご活躍なさっています。後進の育成にも尽力している一方で、「若手技能者は感性が鋭く、指導する中で自分が新しい気付きを得ることもあり、お互いにメリットがあると思う」と嬉しそうに話す小笠原さん。伝統は守りつつも、常に新しいものを取り入れ、斬新な帯結びの考案などに余念がありません。

「伝統は勿論大事だけど、着ていただくかたの喜びも大事」。そう話し、伝統と今の感性を見事に調和させる匠の職人が、一生に一度の晴れ舞台を美しく彩ります。

幼い頃から料理上手な母を手伝っていた喬さんは、中華鍋を振る調理人に憧れ、18歳で中国料理調理人の道を歩み始めました。

調理学校で学んだ後、高級ホテルで修行を積みながら数多くの調理コンクールに出場し、29歳という異例の若さで中国料理調理人の最高位資格「特一級厨师」を取得。当時は総料理長として150人以上を束ねていたそうです。

平成6年、縁あって新天地・青森での挑戦を決意。県産食材を使用したメニューを次々と考案し、国際大会で披露しました。

中国料理の基本は守りつつ、「楽しみ」を大事にしていると話す喬さん。味は勿論のこと、色や盛り付け、香り、そして音にもこだわっており、目でも鼻でも耳でも楽しめる料理を追求しているとのこと。最近ではさらに、減塩も意識しているそうです。

世界一の称号を手にしてもなお、まだまだ技術を磨いている途中だと話す喬さんは、若い調理人の模範となっています。

青森の食材の魅力を世界に伝えていきたいと話す匠の職人の、第二の故郷での挑戦は、まだまだ続きます。

表彰候補者の推薦を募集

令和4年度「青森市匠の職人表彰」候補者の推薦を募集します。本表彰は、卓越した技能を有し、現役で活躍され、かつ、技能者の育成や産業振興に寄与されているかたを表彰するものです。自薦・他薦を問いません。詳細は、市ホームページをご覧ください。対象者▼次の要件のいずれにも該当するかた、または準ずるかた

- ・技能者として15年以上の経験を有し、現在就業しているかた
- ・市内の第一人者または将来の活躍が特に期待されるかた
- ・技能・技術大会で優秀な成績を取めたかたやその技能の程度が卓越しているかた
- ・技能者の育成に寄与しているかた、または技能に関する創意工夫、改善等によって生産性向上及び産業振興に寄与しているかた
- ・他の技能者の模範と認められるかた

応募方法▼7月1日(金)までに、推薦書(課に備付け、または市ホームページ掲載)に必要な事項を記入し、経済政策課へご提出ください。

審査▼受賞者は「青森市匠の職人表彰審査会」の審査を経て、市長が決定します。

掲載の内容は、4月4日時点の情報をもとに作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

犬の登録と狂犬病予防集合注射受付日程(5月)

生後91日以上の子犬の登録(生涯1回)と狂犬病予防注射(年1回)は飼い主の義務です。忘れずに行いましょう。ご来場の際はマスクの着用をお願いします。また、発熱や咳、倦怠感などがあるかたはご来場をご遠慮ください。

料登録手数料…3,000円 予防注射…3,300円

問生活衛生課(☎017-765-5288) 浪岡振興部市民課(☎0172-62-1140)

日 時	会 場	日 時	会 場	日 時	会 場					
9日(月)	10:00~10:35	赤川生活福祉会館	12日(木)	10:00~10:15	ゆ～さ浅虫駐車場(青森側)	18日(水)	10:00~10:30	浜田 玉川公園		
	10:45~11:25	なごやかプラザ福田		10:30~10:45	久栗坂町民会館		10:45~11:00	水道部本庁舎南側車庫横		
	11:35~11:50	杉高児童館		11:00~11:20	野内町民会館		11:15~11:45	奥野中央公園		
	12:55~13:10	浪岡大杉公民館		11:35~11:55	宮田児童遊園		12:45~13:15	浪館福祉館		
	13:20~13:35	徳長農村センター		13:00~13:10	滝沢市民館		13:30~13:45	大野中央公園		
	13:45~14:00	大釈迦駅		13:30~14:00	原別支所		14:00~14:35	大野市民センター②		
	14:10~14:25	北大釈迦集会所		14:10~15:00	東部市民センター①		14:50~15:00	片岡福祉館		
	10:00~10:15	中央市民センター 鶴ヶ坂分館		13日(金)	9:50~10:40		戸山市民センター①	19日(木)	9:50~10:30	桜川中央公園
	10:30~10:45	中央市民センター 戸門分館			10:55~11:10		幸畑市民館		10:45~11:05	桜川ちびっこ広場
	11:00~11:15	中央市民センター 白旗野分館			11:25~11:45		松元台団地市民館		11:20~12:05	筒井ハツ橋 京玉台公園西側
11:30~11:55	平和台団地 山田児童遊園	12:50~13:40	幸畑中央公園		13:05~14:05	浜館 はまだて公園				
13:00~13:15	中央市民センター 岡町分館	13:55~14:25	横内市民センター①		14:20~15:00	ドリームプラザ自由ヶ丘				
13:30~14:40	西部市民センター①	14:40~14:55	大星神社 麻雀クラブ妙見前		20日(金)	9:50~10:10	花園 青森県赤十字血液センター車庫前			
10:00~10:20	花岡農村環境改善センター	10:00~10:35	元JA青森本郷購買店			10:25~10:45	栄町公園(阿弥陀寺隣)			
10:35~10:50	下石川ふれあいセンター	10:55~11:35	浪岡北中野公民館			11:00~11:50	合浦公園(正面東屋)			
11:00~11:40	吉野田農村センター	13:00~14:30	浪岡庁舎 正面玄関②			12:50~13:15	本泉市民館			
13:00~13:25	浪岡野沢公民館	9:30~11:40	西部市民センター②			13:30~13:50	けやき緑地			
13:35~14:00	銀農村センター	12:55~13:40	沖館市民センター②	14:05~14:25		爨懸児童遊園				
10:00~10:20	南北後潟館	14:10~15:00	荒川市民センター②	14:45~15:00		中央市民センター 中筒井分館				
10:35~10:50	後潟支所	15日(日)	9:30~10:30	青森市役所本庁舎 東側議事堂前①		22日(日)	9:30~10:45	青森市役所本庁舎 東側議事堂前②		
11:05~11:25	翠雲堂 青森工場		10:45~11:35	大野市民センター①			11:10~11:40	東部市民センター②		
11:40~11:50	中央市民センター 内真部分館		12:50~14:00	八重田浄化センター①			13:00~14:30	八重田浄化センター②		
12:50~13:40	沖館市民センター①		14:15~15:00	佃 青森市保健所	23日(月)		9:50~10:15	油川市民センター②		
13:55~14:15	新田町集会所		10:00~10:35	北部地区農村環境改善センター			10:35~11:00	西部市民センター③		
14:30~14:45	中央市民センター 相野分館		10:50~11:05	飛鳥・夏井田町民会館			11:15~12:00	中央市民センター 石江分館		
14:55~15:05	ミライブ東日本(株) 西青森灯油センター		11:20~11:35	野木和団地集会所			13:00~13:40	出町温泉南側車庫前②		
10日(火)	10:00~10:25		浪岡女鹿沢公民館	12:40~13:25			油川市民センター①	13:55~14:25	三内丸山市民館	
	10:35~10:55		女鹿沢児童館	13:35~13:50			十三森集会所	14:40~15:00	あつぶる獣医科病院	
	11:05~11:45		浪岡茶屋町会館	14:00~14:30			浄満寺駐車場	24日(火)	10:00~10:25	戸山市民センター②
	13:00~13:30	五本松農村センター	14:45~15:00	篠田福祉館		10:50~11:10	横内市民センター②			
	13:45~14:25	浪岡庁舎 正面玄関①	10:00~10:20	青い森公園		11:35~12:00	桂木 午砲台公園			
	10:00~10:10	野沢市民館	10:35~11:00	北金沢公園		13:00~13:20	旭町市民館			
	10:30~10:55	高田教育福祉センター	11:15~11:45	大野金沢 八甲会館	13:40~14:05	松原 県獣医師会館				
	11:10~11:25	金浜市民館	12:45~14:00	出町温泉南側車庫前①	14:20~15:00	つくだウェザーパーク				
	11:40~11:55	上野公民館	14:10~14:25	滝内福祉館						
	12:55~13:10	ハツ役会館	14:35~14:55	三内八幡宮						
13:25~13:50	荒川市民センター①									
14:05~14:15	中央市民センター 細越分館									
14:30~14:50	中央市民センター 安田分館									

散歩時のマナー

リードをつけて
フンは持ち帰りましょう



- ※ 網掛けは旧浪岡町の区域、網掛けなしは旧青森市の区域です。
- ※ 2回以上実施の会場は①～③と表示しています。
- ※ 集合注射で接種しない場合は、動物病院で接種してください(事前予約が必要な場合がありますので、注射料金等、詳しくは各動物病院にお問合せください)。
- ※ 動物病院で接種する場合も、お知らせ(ハガキ)をお持ちください。

青森市津波ハザードマップを更新しました

図危機管理課 (☎017-734-5059)

令和3年5月27日に青森県が公表した新たな津波浸水想定に基づき、津波浸水想定区域、避難場所や津波に関する防災情報などを掲載した「青森市津波ハザードマップ」を更新しました。

