

令和5年(2023年)

4.1

No.432

# 広報 あおもり

【特集】

 あおもり桜マラソン 2023 4.16   
AOMORI SAKURA MARATHON 令和5年



## 主な内容

04	市からの重要NEWS	10	・急病診療案内
	・青森市営バス「あおもりマイ時刻表」サービススタート	12	・定期予防接種のお知らせ
06	・新型コロナワクチン接種情報	14	情報ひろば
10	健康ナビ	16	・中央卸売市場 水産の朝市！
		20	東北絆まつり2023青森

写真：2022 あおもり桜マラソン（令和4年4月17日／合浦公園）

# マラソン 2023 4.16日

MARATHON 令和5年

## 知らせ

大会当日はノーマイカーデーにご協力をお願いいたします。



14:30頃  
止となります

### ご注意

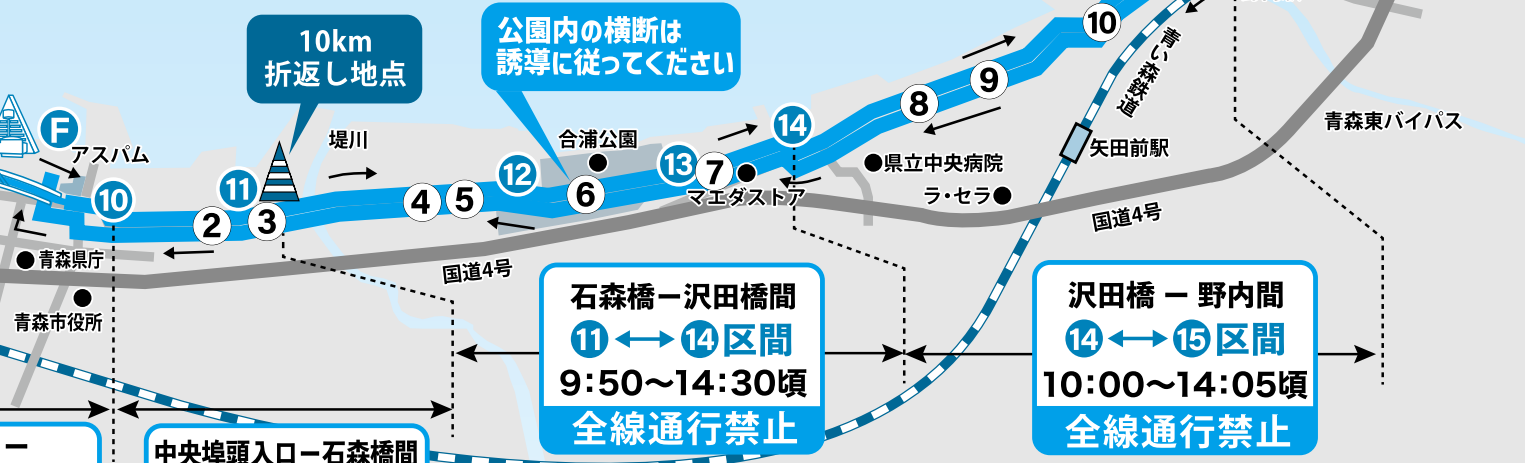
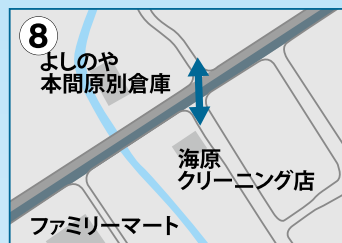
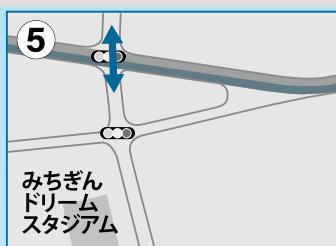
交通規制時間帯であっても、緊急時には救急車などの緊急車両の通行を優先いたします。緊急車両の通路確保にご協力ください。

※大会当日は緊急車両・路線バス・参加者のシャトルバスの通行確保のため、会場付近へはマイカーでの来場・送迎は控えて頂けますようお願いいたします。

人及び一般車両

横断できません

主な交差点等の詳細はこちらをご確認ください



石森橋 - 沢田橋間  
11 ↔ 14 区間  
9:50~14:30頃  
全線通行禁止

沢田橋 - 野内間  
14 ↔ 15 区間  
10:00~14:05頃  
全線通行禁止

中央埠頭入口 - 石森橋間  
10 ↔ 11 区間  
9:25~14:30頃  
全線通行禁止

一口間  
30頃  
止

交通規制についてのお問い合わせ【平日/9:00~17:00】

あおり桜マラソンお問い合わせ窓口 TEL (017) 718-7062

あおり桜マラソン実行委員会事務局 TEL (017) 718-1431



# あおもり桜

## AOMORI SAKURA

# 交通規制のお

### 交通規制予定時間 8:35～

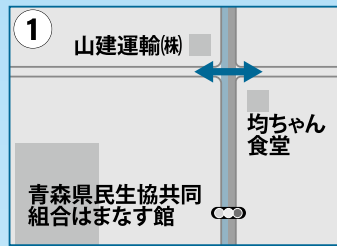
### 通行禁止の時間帯は全線駐停車禁

## 横断ポイント 1～10

横断可能対象：

- ランナーが通過中もしくは接近していないこと
  - 大会スタッフの指示に従うこと
- ※指定された横断ポイント以外は  
※横断時間は事前にお約束できま

横断条件



野木和～後潟間  
① ↔ ② 区間  
8:35～12:00頃  
全線通行禁止

スタート  
(全種目共通)  
野木和公園

野木和公園内  
7:00～12:00頃  
全線通行禁止  
駐停車禁止

野木和～油川船岡間  
② ↔ ④ 区間  
8:35～12:00頃  
全線通行禁止

油川船岡～ユニバース沖館間  
④ ↔ ⑧ 区間  
9:10～12:35頃  
一部通行禁止

ユニバース沖館  
中央埠頭入  
⑧ ↔ ⑩ 区  
9:15～14:  
全線通行禁

フィニッシュ  
(全種目共通)  
青い海公園

大会を安全に  
運営するために  
ご理解とご協力をお願いいたします。

※記載の交通規制時間は、おおよその予定時間ですので変更になる場合がございます。  
※交通規制に伴い、市営バス等の運休又は発着場所が変更になる場合がございます。

青森市営バス「あおもり マイ時刻表」サービススタート

NEW

閩交通部管理課 (☎017-726-5453)

あおもり マイ時刻表

便利機能

青森市営バスはGPS車載器によるバスの位置情報を活用したスマートフォン、パソコン用のリアルタイム時刻表「あおもりマイ時刻表」を3月22日に導入しました。遅れ時間の表示や降車するバス停を選択した便の絞り込み、検索履歴の保存で自分専用の時刻表としてご利用いただけます。

運行情報をリアルタイムで表示します



市役所前 ▶ 東部営業所  
現在時刻 08:42

発車	着予定	行先・経由
1分前 08:41	09:08 (27分)	C10 造道・八重田線 C10 県病→東部(営) (造道・八重田線)
現在 08:42		
2分後 08:36	09:04 (28分)	C10 造道・八重田線 C10 県病→東部(営) (造道・八重田線)
8分後 08:44		


※時刻表示画面

検索したバス停情報を保存できる




必要な便がひと目でわかる





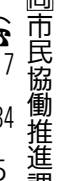
ご利用はこちらの二次元コードの読み取りまたは交通部ホームページからアクセスしてください。



**あおもりアーツカウンシル文化芸術創造活動助成金対象事業を募集**

市民・団体が、市内で行う文化芸術活動に助成します。要件など詳しくは、募集要項をご覧ください。

- **事業の実施期間**  
令和5年4月～令和6年2月
- **助成限度額**  
① 30万円 ② 5万円
- **募集期間**  
4月1日(土)～5月31日(水)
- **募集要項**  
あおもりアーツカウンシルホームページに掲載のほか、文化学習活動推進課、各支所・市民センター、浪岡中央公民館、中世の館、リンクステーションホール青森、リンクモア平安閣市民ホール、協同組合タツケン美術展示館などに備付けあおもりアーツカウンシル事務局  
(☎017-773-7304)



**市民活動活性化事業補助金の対象事業を募集**

市民活動団体が自ら行う地域課題の解決や地域の人材づくり活動を支援します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

