

令和5年(2023年)

1.15

No.427

広報 あおもり

【特集】

令和5年度

市民税・県民税の申告 がはじまります

主な内容

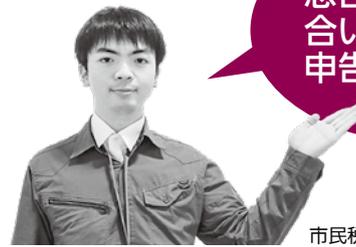
- 06 市からの重要NEWS
 - ・ 出産・子育て応援給付金のお知らせ
- 07 青森ワッツを応援しよう！
- 11 指定ごみ袋に町会名・自治会名の記入を
- 12 健康ナビ
 - ・ 妊婦さんや産婦さんのための講座・相談
- 14 集団健診・検診(2/16~3/17の日程)
- 15 情報ひろば
 - ・ あお映えスポット写真展
 - ・ 浪岡城落城444年記念やぶこぎ大会
- 20 2023あおもり桜マラソン出場者募集！
マスコットキャラクターネーミング募集！

写真：「NOZ展」1月31日(火)まで開催中！
(浅虫「SHARE ATELIER NOZ」)

令和5年度

市民税・県民税の申告 がはじまります

令和5年度市民税・県民税の申告を各会場で受付します。
昨年中に、市民税・県民税の申告をされたかたなどに、1月下旬に申告書を送付しますので、内容をご確認の上、期間内の申告をお願いします。
申告書が送付されないかたでも、申告が必要な場合がありますので、下図で確認し、必要な場合には申告をお願いします。
☎市民税課 (☎017-734-5193)