今回の更新に当たっては、従来発行している入内断層モデル（内陸直下型地震）の津波に加えて、今回新たに青森県が公表した日本海溝モデル（海溝型地震）の津波を併せて記載し、特徴の異なる2種類の津波について、津波の到達時間、高さ、浸水域などをマップ上で対比しています。

津波による被害を最小限に留めるには、一人ひとりが防災の意識をもって、日頃から準備をすることが大切です。家族や地域で避難場所や避難経路などを話し合っておきましょう。



▲青森市津波ハザードマップ

【青森市メールマガジン登録画面】

青森市の防災情報（災害に対する避難情報や避難所の開設など）は、青森市メールマガジンを登録することで迅速かつ確実に入手することができます。青森市メールマガジンを是非、ご登録ください。

☞<http://www.city.aomori.aomori.jp/mailmagazine-riyou.html>



◀青森市メールマガジン

「青森市津波ハザードマップ」は、津波浸水想定区域内にお住まいのかた及び事業所に配布しています。また、市のホームページに掲載しているほか、危機管理課（本庁舎）、浪岡振興部総務課（浪岡庁舎）で配布しています。

宅地内の水道管漏水調査にご協力を

4月から12月にかけて水道部から委託を受けた調査員（「漏水調査員」の腕章着用）が漏水調査を行います。調査箇所は道路に埋設されている水道管から各家庭の敷地メーターまでです。調査は宅地の中に入って行いますのでご協力をお願いします。

☎水道部施設課

(☎017-777-4255)

敷地や屋根の雪対策を支援します

市民や事業所などが新たに融雪機やロードヒーティング、既存の屋根への融雪施設等を設置するために必要な資金を金融機関から借りる際に、市が利子の全部または一部を負担します。

詳細はお問合せください。

☎民間建築指導課

(☎017-752-8193)

浪岡振興部都市整備課

(☎0172-62-1116)

住宅建築や土木工事等の前には遺跡の照会を

市内には、約430か所の遺跡（埋蔵文化財包蔵地）が確認されています。

住宅建築や土木工事等を計画する際には、計画地が遺跡に該当するかどうかを確認する必要があります。また、遺跡内で建築工事を行う際には、事前に文化財保護法に基づき手続が必要となります。

遺跡内であることを知らずに無届で開発を進め、途中で文化財保護法の規定により工事がストップになるような事例もありますので、住宅建築や土木工事、土地の売買の際には、計画の早い段階で文化遺産課に遺跡の有無を照会してください。

詳細は市ホームページをご覧ください。

☎文化遺産課

(☎017-718-1392)

水道料金等のスマホ決済でのお支払い

新たに、スマホ決済アプリで納付書のバーコードを読み取り、水道料金等のお支払いが可能になりました。なお、決済手数料はかかりません。

☞利用可能なスマホ決済アプリ

▼PayB、楽天銀行アプリ、銀行Pay（ゆうちょPayなど）、LINE Pay、PayPay、auPAY、Jicoi n Pay

利用にあたっての注意

▼バーコードが印刷されていない納付書や納付期限が過ぎている納付書は利用できません／領収書は発行されません／領収書が必要な場合は、コンビニエンスストアや金融機関にてお支払いください。

詳細は市ホームページをご覧ください。

☎水道部営業課

(☎017-734-4281)

上下水道課

(☎0172-62-1143)

老人クラブの活動を支援しています

老人クラブは、地域を基盤とする高齢者の自主組織です。高齢者相互の親睦を深めたり、生きがいと健康づくりのための活動、住みよい地域づくりを進めるための地域社会との交流事業を行っています。青森市内には、約180の老人クラブがあり、各クラブごとの活動のほか、老人クラブ連合会を組織して活動しています。老人クラブは、おおむね60歳以上のかたであればなたでも加入できます。

詳細は、最寄りの老人クラブまたは、老人クラブ連合会へお問合せください。

青森市老人クラブ連合会
 (☎017-723-7285)
 青森市浪岡地区老人クラブ連合会
 (☎0172-62-9011)

市では高齢者が地域の中で孤立することなく、生きがいを持って充実した生活を送ることができるよう、社会奉仕活動や教養講座、健康増進活動等の事業を年を通じ計画的に実施している老人クラブへ補助金を交付し、活動を支

援しています。補助対象となるクラブには、一定の条件がありますので、詳細はお問合せください。

◆補助額(1老人クラブあたり)
 1か月3千880円×活動月数
 ※一部補助対象とならない経費もあります

高齢者支援課

(☎017-734-5326)

浪岡振興部健康福祉課

(☎0172-62-1134)

市営霊園・墓園区画を再提供します

三内・月見野・八甲田霊園、浪岡墓園の返還された墓地区画を再提供します。

詳細の掲示と申込書の配布を、5月6日(金)から生活安心課、浪岡振興部市民課、三

内・月見野・八甲田の各霊園管理事務所で行うほか、市ホームページにも掲載します。希望区画の現地をご確認の上、お申込みください。

申込要件▽①本市に住所または本籍があること ②同一世帯のかたが市営霊園・墓園を使用していないこと ③埋葬する遺骨があること

※申込みは1世帯1区画限り
 ※1区画に複数の申込みがあった場合は抽選(時5月28日(土)午前9時30分) / 所柳川庁舎2階大会議室)で決定し、郵送で通知します。

申込期間▼5月6日(金)～19日(木) ※郵送の場合は5月19日(木)必着

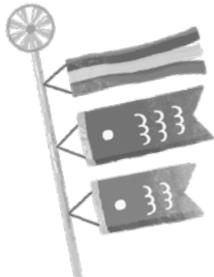
申込方法▼埋葬する遺骨があることを証明する書類(埋・火葬許可証等)の写しと申込書(市民でないかたは、本籍が記載された世帯全員の住民票)を、持参または郵送で、〒030-0801 新町一丁目3-7 青森市役所生活安心課、〒038-11392 浪岡振興部市民課へ

生活安心課

(☎017-734-5277)

浪岡振興部市民課

(☎0172-62-1140)



市長コラム

小野寺あきひこのスコラム!



青葉の美しい季節、新年度らしい取組が次々と動き始めています。

3月29日は、幸畑福祉館落成式、4月4日は、ほろがけ福祉館落成式へ。『旧耐震基準』で建てられた福祉館を順次建替え中。ほろがけ福祉館は青森消防団浜館分団第1・5班の機械器具置場と合築しています。令和5年中には片岡福祉館を供用開始予定です。



4月5日、青森市プレミアム付商品券事業実行委員会。若井会頭、一戸会長、櫛引代表幹事、柴野会長と事業成功を祈り記念撮影。

4月5日、青森市プレミアム付商品券事業実行委員会へ出席。全28万市民1人1セットを発行、これまでの1万3千円から1万5千円にプレミアム率を引き上げ、全ての登録店舗で利用できる共通券1万円に加え、新たに地元事業者の店舗限定で利用できる地元応援券5千円を設けています。6月1日から販売・利用開始、コロナ禍で打撃を受けている市内事業者の皆様を応援します。

4月9日は、アップルヒル遊具リニューアルオープンセレモニーへ。3歳から6歳までの幼児用と、6歳から12歳までの小学生用の2つの大型遊具を整備し、これまで以上に安全に楽しくご利用いただけるようになりました。

新たな芽吹きにつなげるべく、日々邁進する青森市。新年度の取組にこれからもご期待ください。

移住支援制度を拡充しました！

企画調整課 新しい働き方推進室 (☎017-752-8751)

市では、リモートワーク人材やハンドメイド作家などのクリエイターを誘致するため、支援制度を拡充しました。詳しい要件・助成内容等は、市ホームページをご覧ください。

支援制度	対象 (概要)	助成内容
① 移住支援金	5年以上東京23区に居住または通勤しているかたで、本市に移住し起業もしくは就業するかた、またはリモートワークにより移住前の業務を継続するかた など	・100万円/世帯 ※詳細はお問合せください ・単身世帯の場合60万円/世帯
② 新しい働き方移住支援金	「①移住支援金」の居住・勤務先要件等を満たさず、2年半以上県外に居住し雇用保険の被保険者として、または個人事業主として働いていたかた など	引越し等に係る費用、リモートワークやクリエイターが作品を制作する環境整備に係る費用の1/2以内の額を助成 [25万円以内/世帯 (子の加算5万円/人)]
③ リモートワーク活動支援金	①または②の支援金の交付が決定したリモートワーカー及びクリエイター	本社等への出社や商談等で県外へ移動する際の交通費、市内コワーキングスペースの利用料金、クリエイターが自身の作品を展示、販売するイベント等へ出店する際の交通費、制作活動や講座を行うために利用するスタジオなどの利用料 など 経費の1/2以内 (上限年間36万円) を最長3年間

青森への移住を検討していただくため、県外にお住まいのかたを対象としたワークと地域のお手伝いを組み合わせた青森型のワーケーションモニター等を募集しています。県外にお住まいのご家族ご友人等へお知らせください。詳細は、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

公園を利用する場合の注意点

犬などのペットと散歩をされるかたはフンの始末など、他の利用者が不快な思いをしないようにマナーを守りましょう。公園を利用する際は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、次の点にご注意ください。

◆体調が悪いときは利用を控える/時間・場所を選び、譲り合う/人と人との間を空ける(最低1m)/こまめな手洗いをする

問 公園河川課

(☎017-752-8342)

雪どけ時期の水難事故にご注意を

春は雪どけ水で水路やため池の水量が増加し危険です。次のことに注意しましょう。
・水路、ため池には近づかない
・子どもを一人で行かせない
・遊んでいたら注意する
・所有または管理しているかたは日頃から安全点検を行う