- **対象団体**  
市内に事務所があり、構成員が5人以上のNPO法人、ボランティア団体など(町会・町内会等の地域コミュニティまたは政治、宗教、選挙活動等を目的とする団体は除く)
- **対象事業**  
地域課題の解決を図るための公益的な市民活動を活性化する取組として主に市内で行う事業(1年度1団体1事業まで ※同一対象団体の同一対象事業への補助金の交付は3回まで)
- **補助金額**  
補助率2/3以内(限度額30万円)
- **募集期間**  
4月3日(月)～28日(金)

閩市民協働推進課  
(☎017-734-5231)

4月1日から

市役所組織の一部が変わります

問 人事課 (☎017-734-5011)

主な見直し内容

★企画部に

「連携推進課」を設置

企画調整課内にある「広域連携推進室」と「新しい働き方推進室」を一つの課に格上げし、企画部に「連携推進課」を設置します。

「連携推進課」では、行政と民間事業者が協働で公共サービスの提供などを行う公民連携の取組を推進します。また、広域連携や新しい働き方などの様々な取組を行います。

★経済部に

「国スポ・障スポ大会推進課」を設置

地域スポーツ課内にある「国民スポーツ大会準備室」を課に格上げし、経済部に「国スポ・障スポ大会推進課」を設置します。

「国スポ・障スポ大会推進課」では、令和8年度に開催する第80回国民スポーツ大会及び第25回全国障害者スポーツ大会の開催準備を行います。

〔課に格上げ〕

●企画調整課内

広域連携推進室 新しい働き方推進室

連携推進課

〔課に格上げ〕

●地域スポーツ課内

国民スポーツ大会準備室

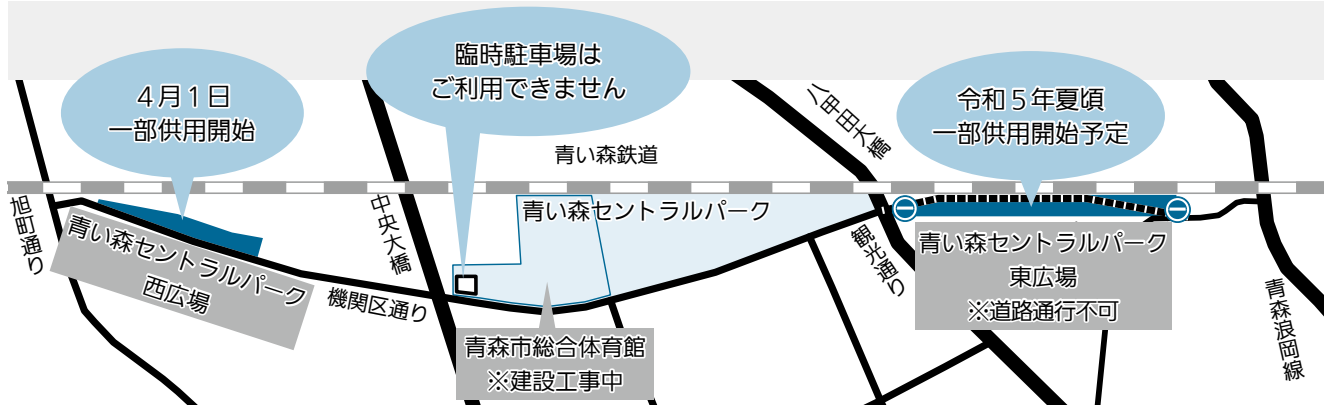
国スポ・障スポ大会推進課

4月から 青い森セントラルパーク西広場が利用可能に！

令和元年10月から青森操車場跡地の東西用地に、多様なレクリエーションを楽しむことができる広場や緑地の工事を行っています。

4月1日から「青い森セントラルパーク西広場」が、令和5年夏頃(予定)から「青い森セントラルパーク東広場」をご利用いただけます。

問 青い森セントラルパークについて…  
公園河川課 (☎017-752-8342)  
道路工事について…  
道路建設課 (☎017-752-8357)  
青森市総合体育館について…  
地域スポーツ課 (☎017-718-1879)



●青い森セントラルパーク西広場 (4月1日から利用可能な施設)

多目的広場・緑地 (約1.1ヘクタール)、駐車場 (30台のうち2台車いす利用者対応)、バリアフリー対応公衆トイレ (1棟)

●青い森セントラルパーク東広場 (令和5年夏頃から利用可能な施設)

多目的広場・緑地 (約1.9ヘクタール)、バリアフリー対応公衆トイレ (1棟)  
※道路工事中 (令和6年7月頃完成予定) のため、お車でのご利用はできません。

新型コロナワクチン接種情報



令和5年度中は、自己負担なしでワクチン接種を受けられます

●オミクロン株対応2価ワクチン接種（令和4年 秋開始接種）について

まだ1度もオミクロン株対応2価ワクチン接種を受けていないかたは、令和5年5月7日で接種が終了します。接種を希望されるかたは、お早めに接種についてご検討ください。

●令和5年度追加接種について

	令和5年 春開始接種	令和5年 秋開始接種
時期	5月8日～8月末まで	9月～12月
回数	1回	1回
対象者	初回接種（1・2回目）を完了した以下のかた ・高齢者のかた（65歳以上） ・基礎疾患をお持ちのかた（5～64歳） ・医療機関、高齢者施設、障害者施設等従事者	初回接種（1・2回目）を完了した全てのかた
使用ワクチン	オミクロン株対応2価ワクチン等	今後、国において検討

※令和5年春開始接種の接種券については、前回接種から3か月経過後に順次、接種券を送付します。  
なお、接種券がお手元にあるかたはその接種券をご使用ください。

●小児接種（5～11歳）、乳幼児接種（6か月～4歳）について

4月以降も青森市保健所で集団接種を実施します。最新の日程については、市ホームページをご確認ください。  
なお、小児追加接種には「小児用オミクロン株対応2価ワクチン」を使用しています。

■問合せ先はこちら

青森市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

WEB予約は  
こちら▶



令和5年度の募集を受け付けます  
青森市奨学金

経済的理由で就学が困難な生徒及び学生に、奨学金を貸与します。

☎教育委員会事務局学務課（017-718-1414）、  
教育委員会事務局浪岡教育課（0172-62-3003）

- 対象 保護者の住所が本市にある生徒・学生で、高等学校などに在学し、所得や成績で一定の要件を満たすかた  
※在学する学校長の推薦が必要

- 貸与月額 高等学校等…月額16,000円 15年以内（無利息）  
大学・短大等…月額33,000円

- 申込み・問合せ 4月3日（月）～5月31日（水）に、申請書と必要書類を、学務課または浪岡教育課へ  
※土・日曜日、祝日を除く  
※申請書は学務課、浪岡教育課で配布



学務課 仲原

国民年金保険料が  
スマホアプリで納付可能に

国民年金保険料がスマートフォンアプリを利用した電子（キャッシュレス）決済ができるようになりました。  
詳しくは、日本年金機構のホームページ（下記二次元

コード）をご確認ください。

問青森年金事務所  
☎017-734-7495  
※音声案内2番を押し、再度2番を押ししてください。



ひとり親家庭の母または父の就業を支援します。

支給額や申請期限等、詳しくは市ホームページ（右記二次元コード）からご確認ください。

	自立支援教育訓練 給付金事業	高等職業訓練 促進給付金等事業	高等学校卒業程度認定試験 合格支援給付金事業
内容	介護職員初任者研修講座など、雇用保険の教育訓練給付制度対象講座の受講経費の一部（60%相当額、上限あり）を支給します。	看護師・准看護師など、就職の際に有利になる資格取得を目的とする養成機関での修業中、生活の負担を軽減するため、月額7万500円～14万円の給付金等を支給します。	高等学校卒業程度認定試験合格のための講座（通信制講座含む）の受講経費の一部を支給します。ひとり親家庭の児童（給付金請求時で20歳未満）も対象となります。
対象	市内に住所を有し、次の要件を全て満たすかた		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼児童扶養手当を受給しているか、同様の所得水準にあること</li> <li>▼講座の受講が、適職に就くために必要であると認められること</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼児童扶養手当を受給しているか、同様の所得水準にあること</li> <li>▼養成機関で6か月以上のカリキュラムを修業し、資格の取得が見込まれること</li> <li>▼就業または育児と修業の両立が困難と認められること</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼児童扶養手当を受給しているか、同様の所得水準にあること</li> <li>▼高卒認定試験合格が、適職に就くために必要と認められること</li> </ul>