窓口は大変混みます。
申告はお早めに！

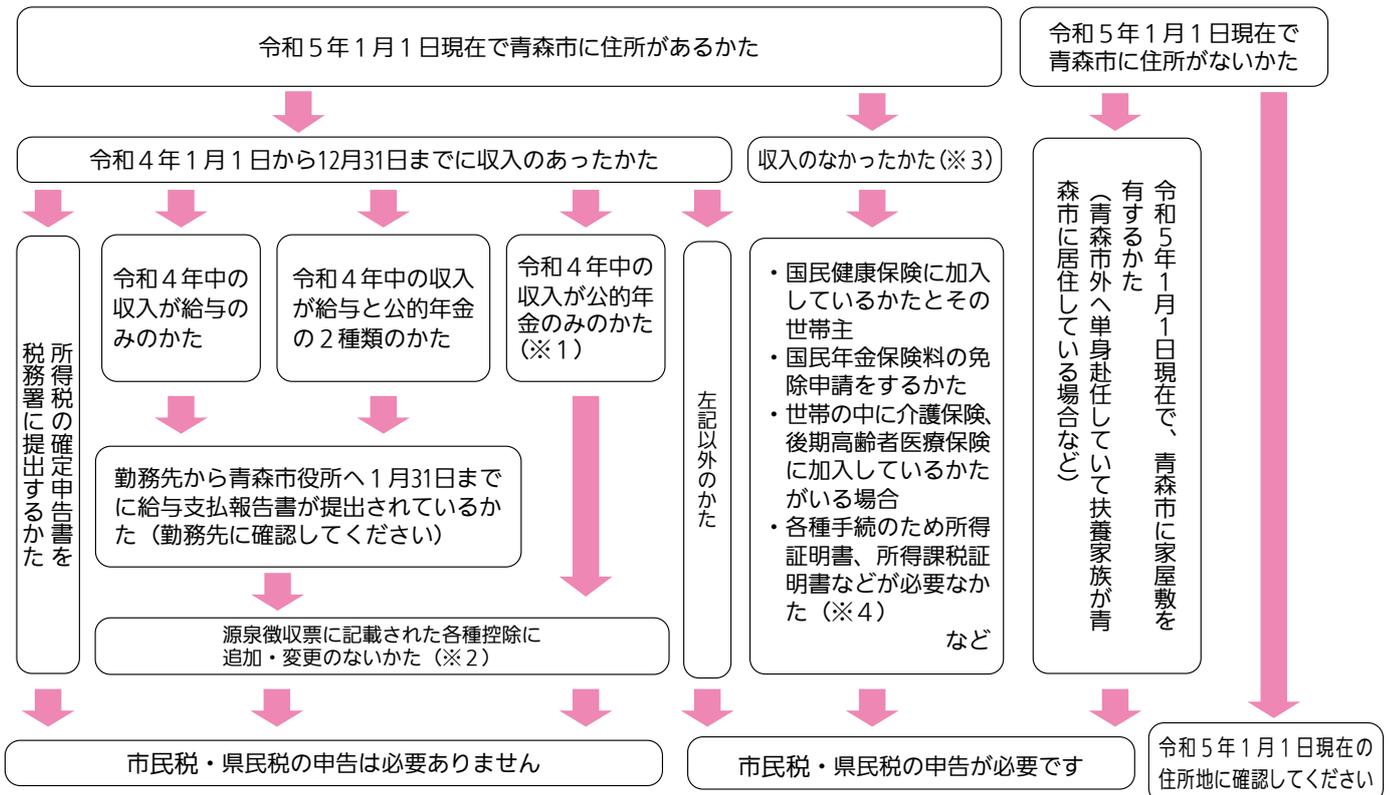
市民税課 天野



市が実施する新型コロナウイルス感染症対策について

- ・申告受付会場では、出入口にアルコール消毒液の設置、机等の消毒、受付職員のマスク等着用、飛沫感染防止用パーテーションの設置及び来場者同士の間隔の確保を行います。
- ・会場内は定期的な換気を行いますので、温かい服装でお越しください。

● 市民税・県民税の申告が必要かどうか、ご確認ください



※1 令和4年12月31日現在で、65歳以上で公的年金収入が151万5,000円以下のかた、及び65歳未満で公的年金収入が101万5,000円以下のかたは、市民税・県民税は非課税です。このうち各種控除の追加・変更を希望しないかたは、市民税・県民税の申告は必要ありません。

※2 各種控除とは、配偶者控除、障害者控除、寡婦・ひとり親控除、扶養控除、医療費控除、社会保険料控除、生命保険料控除、地震保険料控除などがあります。公的年金等支払報告書及び給与支払報告書により課税されるかたで、追加で各種控除を受けようとするかたは、申告が必要です。

※3 遺族年金や障害年金、雇用保険のみを受給していたかたは、収入のなかったかたに含まれます。

※4 例えば、市民税・県民税の申告が必要ないかたの扶養親族となっているかたで、各種手続のための所得証明書等を必要としないかたは申告の必要がありません。

● 申告の受付会場・日時

■青森地区のかた

ご来庁の際は、可能な限り公共交通機関のご利用をお願いします（駐車場の混雑が予想されるため）。

①アウガ6階申告受付会場 2月16日(木)～3月15日(水)（土・日、祝日除く）

8：30～18：00（※受付は17：00までです。それまでにご来場ください。）

②出張申告受付会場 2月1日(水)～15日(水)（土・日、祝日除く）

2/1(水) 油川市民センター	9：30～15：00	2/8(水) 荒川市民センター	9：30～15：00
2/2(木) 戸山市民センター	9：30～15：00	道の駅 ゆ～さ浅虫	9：30～14：00
東岳コミュニティセンター	9：30～13：30	2/9(木) 高田教育福祉センター	9：30～13：30
2/3(金) 幸畑福祉館	9：30～15：00	柳川庁舎	9：30～15：00
北部地区農村環境改善センター	9：30～13：30	2/13(月) 東部市民センター	9：30～15：00
2/6(月) 西部市民センター	9：30～15：00	横内市民センター	9：30～15：00
西部市民センター	9：30～15：00	2/14(火) 後潟児童館	10：00～12：00
2/7(火) 久栗坂町民会館	9：30～13：30	2/15(水) 大野市民センター	9：30～15：00