問 農地林務課

(☎0172-62-1196)

側溝の泥上げは5月31日までにご協力を

市道の側溝から上げた泥を、6月1日(水)から順次回収します。昨年と時期が異なりますので、ご注意ください。ごみ収集場所付近に置かれた泥、段ボール等に入れた泥は回収できない場合があります。泥は町(内)会に配布している土のう袋などに入れ、道路脇の邪魔にならない所に置いてください。また、側溝蓋上げ機の貸出しを希望されるかたはお問合せください。

問 道路維持課

(☎017-761-4331)

市役所本庁舎サードフロアのリースについて

市では、本庁舎「1階ロビー」及び「ひろば」等の利用について、5月1日から公民連携による新たな運用を開始します。

利用条件・方法等は市ホームページをご覧ください。

問 管財課

(☎017-734-5228)

浪岡振興部都市整備課
(☎0172-62-1168)

「あおもり出前講座」利用団体募集

職員が皆さんのところへ伺い、市の施策や事業等について分かりやすくご説明する「あおもり出前講座」の利用団体を募集します。ぜひご利用ください。

■対象

5人以上で参加できる団体・グループが対象

■開催日時

相談の上、決定します。開催時間は、午前9時から正午まで、または午後1時から午後9時までの時間帯のうちの2時間以内となります。

■開催会場

利用団体でご準備ください。

■申込期日

希望日の3週間前まで

■募集案内

市役所各庁舎、各市民センター等で配布。市ホームページにも掲載

問 広報広聴課 (☎017-734-5107)

参加者同士の間隔を充分に保てる広さの会場をご準備ください！



広報広聴課 工藤

青森市屋内グラウンドの
愛称はこれからも…

青森市屋内グラウンドの ネーミングライツ・スポンサー決定！ 「盛運輸サンドーム」に！



青森市屋内グラウンドの令和4年5月1日以降のネーミングライツ・スポンサーは「盛運輸株式会社」に決定しました。愛称は、引き続き「盛運輸サンドーム」になります。

ネーミングライツ・スポンサー

会社名 **盛運輸株式会社**

●契約内容

ネーミングライツ料 900万円（年額300万円）

契約期間 令和4年5月1日～令和7年4月30日（3年間）

岡地域スポーツ課（☎017-718-1428）

マイナンバーカード 出張受付を実施します

マイナンバーカードの申請促進のため、職員が出向いて、マイナンバーカードの申請受付を行います。

5月14日（土）、15日（日）

午前10時～午後5時

所（株）マエダガラモール店

1階 特設会場

備持参▼個人番号の通知カード（緑色）または通知書（A4）、本人確認書類（A2点

またはAB各1点ずつ）、住民基本台帳カード（お持ち

ちのかた）、二次元コード付の申請書（お持ちのかた）

※当日の写真撮影も可能

岡市民課

（☎017-718-0440）

【本人確認書類】

▲運転免許証、パスポート等の顔写真付きの公的本人確認書類

▼健康保険証、介護保険証、年金手帳、社員証、学生証、診察券（漢字氏名、生年月日が記載されているもの）等

5月11日は 児童扶養手当の支給日

5月11日（水）は、児童扶養手当の支給日です。※3・4月分の手当を支給します。

▼転出や資格喪失等で、支給月が異なる場合があります。

▼転出入、対象児童に増減が生じた、受給資格がなくなった（子を養育しな

くなった、婚姻、異性との同居等）、公的年金を受給

できるようになった等の変更があった場合は、速やかに届出しましょう。

▼令和3年度の「児童扶養手当現況届」が未提出または書類

不備のかたは、手当の支給が一時差止めとなっており

ますので、忘れずに提出してください。

岡子育て支援課

（☎017-734-5334）

浪岡振興部健康福祉課

（☎017-72-62-1113）

包括外部監査の結果報告書を公表しています

外部の専門家（公認会計士）による包括外部監査の令

和3年度の報告書「持続可能な都市づくり（防災体制・雪対策、土地利用・都市景観の形成、交通インフラの充実に係る財務事務の執行について）」を、市役所各庁舎、各支所・市民センター等（市ホームページにも掲載）で公表しています。

岡監査委員事務局

（☎017-761-4382）

各種相談

5月の専門相談

◆予約が不要な相談

所岡市民なんでも相談室（駅前庁舎1階）☎017-734-5249

●人権相談 岡2日（月）・16日（月）午前10時～午後3時

●行政相談 岡6日（金）・12日（木）・19日（木）・26日（木）午前10時～午後3時

●司法書士相談 岡2日（月）・10日（火）午前10時～午後2時

●不動産相談 岡12日（木）・19日（木）・26日（木）午前10時～午後3時

●不動産鑑定士相談 岡24日（火）午後1時～3時

浪岡地区の相談

浪岡庁舎2階 小会議室

●人権相談・行政相談 岡19日（木）午前9時～午後3時 岡

浪岡振興部健康福祉課☎017-72-62-1113

子どもの権利相談センター

いじめ・体罰など、子どもの権利侵害に関する相談に応じます。随原則、月々金曜日（祝日を除く）午前10時～午後6時

所岡〒030-0801 新町一丁目3-7 子どもの権利相談センター ☎0120-370-642、☎017-763-5678、

✉ao-kodomokenri@city.aomori.aomori.jp

◆予約が必要な相談

●法律相談 岡9日（月）・23日（月）午後1時～3時 岡各

5人（申込順） 岡生活安心課☎017-734-5250へ電話

予約。9日分は2日から、23日分は10日から受付（午前8時30分）※相談は1回まで



あおもり親子はぐくみプラザプレイルームの講座・発達相談 つどいの広場「さんぽぽ」5月のイベント案内

※ご利用の際は電話予約が必要になります。詳しくはお問合せください。

★あおもり親子はぐくみプラザ

〔プレイルーム開館時間〕 8:30~18:00(土・日、祝日も開館)

講座(電話予約)	開催日時	対象
あつまれ!わんぱくこたち ~体をいっぱい動かしてリフレッシュ!~	5/12(木) 10:00~11:00	1歳6か月~3歳 の子どもと保護者
よちよち広場 ~えがお みつけた~	5/14(土) 10:00~11:00	0歳~1歳児の 子どもと保護者
おはなし広場 ~おはなし でてこい~	5/17(火) 10:00~11:00	0歳~就学前の 子どもと保護者
パパと遊ぼう ~パパ だいすき!~	5/29(日) 10:00~11:00	0歳~就学前の 子どもと保護者

▼子どもの発達相談

相談内容	開催日時・対象
◆「はぐくみ相談」 集団生活の困りごとや就学に向けての心配ごとがあるお子さんと保護者を対象とした専門相談員による個別相談	5/9(月) 10:00~11:30 概ね3歳~就学前
◆「楽しくあ・そ・ぼ!」 ことば等の発達に心配のあるお子さんと保護者を対象とした相談専門員による個別相談	5/11(水)・26(木) 10:00~11:40 1歳~3歳未満
◆「医師相談」 医師によるお子さんの発達に関する相談	5/18(水) 13:30~15:30

※いずれも2日前までに要予約

☎あおもり親子はぐくみプラザ

(佃二丁目 元気プラザ内、☎017-718-2975)へ

~元気プラザへお越しの際は、託児をご利用できます~

手続などでお越しの際に、無料で(原則1時間以内)
お子さんをお預かりします。

☎8:30~18:00(月~金曜日)

☎満1歳から就学前まで

★つどいの広場「さんぽぽ」

〔開館時間〕 9:00~18:00(土・日、祝日は17:00まで)

イベント	日時・備考
来いへえ~さんぽぽ ~妊婦さんのおしゃべりの会~ (妊婦さん同士楽しくおしゃべりしましょう)	5/7(土) 10:30~11:15 5組(申込順)
青森県出身のママあつまれ~ (青森県出身のママ同士おしゃべりしましょう)	5/10(火) 10:30~11:15 5組(申込順)
おいでよ!双子ちゃん、みつ ごちゃん(双子、三つ子の育児に ついて情報交換と交流の場)	5/13(金) 14:00~14:45 4組(申込順)
赤ちゃん待ち合わせ (0歳児の育児についての 情報交換と交流の場)	5/17(火) 13:15~14:00(1 ~4か月)、5/23(月) 10:30 ~11:15(5~11か月) 各5組(申込順)
親子で体を動かそう! (さんぽぽスタッフと遊びましょう)	5/20(金) 10:30~11:15 5組(申込順)
転勤族のママあつまれ~ (青森に転入された親子の交流の場)	5/27(金) 10:30~11:15 7組(申込順)

☎所 駅前庁舎2階/0歳~3歳の乳幼児

☎申 イベントの申込みは5月1日(日)9:00から電話で、
つどいの広場「さんぽぽ」(☎017-721-4005)へ

~駅前庁舎ご来庁の際は、託児をご利用できます~

手続などでご来庁の際に、予約不要・無料で(原則1時間以内)
お子さんをお預かりします。

☎時 月~金曜日(祝日を除く)9:00~18:00

土曜日、第2日曜日9:00~17:00

☎対 概ね1歳から就学前まで



つつが虫病にご注意を

☎感染症対策課(☎017-765-5282)