※いずれの事業も・・・過去に同様の給付金の支給を受けたことがある場合や、市税及び母子父子寡婦福祉資金償還金に滞納がある場合は対象となりません。詳しくはお問合せください。

ひとり親家庭のための  
自立支援給付金事業について

子育て支援課（☎017-734-5334）



放課後児童支援員を  
募集しています

子育て支援課（☎017-734-5348）

保護者が共働きなどのため、日中常に不在となる家庭の小学生を対象に開設している放課後児童会で、子ども達に遊びや生活の支援を行う「放課後児童支援員」、「代用支援員」を募集しています。

放課後児童支援員、代用支援員の応募は随時受付していますので、ぜひお申込みください。

応募資格等、詳しくはこちら  
からご確認ください。



▲市ホームページ



子育て支援課 豊巻

問高齢者支援課  
（☎017-734-5326）  
浪岡振興部健康福祉課  
（☎0172-62-1134）

健康福祉課へ  
※4月7日（金）以降は、各  
支所・情報コーナーでも  
申請できます（受療券は  
後日郵送）。

児童扶養手当の月額が改定され、4月分から変わります。4月分から変わります。4月分（改定後）を支給します。子育て支援課（☎017-734-5334）浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1113）

令和5年4月分～	区分	月額（改定前との比較）
子ども1人の場合	全部支給	44,140円（+1,070円）
	一部支給	44,130円～10,410円（+1,070円～+250円）
子ども2人目の加算額	全部支給	10,420円（+250円）
	一部支給	10,410円～5,210円（+250円～+120円）
子ども3人目以降の加算額	全部支給	6,250円（+150円）
	一部支給	6,240円～3,130円（+150円～+80円）

※月額は所得に応じて異なります。

はり・きゅう・マッサージ  
施術受療券を交付

施術料を1回につき1千円助成する「令和5年度はり・きゅう・マッサージ施術受療券（助成券）」を交付します。

●対象

市内に居住する70歳以上の前年度市民税非課税のかた  
●交付枚数  
年10枚まで

※申請した月によって交付枚数が異なります。

問4月3日（月）から、本人確認ができるもの（健康保険証など）を持参の上、高齢者支援課または浪岡振興部健康福祉課へ

## 青森市営霊園・墓園（一般墓地区画及び合葬墓）の申込受付

園生活安心課（☎017-734-5277）、浪岡振興部市民課（☎0172-62-1140）

市では、4か所の霊園及び墓園（三内霊園・月見野霊園・八甲田霊園・浪岡墓園）を設置しています。

### ○一般墓地区画の申込受付

八甲田霊園の新規区画の使用許可申請は通年で受け付けています。

このほか、返還された区画の再提供は年1回受け付けし、申込みがなかった区画は、随時提供を行います。

申込期間等、詳細が決まり次第、本紙でお知らせします。

### ○月見野霊園合葬墓の申込受付

多くの方々の遺骨を合同で埋葬する月見野霊園合葬墓では、現在遺骨をお持ちのかた、または既に墓地に埋蔵されているなど遺骨を改葬するかたの利用申込を通年で受け付けています。

申込資格など詳しくは、生活安心課、浪岡振興部市民課、各支所などに備付けの合葬墓利用案内等または市ホームページをご覧ください。

### 月見野霊園合葬墓生前予約の申込み

○生前予約（本市に住所がある満70歳以上のかたが対象）の申込受付は、12月以降に行う予定です。

○市営霊園・墓園の使用許可を受けているかたが生前予約を申し込む場合、11月30日（木）までに返還手続が必要です。

○申込者多数の場合は抽選となります。

○ご遺族のかたの申込みは通年で受け付けています。あらかじめご家族などに合葬墓への埋葬をお願いすることで、生前予約の必要はありません。



市民税課 森山

市民税課  
（☎017-734-5197）

●提出が遅れると…  
既に入らない従業員の税額が通知されたり、普通徴収に切替え後の納付回数が少ない、納税義務者（従業員）の一回当たりの負担が大きくなる場合がありますので、ご注意ください。

●4月1日までの異動分は…  
4月17日（月）までに提出してください。

●4月1日までの異動分は…  
4月17日（月）までに提出してください。

●4月1日までの異動分は…  
4月17日（月）までに提出してください。

●4月1日までの異動分は…  
4月17日（月）までに提出してください。

●4月1日までの異動分は…  
4月17日（月）までに提出してください。

●4月1日までの異動分は…  
4月17日（月）までに提出してください。

### 給与所得者異動届出書の提出を忘れずに

市民税・県民税の特別徴収

対象者として給与支払報告書

を提出したあとで、退職・休

職・転勤などの異動があった

場合には「給与所得者異動届

出書」の提出が必要です。

●4月1日までの異動分は…

4月17日（月）までに提出

してください。

●提出が遅れると…

既に入らない従業員の税額が

通知されたり、普通徴収に

切替え後の納付回数が少なく

なり、納税義務者（従業員）

の一回当たりの負担が大き

くなる場合がありますので、

ご注意ください。

●4月1日までの異動分は…

4月17日（月）までに提出

してください。

●提出が遅れると…

既に入らない従業員の税額が

通知されたり、普通徴収に

切替え後の納付回数が少なく

なり、納税義務者（従業員）

の一回当たりの負担が大き

くなる場合がありますので、

ご注意ください。

## 4月から 固定資産税・軽自動車税（種別割）の納付方法が拡充されます

園納税支援課（☎017-734-5208）

スマートフォン等で納付書に印字されている地方税統一QRコードを読み取ることで、「地方税お支払サイト」でのクレジットカード納付や、スマートフォン決済アプリで納付することができます。

また、市内の金融機関に限らず全国の地方税統一QRコード対応金融機関窓口でも納付できます。

※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です

### ●地方税統一QRコードを利用した支払方法

右記二次元コード（地方税お支払サイト）をご確認ください。



### ●利用にあたっての注意点

- ・クレジットカードやスマートフォン決済アプリで納付した場合、領収書は発行されません
- ・納税証明書は納付確認（2～3週間かかります）の後に発行できます
- ・クレジットカードは決済手数料がかかります
- ・督促料や延滞金が発生した場合は、別途納付書が送付されます

### 法人市民税の減免申請

収益事業を行っていない、次のいずれかに該当する法人は、法人市民税が減免されます。5月1日（月）までに、法人市民税減免申請書、均等割申告書、決算書、その他関

係資料を提出してください。

- 公益社団法人・公益財団法人
- 地方自治法第260条の2第1項の認可を受けた地縁による団体

●特定非営利活動促進法第2条第2項に規定する法人

園市民税課  
（☎017-734-5197）



## 4月10日(月)～16日(日)は 春の火災予防運動

日時	内容(場所)
4/10日(月) 9:30～	防災パトロール出動式(アスパム前広場)
4/15日(土)・16日(日) 各日10:00～14:00	火災予防キャンペーン(サンロード青森) ※展示ブース、記念品あり

内容の変更や中止等の最新情報は、消防本部ホームページ(右記二次元コード)をご確認ください。



### 火災予防関係届出の電子申請が可能に!

4月から、火災予防関係の各種届出が、マイナポータル(ぴったりサービス)から電子申請で届出できるようになりました。24時間365日いつでも届出可能です。ぜひご利用ください。

申請は右記二次元コードから、対象届出を選んで届出してください。※詳しくは、お問合せください。



岡消防本部予防課 (☎017-775-0853)

### 災害時の避難所等の指定内容を更新しました

災害時の指定緊急避難場所について、左記のとおり更新しました。

●滝内福祉館(三内字稲元122-1)  
:施設休館に伴い指定取消



▲避難所等の情報はこちら(市ホームページ)

岡危機管理課  
(☎017-734-5059)

## 各種相談

### 4月の専門相談

#### ◆予約が不要な相談

- 岡岡市民なんでも相談室(駅前庁舎1階) ☎017-734-5249
- 人権相談 時3日(月)・17日(月) 午前10時～午後3時
- 行政相談 時6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木) 午前10時～午後3時
- 司法書士相談 時3日(月)・11日(火) 午前10時～午後2時
- 不動産相談 時6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)

- 計画は市ホームページや、市保健所生活衛生課、市役所各庁舎でご覧ください。
- 岡生活衛生課 (☎017-765-5293)