つつが虫病は、ウイルスを保有するツツガムシ(ダニの一種)に刺されることで感染します。5~14日の潜伏期の後に、全身倦怠感、食欲不振とともに頭痛、悪寒、発熱などの症状が現れます。人から人には感染しません。ツツガムシは、山林、河川敷などに広く分布しています。行楽などで山や草むらなどに入るときは次のことに注意しましょう。

- ・長袖、長ズボン、帽子、手袋などを着用し、肌を出さないようにする。
- ・シャツやズボンの裾は外に出さない。 ・草の上に直接座ったり、寝転んだりしない。
- ・帰宅後はすみやかに入浴し、体をよく洗う。 ・衣服はすみやかに洗濯をする。
- ・ダニにかまれた場合は、無理に引き抜こうとせず、皮膚科などの医療機関で処置をしてもらいましょう。

マタニティ講座

問あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984)

①沐浴サロン講座

時 5月14日(土) 10:00~12:00 (9:30~受付)
 所 あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)
 因 因 ママの心のサポートのお話、沐浴体験~赤ちゃんはお風呂が大好き~ など/12組 (申込順)

②シミュレーション講座

時 5月25日(水) 10:00~12:00 (9:30~受付)
 所 あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)
 因 因 もしもに備えて赤ちゃんの応急手当 [講師/消防職員] など/12組 (申込順)

③ウェルカムベビー! 講座

時 5月29日(日) 10:00~12:00 (9:30~受付)
 所 浪岡総合保健福祉センター
 因 因 なるほど! 赤ちゃんの世界、沐浴体験~赤ちゃんはお風呂が大好き~ など/8組 (申込順)

①~③いずれも

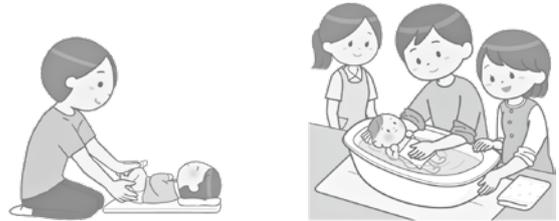
対 本市に住民票がある妊婦とご家族
 備 母子健康手帳、筆記用具持参
 申 ①は5月9日(月)~13日(金)に、②は5月16日(月)~20日(金)に電話で、あおもり親子はぐくみプラザへ。③は5月23日(月)~27日(金)に電話で、浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1114) へ。

オンライン講座

- ①沐浴編 時 5月18日(水) 10:00~10:30/沐浴
- ②育児準備編 時 5月18日(水) 10:45~11:15
 因 オムツ交換、抱っこ仕方、新生児の特徴
- ③マタニティライフ編 時 5月18日(水) 11:30~12:00
 因 早産予防、栄養

①~③いずれも、

対 本市に住民票がある妊婦とご家族。パソコン、スマートフォン、タブレットのいずれかで「Zoom」を利用できるかた (データ通信料は利用者負担)/各5組 (申込順)
 申 5月17日(火)までに、電話またはEメールで、氏名・電話番号・Eメールアドレス・出産予定日・受講希望講座を、あおもり親子はぐくみプラザ (☒ hagukumi-plaza@city.aomori.aomori.jp) へ



医師による不妊専門相談

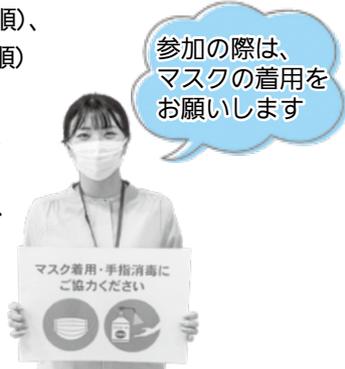
時 5月25日(水) 13:30~14:30/対象者には別途お知らせします/2組 (申込順)
 申 5月18日(水)までに、あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984) へ

療育相談

時 5月26日(木) 13:00~
 所 あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)
 因 因 小児科医による診察・相談、保健・栄養相談/身体の発育・発達に心配のある乳幼児等と保護者/3組 (申込順)
 申 5月19日(木)までに、あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2983) へ

医師による健康教室・健康相談

時 5月18日(水) 健康教室13:00~14:00、健康相談14:00~15:00/元気プラザ
 因 工藤健さん (おきだてハートクリニック院長) による講話「コロナ禍の今こそ禁煙を!」
 因 健康教室は30人 (申込順)、健康相談は4組 (申込順)
 料 無料
 申 5月11日(水)までに、健康づくり推進課 (☎017-718-2942) へ



5月の助産師による心と体のケア相談

時 5月9日(月)・23日(月)
 いずれも①10:00~②11:00~
 所 あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)
 因 妊婦さん・産婦さんの心や体の不調、授乳などに関する心配ごとに、助産師が相談に応じます (要予約)
 対 本市に住民票のある妊婦さんや産婦さんとその赤ちゃん
 因 各日①・②ともに1組 (申込順)
 備 母子健康手帳、乳房の相談のかたはバスタオル及びフェイスタオル持参
 申 希望日の前日までに、あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984) へ





市の胃がん検診 胃内視鏡検査のお知らせ

今年度の市の胃がん検診（胃内視鏡検査）は、50歳以上の偶数年齢（令和4年4月2日～令和5年4月1日に誕生日を迎える年齢）のかたを対象に、指定医療機関で実施しています。受診を希望のかたは、「市の胃がん検診（胃内視鏡検査）希望」と指定医療機関にご予約ください。また、誕生日前でも受診でき、期限は令和5年3月31日までです。なお、令和3年度に市の胃がん検診（胃内視鏡検査）を受診したかたは、令和4年度の市の胃がん検診は受診できません。

※胃がん検診（胃内視鏡検査）は、胃に疾患があるかた・胃の経過を覗いているかた等は、検診の対象外となる場合がありますので、指定医療機関へご確認ください。

料青森市国保加入者1,620円、その他3,250円

※市のがん検診が無料となるかたは、本紙15日号で
ご確認ください。

☎直接、指定医療機関へ予約

※指定医療機関はお問合せください

☎健康づくり推進課（☎017-718-2918）

浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1114）

★受診の流れ★

①指定医療機関に予約する

②検診前に一度訪院し、検査方法や
注意事項等の説明を受ける

③指定された日に、検査を受ける

④後日、結果を聞きに行く



高齢者肺炎球菌予防接種

高齢者の肺炎の原因のうち最も多い肺炎球菌の感染を予防し、重症化を防ぎます。この予防接種は、年度ごとに対象者が定められており、対象となる年度のみ1人1回、接種費用の助成が受けられます。過去に一度もワクチンを接種したことがなく、接種を希望されるかたは、この機会に接種することをおすすめします。対象者には、4月末にお知らせを郵送しています。

★令和4年度 接種対象者

これまで一度も高齢者肺炎球菌ワクチンを接種したことがない以下の生年月日に該当する、市民のかた。

年齢	生年月日	
65歳	昭和 32年4月2日	～ 昭和 33年4月1日
70歳	昭和 27年4月2日	～ 昭和 28年4月1日
75歳	昭和 22年4月2日	～ 昭和 23年4月1日
80歳	昭和 17年4月2日	～ 昭和 18年4月1日
85歳	昭和 12年4月2日	～ 昭和 13年4月1日
90歳	昭和 7年4月2日	～ 昭和 8年4月1日
95歳	昭和 2年4月2日	～ 昭和 3年4月1日
100歳	大正 11年4月2日	～ 大正 12年4月1日

※接種時に60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に重い障がいのあるかた（身体障害者手帳の内部障がい1級に該当するかた）も対象

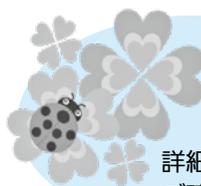
料2,190円（自己負担金）※生活保護受給者・市民税非課税世帯（世帯全員が非課税）のかたは無料。接種前に申請すると、無料の予診票を交付します。接種後の払戻しはできませんので、ご注意ください。

☎感染症対策課

（☎017-718-2852）

浪岡振興部健康福祉課

（☎0172-62-1114）



詳細は通知を
ご確認ください



5月14日～20日はギャンブル等依存症問題啓発週間

☎保健予防課（☎017-765-5285）

ギャンブル等依存症対策基本法では、国民の間に広くギャンブル等依存症問題に関する関心と理解を深めるため、5月14日から20日までをギャンブル等依存症問題啓発週間としています。ギャンブル等依存症は適切な治療と支援により回復が十分に可能です。ギャンブル等依存症のことでお悩みがあれば抱え込まず、ご相談ください。

《精神保健福祉相談》眠れない、気分が落ち込むなど、こころの不安や悩みを抱えるかたや家族などからの相談に、精神保健福祉士等が応じます。精神科医による相談（要予約）もあります。

★受付日時 月～金曜日（祝日を除く）8：30～18：00

★相談窓口 ・保健予防課（☎017-765-5285）※精神保健福祉士が応じます

・浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1114）

※保健師、精神保健福祉士が応じます。精神保健福祉士による相談（要予約）は、毎月第2水曜日（14：00～16：00）に実施



慢性疲労症候群 (ME/CFS) 世界啓発デー2022 in あおもり

「クリミアの天使」と称されたフローレンス・ナイチンゲールが慢性疲労症候群を患っていたことから、ナイチンゲールの誕生日である5月12日に、世界各国でランドマークのライトアップが行われます。青森県においても、アスパムをシンボルカラーのブルーにライトアップ！ぜひこの機会に関心を持ってください。

【時】5月12日(木)／県観光物産館アスパム



※「CFS(慢性疲労症候群)支援ネットワーク」ホームページのお問合せフォームから問合せください▶



自殺予防ゲートキーパー養成講座 (初級編)

「ゲートキーパー」とは特別な資格ではなく、悩みに気づき声をかけるなど、身近な人を温かく見守る人のことをいいます。大切な人が「元気がない」「いつもと様子が違う」、そう感じるときの声の掛け方や、話の聴き方のコツを学んでみませんか？

【時】5月21日(土) 13:30~16:00

【所】あわせプラザ3階 大会議室

【内】精神保健福祉士による講義・グループワーク ※7月に同様の講座を、10月にフォローアップ編を開催予定。

【人】30人(申込順)／無料

【備】参加の際は、マスクの着用をお願いします。駐車場には限りがあります。満車の際は、近隣の有料駐車場をご利用願います(駐車料金自己負担)

【問】5月17日(火)までに、住所・氏名・年齢・電話番号を、電話またはFAXで、保健予防課(☎017-765-5285、☎017-718-5645)へ



市の肺がん検診・結核検診 巡回バスのお知らせ

今年度の市の肺がん検診は、40歳以上(令和4年4月2日~令和5年4月1日に誕生日を迎える年齢)になるかたを対象に、1年に1回、無料で実施しています。肺がんは、死亡数が男女合わせて一番多いがんにも関わらず、初期には自覚症状がほとんどありません。早期に発見するためには毎年定期的に肺がん検診を受けることが大切です！

令和4年度は、5月~10月に「肺がん検診・結核健診」バスが市内のスーパーマーケットや公民館等へ巡回します。「肺がん検診・結核健診」巡回バスは事前の申込みは不要です。日時・会場は本紙15日号に随時掲載しますので、職場等で肺がん検診を受ける機会のないかたは、ぜひご利用ください。

※がん検診は不要不急の外出にはあたりません。コロナ禍でもためらわずに検診を受け、早期発見・早期治療につなげましょう。

【料】無料(喀痰検査410円※必要と認められたかた)

【内】胸部エックス線検査

【備】健康保険証持参、申込み不要

【問】健康づくり推進課(☎017-718-2918)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)

たばこを吸わなくても、肺がん検診を！この機会にぜひご利用ください！



健康づくり推進課 スタッフ

ヒトパピローマウイルス感染症 予防接種のお知らせ

ヒトパピローマウイルス(HPV)感染症予防接種は、定期接種として接種することができます。また、積極的勧奨を差し控えていた時期があったことにより、接種の機会を逃したかたについては、令和7年3月31日までの間、定期接種として無料で接種することができます。詳細は市ホームページでご確認ください。

★令和4年度接種対象者

本市に住民票がある

- ①小学6年生から高校1年生に相当する年齢の女子
 - ②平成9年4月2日~平成17年4月1日に生まれた女子
- ※令和4年4月1日~令和7年3月31日に接種可能

★接種回数/費用...3回/無料

★接種場所...青森市予防接種指定医療機関(要予約)

★持ち物...母子健康手帳や接種済証など接種履歴を確認できるもの、予診票(医療機関備付け)

★接種間隔

2価ワクチン(サーバリックス)

1か月以上あけて2回接種後、1回目から5か月以上かつ2回目から2か月半以上あけて1回接種

4価ワクチン(ガーダシル)

1か月以上あけて2回接種後、2回目から3か月以上あけて1回接種

※9価ワクチンは定期接種対象外です

【問】あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2986)、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)

「青森市急病センター」は、「地域外来」として診療しています

「青森市急病センター」は、発熱や咳、倦怠感等の症状など、新型コロナウイルス感染の疑いのあるかたを診療する「地域外来」としてしています。診断の結果、医師が新型コロナウイルス感染症の検査（PCR検査）が必要と判断した場合は、翌日、「検査センター」で検査を受けていただきます。

圏地域外来（青森市急病センター） ☎017-773-6477 19：00～22：00 ※予約不要



急病診療案内

圏保健予防課（本庁舎、☎017-734-5770）

救急医療施設の確認は…◎救急病院紹介 消防本部 ☎017-722-2211

◎あおもり医療情報ネットワーク [HP](http://www.qq.pref.aomori.jp)<http://www.qq.pref.aomori.jp>

子どもの病気やケガに関するご相談は…

◎こども救急電話相談 ☎#8000 または ☎017-722-1152

※月～金曜18：00～翌朝8：00、土曜13：00～翌朝8：00、日曜・祝日8：00～翌朝8：00

夜間のお薬相談は…

◎夜間お薬相談 ☎090-5849-4348 ※毎日19：00～23：00



▲あおもり医療情報ネットワーク

初期救急医療施設案内

時間帯や症状に応じて初期救急医療施設をご利用ください

○夜間や日曜日・祝日の比較的軽度な急病患者への応急処置は、在宅当番医・休日救急歯科で受け付けています。右表を確認し、ご利用ください。

○浪岡地区では、市立浪岡病院（☎0172-62-3111）が急病患者を受け付けています。

※症状が重い場合は、曜日・時間帯にかかわらず、至急119番通報してください。

■休日在宅当番医（内科系 9：00～13：00／歯科 9：00～12：00）

- ・当番医は変更となる場合があります。受診の際は救急病院紹介（消防本部、☎017-722-2211）へご確認ください。
- ・症状や年齢によって診療できない場合があります。受診の際はお問合せください。
- ・休日救急歯科を受診する際は、事前に電話で予約をしてから受診してください。

夜間（18：00～翌朝8：00）

夜間在宅当番医など
※救急病院紹介（消防本部）へ問合せ

日曜日・祝日の日中（9：00～13：00）

休日在宅当番医・休日救急歯科
（歯科は12：00まで）※下表をご覧ください

診療科目	医院名	電話番号	所在地
▼5月1日(日)			
内科系	福士内科胃腸科医院	017-777-8363	緑一丁目
歯科	村田歯科医院	017-743-1600	栄町一丁目
▼5月3日(火)			
内科系	佐藤内科クリニック	017-726-7800	はまなす一丁目
内科系	まちだ内科クリニック	017-788-6688	羽白沢田
歯科	成田歯科矯正歯科医院	017-722-8214	堤町二丁目
歯科	熊谷歯科	017-776-5124	古川三丁目
▼5月4日(水)			
内科系	南内科循環器科医院	017-741-1616	岡造道一丁目
内科系	おきつ内科	017-757-8787	古川二丁目
歯科	長谷川歯科医院	017-774-3268	奥野三丁目
歯科	渡辺歯科クリニック	017-764-6474	大野前田

診療科目	医院名	電話番号	所在地
▼5月5日(木)			
内科系	高屋医院	017-776-2881	長島三丁目
内科系	木村文祥内科クリニック	017-782-6812	三内沢部
歯科	小林歯科クリニック	017-739-9963	青葉一丁目
歯科	秋元歯科医院	017-766-7000	浪館前田四丁目
▼5月8日(日)			
内科系	三戸内科胃腸科	017-781-6011	浪館前田四丁目
歯科	今歯科医院	017-777-2146	旭町一丁目
▼5月15日(日)			
内科系	村上内科胃腸科医院	017-741-1215	栄町二丁目
歯科	米澤デンタルクリニック	017-729-1234	浪館泉川
▼5月22日(日)			
内科系	ひでかず胃腸科内科	017-762-1600	大野前田
歯科	あさだ歯科医院	017-744-2908	浜館四丁目
▼5月29日(日)			
内科系	村林内科クリニック	017-782-0505	沖館四丁目
歯科	たかや歯科クリニック	017-729-8110	浜田二丁目



甲記載のものは申込順(一部除く) ほかは当日直接会場へ
 料記載のないものは無料
 ※掲載の内容は4月4日時点の情報をもとに作成しています。



Information Plaza

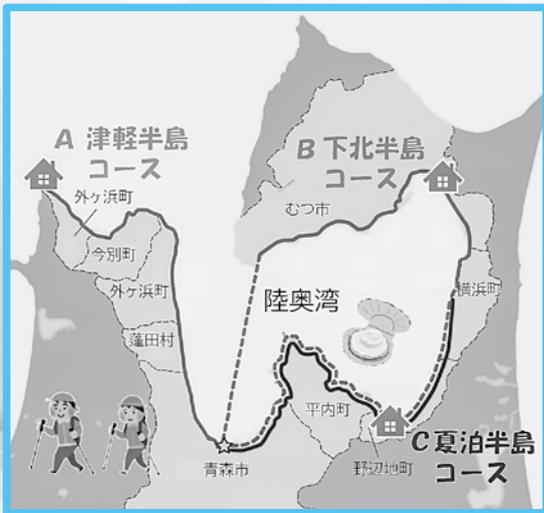
情報ひろば

❗ イベント等は中止・延期・変更となる場合があります。最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

むつONE!ルーウォーク 開催! 参加者募集開始!