### 食品関係施設への衛生指導などを行います

市保健所では、食品の安全を守るため、毎年度「青森市食品衛生監視指導計画」を策定し、食品関係施設への衛生指導や流通食品の検査等を実施しています。

### 浪岡地区の相談

- 不動産鑑定士相談 時25日(火) 午後1時～3時
- 土地家屋調査士相談 時3日(月) 午前10時～午後2時
- 行政書士相談 時14日(金)・21日(金)・28日(金) 午前10時～午後3時
- ◆予約が必要な相談
- 法律相談 時10日(月)・24日(月) 午後1時～3時
- 生活安心課 ☎017-734-5250へ電話予約。10分は3日から、24日分は11日から受付(午前8時30分～) ※相談は1回まで(1人20分間)

### 市税などの平日夜間・休日納付相談

- 市税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付に関する相談を受付。電話相談もできます。
- 平日夜間納付相談
- 納税支援課(駅前庁舎)

### カダールなんでも座談会

- 4月21日(金) 午前10時～11時30分 ※偶数月の第三金曜日、同時開催。
- 所カダール(男女共同参画プラザ) 企画ワーク室2
- その日に集まったメンバーで「これって私だけ?こんな時どうしてる?」等の悩みや疑問について気軽に話してみませんか。聴くだけでも大丈夫です。
- 参加費6人/無料/直接会場へ
- カダール(男女共同参画プラザ) ☎017-776-8800



## 「青森市急病センター」は、 「地域外来・検査センター」として診療・検査しています

「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・検査する「地域外来・検査センター」としています。大規模流行などにより混雑が予想される場合には、重症化リスクの高いかたのみを診療する受診制限を実施することがあります。

☎地域外来（青森市急病センター） ☎017-773-6477 受付時間19：00～21：30（診療終了22：00）※予約不要



## 急病診療案内

☎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 <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。受診の際は事前に電話でお問合せください。
- ・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
▼4月2日(日)			
内科系	三戸内科胃腸科	017-781-6011	浪館前田四丁目
歯科	熊谷歯科	017-776-5124	古川三丁目
▼4月9日(日)			
内科系	ひでかず胃腸科内科	017-762-1600	大野前田
歯科	成田歯科矯正歯科医院	017-722-8214	堤町二丁目
▼4月16日(日)			
内科系	斉藤内科小児科医院	017-777-3818	青柳二丁目
歯科	長谷川歯科医院	017-774-3268	奥野三丁目

診療科目	医院名	電話番号	所在地
▼4月23日(日)			
内科系	おきだてハートクリニック	017-761-1132	沖館三丁目
歯科	渡辺歯科クリニック	017-764-6474	大野前田
▼4月29日(土)			
内科系	おきつ内科	017-757-8787	古川二丁目
歯科	塩崎歯科医院	017-741-3338	桜川五丁目
歯科	むつ歯科医院	017-777-1840	金沢三丁目
▼4月30日(日)			
内科系	南内科循環器科医院	017-741-1616	岡造道一丁目
歯科	ホワイト歯科医院	017-741-8855	佃一丁目
歯科	対馬歯科オフィス	017-782-6471	篠田三丁目



掲載の内容は、3月6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。

## ご利用ください♪ 健康に関するイベント・講座

令和5年度より  
実施場所が2か所  
増えます！

### ＊健康C&C(チェック&チャレンジ) in駅前スクエア

時 4月13日(木) 10:00～15:00 (受付14:30まで)  
所 駅前庁舎1階 駅前スクエア  
内 料 血管年齢や握力測定等の健康・体力チェック、  
健康相談(予約優先)/50人(申込順)/無料

健康相談内容
健康相談…保健師による個別相談
栄養相談…管理栄養士による個別相談
糖尿病予防相談…糖尿病が気になるかたの日常生活や食生活について保健師・管理栄養士による個別相談

申込期間 前日までに、電話または直接、健康づくり推進課  
(☎017-718-2942)へ

### ＊まちなかいきいきサロン

高齢者が身近な場所で生きがいづくりと介護予防に取り組めるよう、生活の中で気軽に立ち寄れるスーパー等で、体操やレクリエーションを行います。予約なしでどなたでも参加できますのでぜひお越しください♪

【受付時間】いずれも開始時間30分前から受付

実施場所	日時	内容
ラ・セラ東バイパス ショッピングセンター (1階 フードコート)	①4/10(月) ②4/24(月) 10:30～11:30	①運動で、体も心もリフレッシュ！ ②ちょっと寄り道、みんなで体操！
イトーヨーカドー 青森店 (1階 フードコート)	①4/12(水) ②4/26(水) 10:30～11:30	①チャレンジ！ ストレッチと筋トレ ②初めての運動教室
アウガ (駅前庁舎 1階 駅前スクエア)	①4/11(火) ②4/18(火) 11:00～12:00	①たのしく筋トレとストレッチ ②お気軽運動教室
NEW 県民生協コスモス館 (イトインスペース)	4/27(木) 10:30～11:30	フレイル予防でいきいき元気！
NEW 浪岡老人福祉センター (談話室)	4/26(水) 10:30～11:30	初めての運動教室

料 無料  
備 検温、受付名簿の記入にご協力をお願いします  
問 高齢者支援課 (☎017-734-5326)

### ＊あおもい健康づくりリーダーと健康チャレンジ！

#### 桜川ウォーキング

時 4月21日(金) 9:30～12:00 (受付9:20～)  
※雨天時は館内で体操等  
所 中筒井分館集合(筒井字桜川187-4)  
内 健康チェック・ウォーキング  
内 料 15人(申込順)/100円(保険料等)  
備 傘、飲み物、汗拭きタオル持参  
申 4月14日(金)までに、電話で、健康づくり推進課  
(☎017-718-2942)へ

## 手話・点字教室・手話通訳者養成講座

### ①手話教室

時 5月16日～3月の火曜日 13:00～15:00  
内 前半…入門編(全18回)、後半…基礎編(全23回)  
内 30人(抽選)  
料 3,300円(テキスト「手話を学ぼう手話で話そう」代)

### ②点字教室

時 5月20日～11月の土曜日 13:00～15:00(全12回)  
内 料 30人(抽選)/660円(テキスト「点訳のしおり」代)

### ③手話通訳者養成研修事業【手話通訳Ⅰ】

時 5月9日～9月の火曜日 10:00～14:00  
※時間変更の場合あり  
内 料 手話教室の基礎課程を修了または同程度の知識と技術を有するかた/16人(抽選)/5,060円(テキスト代)

所 申 ①は4月18日(火)、②は4月22日(土)必着で、往復はがきに住所・氏名・生年月日・電話番号・希望の教室名・テキストの有無を記入し、〒030-0822 中央三丁目16-1 総合福祉センター(☎017-722-4517)へ。③は4月18日(火)までに、申込書(総合福祉センター・障がい者支援課に備付け)を総合福祉センターへ ※テキストをお持ちのかたはテキスト代が不要になりますので、詳細はお問合せください。

この機会に、ぜひ学んでみませんか？  
「一緒に」「手話」の手話です



手話教室、手話通訳者養成研修事業の講師



# マタニティ講座

☎あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984)

## ①ウェルカムベビー！講座

☎4月23日(日) 10:00~12:00 (受付9:30~)  
☎なるほど！赤ちゃんの世界、Let's オムツ交換&抱っこ！ほか

## ②お口のケアと食育講座

☎4月26日(水) 13:30~15:30 (受付13:00~)  
☎ママと赤ちゃんを守る歯とお口のケア【講師：歯科医師】、いいこといっぱい！母乳育児 ほか

## ①②いずれも

☎あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)  
☎本市に住民票がある妊婦とご家族  
☎入料各12組 (申込順) / 無料  
☎母子健康手帳、筆記用具持参  
☎4月17日(月)~21日(金)に、電話で、あおもり親子はぐくみプラザへ

## オンライン講座

①沐浴編 ☎4月12日(水) 10:00~10:30

☎沐浴

②育児準備編 ☎4月12日(水) 10:45~11:15

☎オムツ交換、抱っこの仕方、新生児の特徴

③マタニティライフ編 ☎4月12日(水) 11:30~12:00

☎早産予防、栄養

## ①~③いずれも

☎☎☎入料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/各5組(申込順)/無料  
☎前日までに、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、Eメールで、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

☎4月27日(木) 13:15~14:00  
☎対象者には別途お知らせします  
☎入料 2組 (申込順) / 無料  
☎☎4月20日(木)までに、電話で、あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984) へ



## 定期予防接種のお知らせ

子どもの定期予防接種は、感染症にかかりやすい年齢などをもとに接種期間が決められています。特に、赤ちゃんの予防接種を遅らせると、免疫がつくのが遅れ、重い感染症にかかるリスクが高まりますので、予定どおり受けましょう。里帰り出産等の理由により、市の指定医療機関で接種できない場合は、市外の医療機関で受けられる制度がありますので、ご希望の場合は必ず事前にお問合せください。詳細は市ホームページでご確認ください。

☎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)

[詳しくはこちら▶](#)



## 4月の子育て相談等の日程

子育て相談 ☎入料妊産婦と子育て中のかた/無料

- ◆あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)  
保育士による相談…毎日(年末年始除く)  
8:30~18:00 (予約不要) (☎017-718-2975)  
保健師等による相談…月~金曜日(祝日、年末年始除く)  
8:30~18:00 (予約不要) (☎017-718-2983)
- ◆浪岡総合保健福祉センター  
4/6(木) 9:30~11:00 (前日までに電話予約)

ハミガキ相談 (歯ブラシ持参) 仕上げみがきの仕方、親子ふれあい遊び、絵本など	あおもり親子はぐくみプラザ 4/10(月) (要予約) 9:30~12:00 【対象】 妊産婦と子育て中のかた
--	---

### 【申込み・問合せ】

- ・あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2975)  
…1週間前までに電話予約
- ・浪岡総合保健福祉センター…前日までに、浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1114) へ電話予約

## \*HPV(子宮頸がん予防)ワクチン接種について

令和5年4月1日から、定期接種において9価HPVワクチンが無料で接種できるようになりました。また、平成9年4月2日~平成19年4月1日に生まれた女性で、HPVワクチン接種を3回受けていないかたは、令和7年3月末まで定期接種として無料で接種することができます。

## \*HPV(子宮頸がん予防)ワクチンを任意接種したかたへの接種費用償還払いについて

HPVワクチンを定期接種の年齢(小学6年生~高校1年生相当)を過ぎてから令和4年3月末までに自費で接種を受けたかたへ、接種費用の償還払いを行っています。

償還払いについて詳しくは、[こちら](#)でご確認ください▶





## 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」4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。☎無料

### ★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
よちよち広場 ～えがお みつけた～	4/8(土) 10:00～11:00	0歳～1歳児の 子どもと保護者
あつまれ！わん ぱくこたち ～体をいっぱい動かして 親子でリフレッシュ～	4/13(木) 10:00～11:00	1歳6か月～概 ね3歳の子とも と保護者
ふたごちゃん みつごちゃん と一緒にあそぼう	4/16(日) 10:00～11:00	多胎児と保護者
おはなし広場 ～おはなし でてこい～	4/18(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～	4/23(日) 10:00～11:00	0歳～就学前の 子どもと保護者

※いずれも5組(申込順)

### ▼子どもの発達相談

相談内容	開催日時・対象
◆「楽しくあ・そ・ぽ！」 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集団あそびや相談専 門員による個別相談	4/12(水)・26(水) 10:00～11:30 1歳～概ね3歳
◆「はぐくみ相談」 集団生活の困りごとや構音・吃音などこ とばの心配ごとが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	4/12(水)・17(月) 10:00～11:30 概ね3歳～就学前
◆「医師相談」 医師によるお子さんの発達に関する相談	4/19(水) 14:00～15:30

※いずれも2日前までに要予約

### 甲冑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
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)	4/12(水)…1～4か月、 4/18(火)…5～8か月 4/26(水)…9～11か月 いずれも10:30～11:15 各5組(申込順)
初めてのさんぽぽ (プレママプレパパ・初めてご利用 するかた・妊婦さん楽しく交流しま しょう)	4/15(土) 10:30～11:15 5組(申込順)
わらべうたと手遊び (わらべうたを唄いながら親子で楽 しくふれあいましょう)	4/21(金) 10:30～11:00 7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)	4/24(月) 10:30～11:15 7組(申込順)



所 駅前庁舎2階

対 0歳～3歳の乳幼児

申 4月1日(土)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。

☎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

☎概ね1歳から就学前まで



## 小児慢性特定疾病児童等の 相談を受け付けています

お子さんの疾病に関する不安や、  
在宅療養中の心配など、お気軽に  
ご相談ください。

☎ 自立支援員や保健師による家庭訪問  
や電話、来所面談での相談支援

☎ 無料

所 甲冑あおもり親子はぐくみプラザ

(☎017-718-2983)へ

あおもり親子はぐくみプラザ 伊藤



## 音訳奉仕員養成講習会

☎ 6月7日～10月11日の毎週水曜日(全17回) 13:00～  
16:00 ※8月2日・16日を除く

所 青森県視覚障害者情報センター

☎ 視覚障害者福祉概論、声の図書の知識 ほか


☎ 対 入料市内または近隣市町村に居住し、高校卒業程度の  
学力を有するかた。Windows10以上のパソコンを所  
有し、基本操作ができるかた。/5人程度/無料


申 5月8日(月)までに、青森県視覚障害者情報セン  
ター(☎017-782-7799)へ



！ 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。

## イベント

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
押し花アート作品展	4/1(土)～6/25(日) 9:00～19:00/「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫/繊細な手作り押し花作品をご観覧ください	-	-	「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫 (☎017-737-5151)
市民センターのおはなし会 主催：青森市読書団体連絡会 	4/8(土) 10:30～11:30/油川市民センター 3階創作活動室	3歳～小学3年生と保護者	-	市民図書館 (☎017-776-2455)
	4/9(日) 11:00～11:30/中央市民センター 2階茶華道室			
	4/9(日) 11:00～11:30/東部市民センター 2階和室			
	4/21(金) 15:15～15:30/西部市民センター 和風学習室1			
	4/22(土) 10:30～11:00/横内市民センター 1階和室(小)			
	4/23(日) 10:30～11:00/大野市民センター 1階和室(小)			
	4/23(日) 11:00～11:30/戸山市民センター 1階和室(小)			
企画展 「あおもり自然写真展」	4/22(土)～6/18(日) 9:00～17:00/森林博物館/成田一哉さん(自然生態写真家)が撮影した県内の風景、植物、動物、昆虫、きのこなど80点余りの写真を展示	-	一般250円、高・大学生130円、中学生以下と70歳以上無料	森林博物館 (☎017-766-7800)




**青森ねぶた祭 ねぶた ボランティアガイド**

青森市観光キャラクター ねぶたん ©AOMORI/N・HCP

ねぶたの歴史や制作工程などを紹介する「ねぶたボランティアガイド」を募集します。  
**【活動期間】** 7月1日(土)～8月6日(日)  
**【活動場所】** ねぶたラッセランド (青い海公園内)

☎ ねぶたに興味があり、期間中の活動及び年間を通じた研修会に参加可能なかた/若干名 備1年はガイド研修生とし、翌年から要綱に基づき「ねぶたガイド隊員」として登録  
**申込** 5月7日(日)までに、電話で、  
 ねぶたの家ワ・ラッセ  
 (☎017-752-1311) へ

あなたもねぶたの魅力や奥深さを伝えてみませんか?