【主催】むつ湾広域連携協議会(観光課内、☎017-734-5179)

みんなで
チャレンジ♪



陸奥湾を囲む3つの半島をコースでつなぎ、それぞれのコースの観光資源(景観、温泉、自然、食)を楽しみながら沿岸市町村をリレーする陸奥湾一周のウォーキングイベントを開催! 詳細はホームページでご確認ください。



時 6月25日(土)・26日(日)

募集コース

※1泊2日、全コース青い海公園スタート

コース名	募集人数	総歩行距離	宿泊	参加料
A津軽半島コース	20人	約15km	ホテル竜飛	22,000円~
B下北半島コース	20人	約15km	むつグランドホテル	27,000円~
C夏泊半島コース	20人	約22km	まかど観光ホテル	22,000円~

申込み方法

4月28日(木)~6月1日(水)に、申込書を右記二次元コードよりダウンロードし、FAX(☎017-777-2700)またはEメール(✉yoyaku@nissenren-travel.jp)で申込み。



◀ホームページはこちら

講座

講座名	日時・場所・内容	対象・人員	料金・備考	申込み・問合せ
中国語(初級・中級)春季講座	5/7~7/9の土曜日 初級13:30~15:20、中級15:30~16:40/県立図書館4階研修室/秋季・冬季も開催予定	20人	3,000円(テキスト代別途) ※詳しくは「青森中国語の会」ホームページをチェック!	青森中国語の会事務局(佐藤、☎017-742-7057)へ
小学生ソフトテニス講習会のお知らせ	夏期...5/12(木)~10/27(木) 大進建設スポーツ広場、冬期...11/4(金)~3/30(木) カクヒログループスタジアム	市内在住の小学生 20人	1回1人500円/ソフトテニスラケット、テニスシューズ持参	青森市ソフトテニス連盟(新保、☎090-2609-7971)へ 詳しくはこちら▶
「あおり歴史トリビア」を読む会 【テーマ】青森『開港』とその年代をめぐって~その③「寛永元年」説と歴史教育	5/18(水) ①14:00~②18:30~ ※①②同内容/市民図書館 8階会議室2/講師:工藤大輔(歴史資料室長)	各回15人	-	5/2(月)から、歴史資料室(☎017-732-5271 ※祝日を除く月~金曜日9:00~17:00受付)へ
明るいプチ農業~家庭菜園から青森での生き方・働き方を考える~	6/2(木) 13:30~15:00/男女共同参画プラザ「カダール」研修室/家庭菜園という身近なテーマを通して青森の農業とワーク・ライフ・バランスについて学ぶ。講師:澁谷幸雄さん(㈱澁谷種苗店代表取締役社長)	30人	同時開催...青森の原風景・働く女性の姿を描いた尾崎ふさの絵画展示(16:00まで)	事前に、電話・FAX・Eメールで、男女共同参画プラザ「カダール」(☎017-776-8800、☎017-776-8828、✉kadar-kouza@kadar-acor.jp)へ

イベント名	日時・場所・内容	対象・人員	料金・備考	申込み・問合せ
ゆ〜さ浅虫 22周年感謝祭	5/3(火)・4(水)「道の駅」浅虫温泉ゆ〜さ浅虫/お買い得商品の販売 ゆ〜さ市場前駐車場にてテント村開催	—	—	「道の駅」浅虫温泉ゆ〜さ浅虫 (☎017-737-5151)
アコール階段ギャラリー「懐かしの青森写真展 ~昭和の青森市~第2弾」	5/3(火)~22(日) 9:00~21:00※5/8(日)は休館日/働く女性の家「アコール」/昭和の青森市中心街の写真を展示	—	—	働く女性の家「アコール」 (☎017-723-1700)
第15回 AOMORI春フェスティバル	5/5(木) 10:00~16:00/①ねぶたの家ワ・ラッセ西の広場(ねぶた囃子体験、よさこい演舞ほか)②柳町通り(ストリートミュージックイベント)③新町キューブ(ねぶたミニシンポジウム、泉川小ブラスバンド)※中心商店街では5/8(日)まで豪華賞品が当たるレシートウォークラリーも開催!	—	—	AOMORI春フェスティバル実行委員会(青森商工会議所内、☎017-734-1311)  詳しくはこちら▶
市民センターのおはなし会 主催:青森市読書団体連絡会 	5/8(日) 11:00~11:30/東部市民センター 2階和室 5/14(土) 10:30~11:30/油川市民センター 3階創作活動室 5/20(金) 15:00~15:30/西部市民センター 和風学習室1 5/22(日) 9:20~10:20/中央市民センター 2階茶華道室 5/22(日) 11:00~11:30/大野市民センター 1階和室(小) 5/22(日) 11:00~11:30/戸山市民センター 1階和室(小)	3歳~小学3年生と保護者	—	市民図書館 (☎017-776-2455)
湿地の植物観察会	5/14(土) 9:50野木和公園集合、12:00終了予定/講師:澤田満さん(津軽植物の会)※申込後の連絡はありませんので、直接集合場所へお越しください	—	長靴、ループ、飲料、雨具、筆記用具持参	5/10(火)までに、住所・氏名・年齢・電話番号を、はがき・EメールまたはFAXで、〒038-0012 柳川二丁目4-37 森林博物館 (☎017-766-7800、☎017-766-7803、✉info@aomori-shi.shinrinhakubutsukan.jp)へ
浅虫温泉海山クアア道のドイツ式健康ウォーキング	5/15、6/12、7/10、9/11、10/16の日曜日 9:00~13:00 ※8:30~9:00「道の駅」浅虫温泉ゆ〜さ浅虫4階集合/ゆっくり歩いても運動効果は十分。ドイツ式ウォーキングを浅虫で!	—	1回1,500円(昼食代等)	開催日の1週間前までに、FAXまたははがきで、〒039-3501 浅虫蛸谷70 浅虫温泉観光協会(☎017-752-3250、☎017-752-3111)へ
「うららマルシェ」開催	5/17(火)~20(金) 10:00~14:00/駅前庁舎1階駅前スクエア/市内にある、障がい者就労支援事業所の皆さんが、ひとつひとつ丁寧に作ったお菓子や小物などを取り揃え、皆さんのお越しをお待ちしています♪	—	—	障がい者支援課 (☎017-734-2317)
アフタヌーン・コンサート	5/28(土) 14:00~15:30/中世の館/木庭袋靖子さんによる箏コンサート ※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策にご協力をお願いします。	—	200円(高校生以下無料)/休憩時の飲み物提供は中止	中世の館 (☎0172-62-1020)

募集案内

市民一掃きデーに参加しませんか?	子どもたちの環境を大切にすることを育む良い機会です。ぜひご家族揃ってご参加ください。青森市環境保全シンボルキャラクター「エコル」くんも参加します♪ 時所 5/14(土) 9:00から1時間程度 ※雨天中止/浪岡庁舎周辺 備 清掃用具一式は当日貸し出します。参加者全員にりんごジュースをプレゼント!参加の際には各自マスクの着用をお願いします。 問 浪岡振興部市民課 (☎0172-62-1140)、清掃管理課 (☎017-718-1179)
「2022ミスねぶたコンテスト」 出場者募集!	時所 6/4(土) 13:30~/ねぶたの家ワ・ラッセ 因 函 ミスねぶたグランプリ1人、ミスねぶた2人(賞金と副賞あり)/県出身または県内在住で、令和4年4月1日時点で満18歳以上の未婚女性で、ねぶた祭をはじめ県内外で開催される各種観光宣伝行事に1年間参加できるかた ※高校生、他のミス任期の中かた、ミスねぶたの任期(令和4年8月1日~翌年7月31日)と重複する他のミスコンに応募しているかたを除く 問 函 5/20(金)必着で、応募用紙に必要事項を記入し郵送または直接、〒030-0801 新町一丁目2-18 青森観光コンベンション協会(☎017-723-7211)、〒030-0803 安方一丁目1-1 ねぶたの家ワ・ラッセ(☎017-752-1311)へ 応募用紙配付場所…市役所各庁舎、観光課、地域づくり振興課、各支所・市民センター、ねぶたの家ワ・ラッセ、青森観光コンベンション協会、青森商工会議所、青森テレビ、東奥日報社

☑記載のものは申込順（一部除く） ほかは当日直接会場へ ☒記載のないものは無料
 ※掲載の内容は、4月4日時点の情報をもとに、作成しています。イベント等は中止・延期・
 変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

GWは
ワ・ラッセへ
GO♪

ねぶたの家ワ・ラッセGO!GO!ウィーク2022

所 園 ねぶたの家ワ・ラッセ (☎017-752-1311)

ねぶたの家ワ・ラッセ 佐々木



イベント名	日時・内容	場所	料金
ねぶた囃子実演& ハネト体験	4/29(金)~5/5(木) ①11:10~、②13:10~、 ③15:10~、④17:10~ 各20分	ねぶたホール	無料 ※有料ゾーン のため入場料が必要
ワ・ラッセ工房 スペシャル	4/29(金)~5/5(木)※5/2(月)を除く ①10:30~12:00、②13:30~15:00 ぬりえうちわ・ミニ金魚ねぶたなどを制作	1階エントランス	材料費 300円~1,000円
ハネトンと遊ぼう	4/29(金)~5/1(日) 13:30~ 青森市キャラクター「ハネトン」と触れ合い、写 真を撮って遊ぼう♪	1階エントランス等	無料
こどもの日 ねぶたクイズラリー	5/5(木) 小・中学生対象のクイズラリー♪正解数に応じ てプレゼントをゲット!(先着200人)	ねぶたホール ねぶたミュージアム	無料 ※有料ゾーン のため入場料が必要
津軽三味線 スペシャルライブ	5/3(火)~5(木) 13:45~14:30 5/3(火) 渋谷幸平、5/4(水) 下山昭義 5/5(木) 津軽三味線日本一決定戦優勝者 ※優勝該当者がいた場合開催	2階イベントホール	無料