ねぶたガイド隊隊長  
今村孝さん

☑記載のものは申込順（一部除く） ☒記載のないものは無料  
 ※掲載の内容は、3月6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。



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
初心者向け菊づくり講習会	4/15(土) 13:30~15:00/柳川庁舎2階大会議室/大輪菊の基本的な育て方・手入れ方法など 講師:青森菊花研究会	10人	-	4/13(木)までに、氏名・電話番号を直接、公團河川課(☎017-752-8334)へ
 令和5年度韓国語講座 (1年生募集)	4/18~R6. 2月の火曜日18:30~20:00 ※月2回程度全20回/男女共同参画プラザ「カダール」/韓国との交流人材養成を目指した講座で、基礎編から3年間学びます。	20人	年額20,000円(学生半額)/指定テキスト(2,310円)を持参 ※詳しくはあおもりコリアネットホームページをチェック!	事前に、Eメールで、あおもりコリアネット事務局(☎080-6006-6500 9:00~18:00、✉a_hanguls@yahoo.co.jp)へ
「あおもり歴史トリビア」を読む会【テーマ】石江村の成り立ちについて	4/19(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20人	-	4/3(月)から、歴史資料室(☎017-732-5271 月~金曜日 9:00~17:00受付)へ
山菜料理教室	4/28(金) 9:30~12:00/浪岡細野山の家/地元で採取した山菜を使い、料理と保存方法について学びます。山菜を通して自然の恵に感謝し、保護意識の向上を図ります。	10人	1,000円/エプロン持参	4/10(月)~15(土)に、電話で、浪岡細野山の家(☎0172-62-3129)へ
青森市国際交流員 異文化理解講座 小さい子でも作れる! アメリカ人が大好きな「California Roll」に挑戦!	4/29(土) 10:00~12:00/沖館市民センター調理実習室/英語とアメリカの文化を食事で学ぼう! 大人も子どもも、アメリカ人はみんな大好きなお寿司「California Roll(カリフォルニアロール)」を一緒に楽しく作ってみませんか? 講師:ベンジャミン・バルガス(青森市国際交流員)	小学3~6年生 16人 (抽選)	400円/エプロン・三角巾・内履き・持ち帰り容器持参	4/14(金)までに、氏名・年齢・住所・電話番号を、電話・Eメールで、交流推進課(☎017-734-5235、✉kouryuu-suishin@city.aomori.aomori.jp)へ

総合福祉センター 令和5年度 さわやか趣味講座



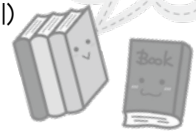
講座名	人員	受付日時	講座日程			
			回数	曜日	時間	期間
1 コーラス	36人	4月10日(月) 9:30~12:00	10		10:00~12:00	5~11月
2 社交ダンスA	20人		10	月	10:00~12:00	
3 和紙ちぎり絵	18人		10		13:00~15:00	
4 華道	16人		10	火	13:30~15:00	
5 健康体操(竹)	20人		10	水	10:00~11:30	
6 川柳	18人		10		13:00~15:00	
7 絵画	18人		10	木	13:00~15:00	
8 民謡(おどり)	15人		10		10:00~11:30	
9 書道	24人		10	金	13:00~15:00	
10 ヨガ(A)	20人		10	月	13:30~15:00	
11 社交ダンスB	20人	4月12日(水) 9:30~12:00	10	火	10:00~12:00	5~11月
12 短歌	18人		10	水	13:00~15:00	
13 七宝焼	16人		10	木	10:00~12:00	
14 レザークラフト	16人		10		10:00~12:00	
15 健康体操(松)	20人		10	金	10:00~11:30	
16 版画	16人		10		10:00~12:00	
17 園芸	16人		10	土	13:00~15:00	
18 新舞踊	15人		10	水	13:00~15:00	
19 太極拳	25人		10		13:30~15:00	
20 料理	12人		7		10:00~12:30	
21 俳句	18人	4月14日(金) 9:30~12:00	10	木	13:00~15:00	5~11月
22 ヨガ(B)	20人		10		13:30~15:00	
23 陶芸(松)	14人		13	火	10:00~12:00	
24 陶芸(竹)	14人		13	木	13:30~15:30	
25 陶芸(梅)	14人		13	金	10:00~12:00	

◆対象…市内在住の60歳以上のかた  
 ◆料金…無料(講座により、自己負担あり)  
 【申込み方法】各受付日時に、直接、総合福祉センターへ来館  
 【問合せ】総合福祉センター 中央三丁目16-1 (☎017-722-4517)  
 ※申込みは1人1講座まで(申込者多数の場合抽選)。受講決定は後日郵送で通知。  
 ※代理人による申込みも可能(受講者本人の住所・氏名・生年月日・電話番号等を記入し提出)。  
 ※松・竹・梅及びA・Bは、技術や経験年数等を区別するものではありません。  
 ※日程等は変更となる場合があります。



# 移動図書館「はまなす号」巡回日程

いよいよ  
4月11日(火)  
から!  
お楽しみに!



図書館 017-776-2455 <https://www.library.city.aomori.aomori.jp/acl/index.html>

貸出冊数 … 1人5冊まで (市民図書館・市民センター等の貸出しとあわせて10冊まで)

利用者カード … 市民図書館や市民センター等と共通

本の返却 … 次の巡回日に移動図書館「はまなす号」へ (市民図書館、ブックポスト、市民センター等でも返却受付)

駐車場所	駐車時間	4月	5月	6月	7月
浅虫温泉駅前	11:00~11:40				
野内小学校	13:00~13:40	11日(火)	9日(火)	6日(火)	4日(火)
青森県磯野公舎駐車場	14:00~14:40				
東青森ステーションショッピングセンター駐車場	15:00~15:50	25日(火)	23日(火)	20日(火)	18日(火)
生協つくだ店駐車	16:10~17:00				
高田教育福祉センター前	11:00~11:40				
金沢小学校	13:00~13:50	12日(水)	10日(水)	7日(水)	5日(水)
ユニバーシティ大野店駐車	14:10~15:00	26日(水)	24日(水)	21日(水)	19日(水)
出町町会集会所駐車	15:20~15:50				
生協あやめ館駐車	16:10~17:00				
合浦デイサービスセンター前	11:00~11:40				
東陽小学校	12:50~13:40	13日(木)	11日(木)	8日(木)	6日(木)
白会館前広場	14:00~14:50	27日(木)	25日(木)	22日(木)	20日(木)
小柳小学校	15:10~15:50				
生協あじさい館駐車	16:10~17:00				
盛運輸サンドーム駐車	11:00~11:40				
すみれ児童遊園	13:00~13:40	14日(金)	12日(金)	9日(金)	7日(金)
ニューライフレ美容前駐車	14:00~14:40	28日(金)	26日(金)	23日(金)	21日(金)
県営住宅幸畑団地C棟駐車	15:00~15:50				
南奥野市民館前	16:10~17:00				

駐車場所	駐車時間	4月	5月	6月	7月
生協コスモス館駐車	11:00~11:40				
北小学校	13:00~13:50		2日(火)	13日(火)	11日(火)
青森市役所後潟支所駐車	14:10~14:40	18日(火)	16日(火)	27日(火)	25日(火)
油川小学校	15:10~15:50		30日(火)		
生協はまなす館駐車	16:10~17:00				
県営住宅南桜川団地3号棟南側駐車	11:00~11:40			1日(木)	13日(木)
原別小学校	12:50~13:50				
本泉市民館前	14:10~14:40	20日(木)	18日(木)	15日(木)	27日(木)
市営住宅小柳第1団地E棟北側駐車	15:00~15:50			29日(木)	
生協ひまわり館駐車	16:10~17:00				
イオンタウン浪岡ショッピングセンター	10:40~11:20			2日(金)	14日(金)
三内西小学校※	12:50~13:50				
鶴北側温泉駐車	14:10~14:40	21日(金)	19日(金)	16日(金)	28日(金)
県営住宅平和台団地集会所前駐車	15:00~15:50			30日(金)	
ケーブデンキ青森西店南側調整池前	16:10~17:00				

※4月21日(金)のみ三内西小学校は沖館川多目的遊水地(リバーランドおきだて)に駐車場所が変更となります。



新鮮な水産物の即売!  
旬なお魚などがたくさん♪

と き 4月15日(土) 7:00~9:00

と ころ 中央卸売市場 水産棟仲卸売場

今年最初の朝市にぜひお越しください!  
「振る舞い(数量限定)」もお楽しみに♪  
※体調の悪いかたはご来場をお控えください。

岡中央卸売市場管理課 (017-738-1101)  
中央市場水産物仲卸協同組合 (017-738-1204)

中央卸売市場


水産の朝市!



☑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、3月6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。

お知らせ・募集案内

<p>「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫 営業時間変更のお知らせ</p>	<p>4/1(土)～11/30(木)は、下記の営業時間となります。ゆ～さ市場(9:00～17:30)は変更ありません。展望浴場では回数利用券がお得です♪ぜひご利用ください。        1階お土産コーナー、2階休憩コーナー…9:00～19:00、3階キッズコーナー…9:00～17:00、        4階会議室…9:00～20:30、5階展望浴場…7:00～21:00(最終受付20:30)        園「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫(☎017-737-5151)</p>
<p>緑花相談を実施!</p>	<p>緑花相談員が園芸に関する様々な相談にお答えする緑花相談を行います。昨年度に引き続き毎月第4木曜日のほか、緑と花の市開催の際にも実施します。お越しの際は、できるだけ相談したい植物の実物(枝葉等)が写真をお持ちください。        園4/15(土)・22(土)…春の緑と花の市と同時開催(秋期も開催予定)        5/25、6/22、7/27、8/24、9/28、10/26の木曜日 いずれも10:00～15:00        所合浦公園管理所        園公園河川課(☎017-752-8334)</p>
<p>青い森ネイチャーガイド協会 ガイド募集!</p>	<p>青い森ネイチャーガイド協会は、主に八甲田ロープウェー山頂駅周辺で6月～10月にガイドを行っています。八甲田の大自然の中でふれあいを通じた活動に参加しませんか?        所☒八甲田ロープウェー山頂駅周辺を訪れるかたへ自然と草花の解説/山岳観光が好きなかた        園4/1(土)～30(日)9:00～16:00に、電話・FAX・はがきで、〒030-0943 幸畑阿部野163-4        青森市八甲田山雪中行軍遭難資料館内 青い森ネイチャーガイド協会(☎080-3338-1585、☒017-728-7063)へ</p>
<p>青森市少年少女発明クラブ員募集</p>	<p>創造力を活かしたものづくりを行う、青森市少年少女発明クラブ員を募集します!        園5/14(日)～R6.3/3(日)の原則第2・4日曜日(年25回程度)9:00～12:00※4/23(日)開講式        所☒中央市民センター/基礎教室…小学3～4年生30人、応用教室…小学5年生～中学2年生30人        料年会費7,000円        園4/15(土)の10:00～11:00に、年会費を持参の上、中央市民センター3階集会室へ        園青森市少年少女発明クラブ事務局(富所、☎080-1829-4755)</p>
<p>春の地域花いっぱいまちづくり事業 活動団体を募集</p>	<p>募集する活動…街路樹柵や公園・緑地等の花だんへの花植えと管理/活動団体に対する市の支援…花苗の一部支給、花だんづくりの講師派遣など        園4/3(月)～17(月)に、申請書類(市ホームページ掲載のほか公園河川課で交付)を、直接、公園河川課または浪岡振興部都市整備課へ        園公園河川課(☎017-752-8334)</p>
<p>農業振興センター農業研修生募集</p>	<p>将来の担い手農業者を育成するため、野菜や花きの栽培の基礎を学ぼうとする農業研修生を募集しています。実際の畑で、野菜や花の育て方や収穫・出荷の方法などを学んでみませんか?        園標準コース(全30回)…4/25～8/8の原則火・木曜日 9:00～15:00        長期コース(全60回)…4/25～12/5の原則火・木曜日 9:00～15:00        所☒農業振興センター/座学講習及び実技研修(農業の基礎、土づくり、トマトやトルコギキョウなどの栽培方法など)        園原則65歳以下で、就農を考えているかた、農業参入希望の法人職員、農業の基礎を学びたいかたなど※通所できるかたに限る/2コース合わせて15人まで(応募者多数の場合は選考)        料備7,000円(教材費)/研修開始後にコース変更可。4/10(月)13:30～の説明会に参加してください。(参加できないかたは事前にご連絡ください)        園4/17(月)までに、直接、農業振興センター(☎017-754-3596 土・日曜日除く8:30～16:00)</p>




**第1回**  
**市民一掃きデーに参加しませんか?**

青森市環境保全シンボルキャラクター  
地球の王子様「エコル」

園 **4月15日(土)**  
9:30～1時間程度 ※雨天中止

所合浦公園  
 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!  
 ※体調の悪いかたはご参加をお控えください。  
 園清掃管理課(☎017-718-1179)

子どもたちの環境を大切に  
する心を育む良い機会です。  
ぜひご家族揃って  
ご参加ください。



清掃管理課 佐藤

**自衛官等募集** 園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
自衛官候補生 2年または3年の任期制隊員	採用予定月1日現在18歳以上33歳未満 ※32歳のかたはお問合せください	4/1(土)～5/9(火)	学科(オンライン)…5/25(木)～27(土) 口述試験・身体検査…6/4(日)	青森駐屯地

## 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				
森山先生の飾り結び～中級編～	5/10(水) 10:00～12:00	18歳以上10人	600円	4/19(水) 9:00～料金持参で来館
初めての3B体操	5/11～25の木曜日10:00～11:30	15人	無料	4/20(木) 9:00～来館・電話
東部地区の健康プロジェクト ～ロコトレでフレイル・ロコモを予防しよう～	5/17～31の水曜日10:00～11:30	18歳以上20人	無料	4/26(水) 9:00～来館・電話
シニアのスマホ教室～基礎と応用～	5/17・24の水曜日10:00～12:00	60歳以上10人	無料	4/27(木) 9:00～来館・電話
親子で挑戦!雲谷そば作り	5/20(土) ①10:30～12:00 ②12:30～14:00	小学生以上の親子 各8組	2,200円	4/29(土) 9:00～料金持参で来館
●大野市民センター ☎017-739-6228				
Let'sロコトレ体操～楽しく介護予防をしよう～	5/9～30の火曜日13:00～15:00	18歳以上15人	無料	4/1(土) 9:00～電話・来館
●横内市民センター ☎017-738-8723				
初心者さんのオリジナルエプロン作り	4/20(木) 13:00～16:00	18歳以上12人	500円	4/6(木)10:00～電話・来館
ロコモ予防体操と脳トレ(南地域包括支援センター編)	4/24(月) 10:00～12:00	18歳以上15人	無料	4/10(月)10:00～電話・来館
レクダンスで心は軽く!身体はスッキリ!	5/8～22の月曜日10:00～12:00	18歳以上20人	無料	4/20(木)10:00～電話・来館
母の日のお花アレンジ(生花)	5/13(土) 10:00～12:00	小学生以上20人	800円	4/25(火)10:00～電話・来館
●戸山市民センター ☎017-743-0720				
はじめてのタブレット体験講座	4/12～26の水曜日10:00～12:00	18歳以上15人	無料	4/1(土)10:00～電話・来館
チラシ・ポスターでエコバック作りに挑戦	4/23(日) 10:00～12:00	小学生以上10人 (低学年は保護者同伴)	無料	4/2(日)10:00～電話・来館
卓球教室	5/5～26の金曜日18:30～20:30 ※5/5は17:30～19:30	中学生以上15人	無料	4/7(金)10:00～電話・来館
色を楽しむ!糸掛け曼荼羅アートで壁掛作り	5/9～23の火曜日13:00～15:00	18歳以上10人	1,000円	4/8(土)10:00～電話・来館
●油川市民センター ☎017-788-1201				
バレエストレッチでブレない体づくり	5/13～27の土曜日10:00～12:00	18歳以上10人	無料	4/13(木) 9:00～電話・来館
●古川市民センター ☎017-776-8082				
ソフトエアロビクスと健康講座	4/15～5/13の土曜日 10:00～11:30	中学生以上50人 (抽選)	無料	4/8(土) 9:00～9:30 来館、9:30～抽選
ペン字講座～くせ字を正して美しい文字を書く～	5/9～6/20の火曜日10:00～ 12:00 ※5/30、6/6除く	18歳以上20人	1,000円	4/11(火)10:00～電話・来館
●荒川市民センター ☎017-739-2343				
今日は俺が作るぜ!男の料理教室～春～	4/23(日) 10:00～13:00	中学生以上の男性12人	1,000円	4/6(木) 9:00～電話・来館
草木染教室～びわの葉～	4/27(木) 10:00～12:00	18歳以上16人	1,500円	4/11(火) 9:00～電話・来館
食命人が教える!春レシピ	4/30(日) 10:00～13:00	18歳以上12人	1,000円	4/12(水) 9:00～電話・来館
リバイバルミュージックでフィットネス! ～エアロ&ストレッチ～	5/8(月) 10:00～12:00	18歳以上30人	無料	4/24(月) 9:00～電話・来館
初めての陶芸教室～マグカップ～	5/10・17、6/7・14・28、 7/5の水曜日18:30～20:30	高校生以上10人	1,500円	4/26(水) 9:00～電話・来館
●沖館市民センター ☎017-761-4161				
健康のために楽しいウォーキング ～歩き方のポイントを学ぶ～	4/17・24の月曜日 10:00～12:00	18歳以上30人	無料	4/3(月) 9:00～電話・来館
●北部地区農村環境改善センター ☎017-754-2244				
暦生活～知って伝えよう「人生儀礼」～	4/24(月) 10:00～12:00	18歳以上20人	無料	4/1(土) 9:00～電話・来館
走るの大好き!かけっこ教室「走り方のコツ」	4/29(土) 10:00～12:00	小学1～3年生と 保護者10人	無料	4/1(土) 9:00～電話・来館
「津軽為信」と「石川高信・信直親子」	5/8(月) 10:00～12:00	18歳以上25人	無料	4/1(土) 9:00～電話・来館
シニア向け「初めてのパソコン操作」	5/15～29の月曜日 10:00～12:00	50歳以上5人 (抽選)	無料	4/10(月)～13(木) 9:00～ 電話・来館
子供が「おかわり」する山菜料理を!	5/20(土) 10:00～13:00	18歳以上16人 (抽選)	500円	4/15(土) 9:00～抽選結果 掲示・順次電話連絡