※有料ゾーン入館料…620円(高校生460円、小・中学生260円) ※市内の小・中学生無料

スポーツ教室

申込みは各会場への来館のみ ★詳細はスポーツネット青森ホームページ(☎http://miz-ss.com/sportsnet-aomori/top/)

教室名	開催日時	対象/人員	料金	申込み(申込順)
●カクヒログループスタジアム ☎017-743-3361				
硬式テニス教室初級	5/13~6/28の火・金曜日(全10回)10:00~ 12:00 ※市営庭球場(雨天時市民体育館)	18歳以上30人	4,000円	5/2(月)~
走り方教室	①5/21(土)②5/22(日) 10:00~12:00※①②同内容	小学生各20人	各1,000円	5/2(月)~
バドミントン教室【初心者対 象プログラム】	5/26(木)、6/6(月)・24(金)・28(火) 19:00~21:00	小学生以上16人	1,600円	5/2(月)~
親子キッズピクス	6/9~23の木曜日 10:30~11:30	2~4歳と保護者10組	1,200円	5/2(月)~
●みちぎんどリームスタジアム ☎017-765-6200				
カーリング感謝DAY無料体験会	5/22(日) 10:00~12:00	小学4年生以上32人	無料	5/2(月)~
カーリング感謝DAYシート無料開放	5/22(日) 13:00~16:00	1団体1シート1時間まで	無料	5/2(月)~
初心者のための弓道教室	5/11~6/10の水・金曜日(全10回)19:00~21:00	18歳以上10人	3,800円	5/2(月)~
●市民室内プール ☎017-743-3440				
第37回マスターズ水泳記録会	6/26(日) 8:00~ ※開館・受付8:00~	18歳以上100人	800円	5/7(土)~13(金) 10:00~19:00
●大進建設スポーツ広場 ☎017-764-5525				
テニスプレイ&ステイ	5/10~6/30の火・木曜日(全10回)17:00~18:30	小学生20人	3,800円	5/2(月)~
ミズノチャレンジソフトテニ ススクール	6/1~3/29の水曜日 18:30~20:30 ※実施日はスクールカレンダーによる	中学1~2年生10人	1回700円 ※申込時4,000 円(Tシャツ代 込)別途必要	5/2(月)~

青森競輪日程(5月前半) 園青森競輪場(☎017-787-2020)

※は安方前売SCでのみ発売

【いわき平】日本選手権(G I) 場外	3日(火)~8日(日)	高知(F I) 場外※	11日(水)~13日(金)
四日市ナイター(F I) 場外※	3日(火)~5日(木)	和歌山(F I) 場外(1・2日目)※	12日(木)~13日(金)
岸和田(F I) 場外※	6日(金)~8日(日)	和歌山(F I) 場外(3日目)	14日(土)
青森ナイター(F II)	7日(土)~9日(月)	函館記念ナイター(G III) 場外	14日(土)~17日(火)
大宮(F I) 場外	9日(月)~11日(水)	西武園(F I) 場外	15日(日)~17日(火)
松阪(F I) 場外※	9日(月)~11日(水)		

車券発売状況についてはお問合せください。



青森競輪場イメージキャラクター
葵 萌輪

競輪は適度に楽しみましょう。車券の購入は20歳になってから。

市民センターの講座

申込みは各開催場所へ(申込順※一部抽選)/少数中止/受講キャンセルは開始1週間前まで

講座名	開催日時	対象/人員	料金	申込方法
●東部市民センター ☎017-736-6255				
東部ユニカール入門教室	5/17~31の火曜日 13:00~15:00	20歳以上6人	無料	5/10(火)9:00~電話・来館
東部キッズスクール「思いやりの心を学ぶ・極真空手入門教室」	5/18~6/1の水曜日 19:00~20:00	小学生(保護者同伴)5人	無料	5/7(土)9:00~電話・来館
初心者でも大丈夫!「しなやかな体へピラティス教室」	5/20~6/3の金曜日 10:00~11:00	18歳以上10人	無料	5/11(水)9:00~電話・来館
楽しく仲間づくり健康づくり!レクダンス【前期】	5/20~6/3の金曜日 13:00~15:00	18歳以上10人	無料	5/11(水)9:00~電話・来館
シリーズ「懐かしの歌声教室」~①音楽レクリエーション・春を歌う~	5/25(水) 10:00~12:00	18歳以上15人	無料	5/12(木)9:00~電話・来館
「シニア向けスマートフォン教室」~基礎コース・文字入力とカメラを学ぶ~	5/27(金) 10:00~12:00	60歳以上10人	無料	5/13(金)9:00~電話・来館
琴伝流「楽しい大正琴入門教室」【前期】	6/2・16・30の木曜日 10:00~12:00	18歳以上7人	500円	5/19(木)9:00~料金持参で来館
体幹を鍛えよう!石川久美子社中「津軽笑っせ手踊り教室」【前期】	6/2・9の木曜日 19:00~20:30	5人	無料	5/19(木)9:00~電話・来館
インテリアグリーン「愛らしい苔玉づくり体験」	6/6(月) 10:00~11:30	18歳以上10人	無料	5/16(月)9:00~電話・来館
初心者大歓迎!「東部バドミントン教室」	6/7~21の火曜日 19:00~21:00	18歳以上15人	900円	5/21(土)9:00~電話・来館
東部キッズスクールベンジャミン先生の「わくわく英会話①」	6/11(土) 10:00~11:30	小学1~3年生20人	無料	5/21(土)9:00~電話・来館
●大野市民センター ☎017-739-6228				
川口松子の季節のお花でフラワーアレンジメント♪	6/7(火) 13:00~15:00	18歳以上15人	2,000円	5/1(日)9:00~電話・来館
●横内市民センター ☎017-738-8723				
手芸教室こぎん初心者向け「ポケットティッシュ入れ」	5/24・31の火曜日 10:00~12:00	18歳以上15人	300円	5/10(火)10:00~電話・来館
遊歩道文芸のこみち~風薫る5月のウォーク~	5/26(木) 10:00~11:30	18歳以上15人	無料	5/12(木)10:00~電話・来館
始めようボランティア!!どんなのがあるの?活動ってどうやるの?	6/1(水) 10:00~11:00	18歳以上20人	無料	5/18(水)10:00~電話・来館
県産羊毛でフェルトコースター、フェルトボール作り	6/11(土) 10:00~13:00	小学4年生~中学生6人	500円	5/28(土)10:00~電話・来館
●戸山市民センター ☎017-743-0720				
スマホ教室~基本操作と写真の活用法を学ぼう~	5/26,6/2の木曜日 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	5/1(日)9:00~電話・来館
親子で音楽コミュニケーション	5/29(日) 10:00~12:00	未就学児と保護者15組	無料	5/1(日)9:00~電話・来館
●油川市民センター ☎017-788-1201				
はじめてのヨガ	5/23~6/6・20の月曜日 13:00~15:00	18歳以上20人	無料	5/2(月)9:00~電話・来館
草木染め体験、マリゴールでシルクオーガンジーストール	5/31(火) 10:00~12:00	18歳以上10人	2,000円	5/6(金)9:00~電話・来館
●古川市民センター ☎017-776-8082				
動いて笑ってストレス発散!マナフィット	5/14・21,6/4~18の土曜日 10:00~11:30	中学生以上20人(抽選)	無料	5/7(土)9:00~9:30来館受付、9:30~抽選
野菜の栽培講座(茄子・ピーマン・トマト)	5/23(月) 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	5/10(火)10:00~電話・来館
花壇の花・鉢植えの花の手入れ方法	5/30(月) 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	5/17(火)10:00~電話・来館
実践~AEDの使い方~	6/5(日) 9:30~12:30	18歳以上20人	無料	5/20(金)10:00~電話・来館
●荒川市民センター ☎017-739-2343 〒030-0111 荒川字柴田129-1				
ママ&ベビー・キッズフィットネス~産後のボディリカバリー~	5/17(火) 10:00~11:30	3歳以下と保護者15組30人	無料	5/2(月)9:00~電話・来館
今日は俺が作るぜ!男の料理教室~春~	5/21(土) 10:00~13:00	中学生以上の男性12人	1,000円	5/6(金)9:00~電話・来館
からだスッキリ!リフレッシュヨガ	5/23(月) 19:00~20:30	高校生以上20人	無料	5/9(月)9:00~電話・来館
伝統を結ぶ水引教室~お花をつつむ~	5/28(土) 10:00~12:00	中学生以上15人	1,000円	5/13(金)9:00~電話・来館
アタマもカラダもキラキラ~シナプソロジー®&エアロピクス教室~	6/2~23の木曜日 10:00~12:00	18歳以上30人	無料	5/19(木)9:00~電話・来館
手作りスイーツ教室~笹餅~	6/10(金) 10:00~13:00	18歳以上12人(抽選)	800円	5/25(水)必着で、往復はがきに住所・氏名・電話番号・年齢を記入し郵送で、荒川市民センターへ
わら細工教室~手作りミニほうき~	6/11(土) 10:00~12:00	中学生以上20人	500円	5/30(月)9:00~電話・来館
●沖館市民センター ☎017-761-4161				
レクダンスのリズムにのって健康づくり	5/16~6/13の月曜日 13:30~15:30	18歳以上30人	無料	5/2(月)9:00~電話・来館
春の山菜料理を楽しむ	5/20(金) 10:00~13:00	18歳以上20人	1,500円	5/6(金)9:00~電話・来館
【地域力アップ講座】北洋硝子工場見学~津軽びいどろができるまで~	5/21(土) 10:00~12:00	中学生以上20人	無料	5/6(金)9:00~電話・来館
はじめての陶芸教室~ちょっとおしゃれな皿づくり~	5/28,6/4・25,7/16の土曜日 10:00~12:00	18歳以上10人	1,500円	5/9(月)9:00~電話・来館
●北部地区農村環境改善センター ☎017-754-2244				
東洋医学「日常生活での活用法と運動」	5/25~6/8の水曜日 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	5/1(日)9:00~電話・来館
仕事に家事に「段取り力」を高めて生活改善!	5/29(日) 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	5/1(日)9:00~電話・来館
梅ちゃん先生の「地元の食材を使った料理」	6/11(土) 10:00~13:00	18歳以上12人(抽選)	1,000円	5/11(水)~18(水)の9:00~電話・来館 5/26(木)9:00~抽選結果揭示
レクリエーションで、楽しく生き生きと	6/13(月) 10:00~12:00	60歳以上30人	無料	5/15(日)9:00~電話・来館
シニア向け「初めてのパソコン操作」	6/20~7/4の月曜日 13:00~15:00	50歳以上5人(抽選)	無料	5/15(日)~22(日)の9:00~電話・来館 5/30(月)9:00~抽選結果揭示