## 青森競輪日程(4月前半) 園青森競輪場(☎017-787-2020)

※は安方前売SCでのみ発売

熊本 in 久留米(FI) 場外	1日(土)～3日(月)	福井(FI) 場外※	10日(月)～12日(水)
四日市(GIII) ナイター場外	1日(土)～4日(火)	松戸ナイター(FI) 場外※	10日(月)～12日(水)
防府 in 玉野(FI) 場外	3日(月)～5日(水)	小田原記念(GIII) 場外	13日(木)～16日(日)
立川(FI) 場外	5日(水)～7日(金)	小松島(FI) 場外	14日(金)～16日(日)
高知記念(GIII) 場外	6日(木)～9日(日)	京王閣ナイター(FI) 場外	15日(土)～17日(月)
取手(FI) 場外※	10日(月)～12日(水)	車券発売状況についてはお問合せください。	

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。

青森競輪場  
イメージキャラクター 葵 萌輪

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、3月6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	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～	5/1～15の月曜日 10:00～12:00	18歳以上30人	無料
	2	親子で笛名人～親子でねぶた囃子を吹けるようになろう～Aコース・Bコース	5/6・13・27、6/3・24、7/1・8の土曜日 A…10:00～11:30、B…13:00～14:30	小学3年生～中学3年生と保護者各20組	各1人2,750円 ※笛持参のかたは250円
	3	親子で笛名人～親子でねぶた囃子を吹けるようになろう～Cコース・Dコース	5/7・14・28、6/4・25、7/2・9の日曜日 C…10:00～11:30、D…13:00～14:30	小学3年生～中学3年生と保護者各20組	各1人2,750円 ※笛持参のかたは250円
	4	心安らぐ写経と法話～心穏やかに自分と向き合う～	5/12(金) 10:00～12:00	18歳以上30人	無料
	5	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～	5/17～31の水曜日 13:00～14:00	18歳以上25人	無料
	6	暮らしの税教室「家族と税のお話」～家族にかかる税金について～	5/30(火) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
西部市民センター	7	運動会は大活躍！かけっこ教室	5/7・14の日曜日 10:00～12:00	小学1～3年生20人	無料
	8	心と体のリラックス簡単ヨガ	5/11～25の木曜日 10:00～12:00	18歳以上の女性20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	キッズダンス「みんなで踊ろう！『ガールズK-POPカバーダンス』」	5/6～27の土曜日 12:40～13:40	1～6年生20人	無料
2	パティシエ「カフェタイム♪『ふわふわパンケーキ』と『ココア』を作ろう！」	5/6(土) 10:00～12:00	3～6年生12人	600円
3	サイエンス「いろいろなスライムを作ってみよう！」	5/7(日) 13:00～15:00	1～6年生30人	無料
4	親子クッキング「梅ちゃん先生と作る本格和食！『木の葉丼・厚揚げ土佐煮・身欠きにしんの味噌汁』」	5/13(土) 10:00～12:00	3～6年生と保護者10組	1人500円
5	フローリスト「手作りカーネーションも作ってみよう♪母の日バスケットアレンジ」	5/14(日) 14:00～16:00	3～6年生15人	1,000円
6	スポーツチャンバラ「親子で挑む！スポーツチャンバラで勝負をしよう！」	5/20(土) 10:00～12:00	1～6年生と保護者15組	無料
7	スポーツ鬼ごっこ「戦術で勝利をつかめ！進化した本気の遊び『スポーツ鬼ごっこ』」	5/27(土) 10:00～12:00	1～6年生20人	無料

[申込方法] 4/17(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。※4/24(月)から結果通知

●申込用紙（市民スクールのみ/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 ☎017-775-7048、✉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

#### ◆4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 太陽が欠ける？(約50分)	土曜日 ①11:00 ②13:30 (29日除く)
プラネくと星空さんぽ 絵話「うそつきカラス」 (幼児向け・約40分)	日曜日・祝日 13:30 (16日除く)
	日曜日・祝日 11:00 (16日除く)

#### ◆こどもの映写会

時 4月30日(日) 10:00～10:30 (開場9:40～)

内 日本の童話より「おむすびころりん」「ぶんぶくチャガマ」

料 25人(当日先着順)/無料

#### ◆おとなの映写会

時 4月21日(金) 10:00～11:39 (開場9:30～)

内 「駅馬車」…アメリカ西部劇映画。駅馬車に乗り合わせた乗客の人間模様を中心に描かれており、クライマックスの襲撃と決闘場面がスピーディかつダイナミックなアクション映画(1939年作品・字幕版)

料 50人(当日先着順)/無料

《広告》

○相談/申込のご予約は随時受付中 ※1柱1万円～

## 海洋散骨

全国唯一 病后除守護神  
廣田神社  
www.hirotajinja.or.jp



青森県青森市長島2丁目13-5 ☎017-776-7848

体調の悪いかたは  
ご参加を  
お控えください。



# 総東北 絆まつり 青森

TOHOKU  
KIZUNA  
FESTIVAL  
2023

多彩な東北が、  
熱い絆で  
ひとつになる。

青森ねぶた祭 // 秋田竿燈まつり  
盛岡さんさ踊り // 山形花笠まつり  
仙台七夕まつり // 福島わらじまつり

お祭りパレードに参加する各市の祭りをシリーズでご紹介!

## 仙台七夕まつり

毎年8月6日～8日

伊達政宗公の時代より続く、日本一の和紙の祭典「仙台七夕まつり」。豪華絢爛な七夕飾りが仙台市内全域を美しく彩ります。東北絆まつりパレードには「仙台すずめ踊り」が参加。扇子を手に軽やかに踊る様子は、観客の皆さんを笑顔にします!



仙台七夕まつり



盛岡さんさ踊り



仙台すずめ踊り

## 盛岡さんさ踊り

毎年8月1日～4日

岩手県名の由来ともいわれる三ツ石神社の鬼退治伝説から始まったとされる「盛岡さんさ踊り」。和太鼓同時演奏の世界記録を持つ太鼓の音が会場内に響き渡ります。

2023年6月17日(土)・18日(日)

岡東北絆まつり実行委員会事務局 (観光課内、☎017-734-2314)



広報あomorijは環境に配慮した植物由来のインクを使用しています

## ラインメール青森FCを応援しよう

岡地域スポーツ課 (☎017-718-1431)

青森市を拠点に活動するサッカークラブ、ラインメール青森FC。柴田監督のもと13人の新加入選手を加え、「Jリーグ昇格を目指す地元チームを会場で応援しましょう!」

### ホームゲーム開幕戦

ラインメール青森FC VS ブリオベッカ浦安

時 4月30日(日) 13:00~

所 新青森県総合運動公園球場

### ラインメール青森FC県内開催試合

日時	対戦チーム	会場
5/28(日) 13:00	FCマルヤス岡崎	新青森県総合運動公園球場
6/11(日) 13:00	ヴィアティン三重	
7/9(日) 14:30	Honda FC	カクヒログループアスレチックスタジアム
7/15(土) 15:00	クリアソン新宿	
7/23(日) 15:00	高知ユナイテッドSC	

☆チケット情報・サポーターズクラブ入会等のお問合せは、ラインメール青森FC (☎017-729-0411、🌐 <https://reinmeer-aomori.jp/>) へ

青森市役所 ☎017-734-1111・☎0172-62-1111 (夜間) / FAX 017-734-6865  
本庁舎 〒030-8555 中央一丁目22-5  
駅前庁舎 〒030-0801 新町一丁目3-7  
柳川庁舎 〒038-8505 柳川二丁目1-1  
浪岡庁舎 〒038-1392 浪岡大字浪岡字権村101-1