掲載のものは申込順（一部除く） ほかは当日直接会場へ

※掲載の内容は、4月4日時点の情報をもとに、作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

市民スクール 応募者多数抽選/少数中止/受講キャンセルは開始1週間前まで

開催場所	番号	講座名	開催日時	対象/人員	料金
中央市民センター	1	日常生活で使えるペン習字～目からウロコの文字の書き方～	6/1～29の水曜日 10:00～12:00	18歳以上12人	1,500円
	2	ボールを使った筋膜リリース～痛みやだるさの改善を目指そう～	6/2～16の木曜日 14:00～15:00	18歳以上30人	無料
	3	体験してみよう！フィットネス～運動習慣づくりはじめの一步～	6/6～27の月曜日 10:00～12:00	18歳以上30人	無料
	4	暮らしの税教室「高齢者と年金の税のお話」～高齢者が受けられる特例について～	6/6(月) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	5	歌を歌って仲間づくり！～『唱歌・合唱』や『歌謡曲』～	6/10(金) 10:00～12:00	18歳以上30人	無料
大野市民センター	6	あおり運転とアンガーマネジメント	6/12(日) 10:00～12:00	18歳以上20人	無料
	7	アロマブレンド講座～香りの旅へ～	6/14(火) 13:00～15:00	18歳以上10人	1,000円
戸山市民センター	8	目指そうクビレ美人！ベリーダンスで骨盤運動	6/6～27の月曜日 10:00～12:00	18歳以上15人	無料
	9	水引モチーフ付のブックバンドを作ってみよう	6/14(火) 10:00～12:00	18歳以上8人	500円
	10	本物そっくり!!クレイアート体験～粘土細工を楽しもう～	6/24(金) 10:00～12:00	18歳以上10人	800円
	11	肩こり腰痛改善体験	6/29、7/13の水曜日 10:00～12:00	18歳以上15人	無料
	12	背骨コンディショニング®で歪み矯正	6/2～23の木曜日 10:00～12:00	18歳以上20人	無料
西部市民センター	13	シニア向けスマホ初心者講座～メールやビデオ通話を楽しもう～	6/6～20の月曜日 10:00～12:00	18歳以上20人	無料
	14	リズムにノって健康づくり レクダンス	6/11～25の土曜日 13:00～15:00	18歳以上30人	無料

キッズスクール 開催場所：中央市民センター 対象：市内在住の小学生 応募者多数抽選/少数中止/受講キャンセルは開始1週間前まで

番号	講座名	開催日時	対象/人員	料金
1	クッキング「みんなでランチクッキング『照り焼きバーガー』&『すっきりさわやかレモンスカッシュ』」	6/11(土) 10:00～12:00	3～6年生12人	600円
2	空手道「心と体と技を磨く！キッズ空手道場」	6/11～7/2の土曜日 13:00～15:00	1～6年生20人	無料
3	ロボットプログラミング「センサーを利用した自動運転に挑戦しよう！」	6/11(土) 13:00～15:00	4～6年生9人	無料
4	パティシエ「もうすぐ七夕『願いをこめた星空のアイシングクッキーを作ろう』」	6/25(土) 10:00～12:00	1～6年生20人	600円

[申込方法] 5/16(月)必着で、必要事項を記入の上、下記の方法でお申込みください。※5/23(月)から結果通知

●申込用紙（キッズスクールはなし/各市民センター・勤労青少年ホーム・浪岡中央公民館に備付け。市ホームページ掲載）

●往復はがき（1講座1枚） ●FAX（コンビニ等不可） ●Eメール（件名「〇〇スクール申込」）

[必要事項] ①住所 ②氏名(ふりがな) ③年齢(学年) ④性別 ⑤電話番号 ⑥講座番号・講座名 ⑦学校名(キッズスクールのみ) ⑧FAX番号(FAXでお申込みのかたのみ)

[申込み先] 〒030-0813 松原一丁目6-15 中央市民センター E017-775-7048、center-koza@city.aomori.aomori.jp

[問合せ先] 中央市民センター ☎017-734-0164

中央市民センターのイベント

所 岡中央市民センター ☎017-734-0164 ※第3日曜日、年末年始は休館

◆こどもの映写会

時 5月22日(日) 10:00～10:30

因 「楽しいムーミン一家」より「魔法の帽子」

入 料 25人(当日先着順)/無料

◆5月のプラネタリウム

料 160円(中学生以下無料/障がい者手帳提示80円)

星空の時間 土曜日 ①11:00 ②13:30

果てなき宇宙の旅 日曜日・祝日 13:30 (15日除く)

プラネくと星空さんぽ 日曜日・祝日 11:00 (15日除く)
絵話「むすめをなくしたためみ」(幼児向け・約40分)

◆おとなの映写会

時 5月27日(金) 10:00～11:38

因 「哀愁バルカン超特急(旧版)」…列車の中での一事件から始まるユーモアとサスペンスにあふれたヒッチコックのイギリス時代の代表作(1938年/吹替版)

入 料 50人(当日先着順)/無料



自衛官等募集 岡自衛隊青森地方協力本部青森募集案内所 ☎017-783-2995

※年齢は令和5年4月1日現在

募集種目/概要	応募資格	受付期間	試験日	試験会場
幹部候補生 部隊の指揮官となる幹部自衛官を養成	22歳以上26歳未満(修士課程修了者(見込み含む)は28歳未満)	6/16(木)まで	6/25(土)	第2合同庁舎

野木和公園水辺散策園

八重桜 フォトコンテスト

【応募期間】 5月1日(日)~31日(火)

園あつまれ!野木和公園フェア実行委員会 (☎090-4887-1907)

青森春まつりが終わる5月の2週目~3週目頃から、野木和公園内にある湖上大橋を渡った水辺散策園の八重桜が咲き乱れ満開になります。この絶景を広く市民のかたに知っていただくため、「八重桜フォトコンテスト」を開催♪一人何回でも投稿OK!この機会に野木和公園水辺散策園の八重桜を楽しみ、あなたのお気に入りの一枚を投稿してみませんか?



【投稿の際の注意点】

野木和公園散策園の八重桜が写っている自作のもの/画像の加工は行わないこと/人物が写っているものは、必ず本人の承諾を得てから投稿すること/著作権は本人に帰属しますが、入賞・入選作品をPR活動のため、ホームページや印刷物等において利用することに承諾いただけるかた ※詳細についてはこちらからご確認ください▶



【応募方法】

- ①あつまれ!野木和公園フェア実行委員会Instagram公式アカウント「@nogiwa_mizube」をフォロー
- ②野木和公園水辺散策園「八重桜」を応募期間中に撮影し、「#水辺散策園八重桜2022」をつけて投稿
- ③入賞・入選されたかたには公式アカウントからご連絡します ※入賞したかたには賞品あり♪



◀2021年の野木和公園の花・景色・桜のスライド動画を公開しています♪

モヤヒルズ 春のイベント情報

※諸事情により中止となる場合があります

モヤヒルズウォーキング教室

時 5月15日(日) 10:30~13:00(受付10:00~)

内容 春の山野草を鑑賞しながら、ウォーキングを楽しむ(距離5~6km、途中リフト乗車予定)

料 1人500円(保険料込)

開 4月30日(土) 9:00から

電話で、モヤヒルズ(☎017-764-1110)へ



《広告》

★青森市の公式 YouTube

園広報聴課 (☎017-734-5106)

アンジェラ・アキさんの曲「サクラ色」に合わせて、野木和公園を含む市内の桜の名所を映した絶景動画を公開中!素敵な春の映像をお楽しみください♪



▲こちらをチェック!



ノースグラフィックオート RIDGA

高価買取!!

車・除雪機・農機具、買い取ります!

問い合わせたその日に行けるかも!?

無料出張買取受付センター

まずは、お電話を!!



0120-777-787

【受付時間】9:00~20:00/土日祝OK
青森県公安委員会許可 第201010032640号
〒030-0944 青森市大字筒井字ハツ橋73-8

次号5月15日号の配布日は、5月12日(木)~14日(土)です。

人口と世帯数 令和4年4月1日現在 ※住民基本台帳調べ/()内は前月との増減
男性127,032人(-895) 女性145,720人(-749) 合計272,752人(-1,644) 世帯数136,781世帯(-202)