③その他

各支所、情報コーナーでも受付します（内容に不備のない申告書の提出のみに限る／受付は各施設の窓口開設時間）。

■浪岡地区のかた

浪岡地区のかたは、下表のとおり地区ごとに日時を指定して受付します。

徳才子・長沼・下十川・川倉の各地区のかたは、②の出張申告受付会場へお越しください。

いずれの地区のかたも指定日に来られない場合、申告期間内に浪岡庁舎2階中会議室へお越しください。

①浪岡庁舎2階中会議室 2月3日(金)～3月15日(水)（土・日、祝日除く）

9：30～15：30（※受付は15：00までです。それまでにご来場ください。）

2/3(金) 茶屋町・下川原町	2/17(金) 北中野	3/6(月) 花岡
2/6(月) 平川町・下町・仲町・東町	2/20(月) 北中野	3/7(火) 郷山前・銀
2/7(火) 花岡・栄町・女鹿沢	2/21(火) 吉内・本郷	3/8(水) 沖蒔・赤茶
2/8(水) 赤川町・王余魚沢・上川原町	2/22(水) 吉内・本郷	3/9(木) 茶屋町・細野・相沢
2/9(木) 五本松	2/24(金) 樽沢	3/10(金) 増館
2/10(金) 杉沢・福田	2/27(月) 五本松	3/13(月) 赤川町・下川原町
2/13(月) 羽黒平	2/28(火) 北中野	3/14(火) 松枝・平川町
2/14(火) 羽黒平	3/1(水) 下町・栄町・仲町	3/15(水) 女鹿沢・東町
2/15(水) 南大・北大・駅前	3/2(木) 高屋敷・上川原町	
2/16(木) 吉野田・下石川	3/3(金) 松枝・沖蒔・赤茶	

②出張申告受付会場

2月15日(水)～3月3日(金)（土・日、祝日除く）

10：00～13：00 ※2月24日(金)吉野田農村センターのみ10：00～15：00

2/15(水) 王余魚沢	王余魚沢児童館	2/24(金) 吉野田・下石川	吉野田農村センター※
2/17(金) 下十川・川倉	浪岡女鹿沢公民館	2/27(月) 銀	銀農村センター
2/20(月) 郷山前	郷山前農村センター	2/28(火) 細野・相沢	浪岡細野山の家
2/21(火) 杉沢・福田・高屋敷	杉高児童館	3/1(水) 樽沢	浪岡野沢公民館
2/22(水) 増館	増館農村センター	3/2(木) 吉内・本郷	浪岡本郷公民館
		3/3(金) 徳才子・長沼・南大・北大・駅前	徳長農村センター

感染症 対策に ご協力を！



- ・混雑の緩和及び新型コロナウイルス感染拡大防止のため、市民税・県民税申告書を送付する際に返信用封筒を同封しますので、郵送での申告書の提出にご協力をお願いします。
- ・事前にご自宅等で検温し、発熱や風邪の症状があるかた、体調がすぐれないかたは、ご来場をお控えください。
- ・代理申告も可能ですので、少人数での来場をお願いします。待合室の利用人数を超えた場合、お車での待機、または再来場をお願いする場合があります。ご了承ください。
- ・来場の際は、マスクの着用及び手指消毒へのご協力をお願いします。
- ・密を避けるため、開館時間前に入口で待つなどの行為はご遠慮ください。
- ・氏名やご連絡先等をご記入していただく場合がありますので、ご協力お願いいたします。
- ・受付職員または来場者に新型コロナウイルス感染者が発生した場合、申告受付会場での申告受付を中止する可能性がありますので、ご了承ください（市民税・県民税申告書の郵送受付は行います）。

● 申告に必要なもの

※必要な書類の提示・提出ができない場合、正確な計算ができないことから、申告を受付できない場合があります。

1 本人確認書類

①	マイナンバーカードをお持ちのかた	マイナンバーカード
②	マイナンバーカードをお持ちでないかた	・マイナンバーの通知カード（記載事項が住民票と一致している場合に限る）またはマイナンバーの記載がある住民票の写しなど + ・身元確認書類（運転免許証、公的医療保険の被保険者証、パスポートなど）のうち1つ

2 所得の計算に必要な資料

①	給与収入があったかた（アルバイト、日払い含む）	源泉徴収票（給与の明細等）
②	年金収入があったかた（遺族年金、障害年金除く）	受給している全ての公的年金等の源泉徴収票
③	営業等・農業・不動産の事業収入があったかた	帳簿・収支内訳書、必要経費の領収書 ※経費対象となる領収書などを科目ごとに仕分けして、それぞれの合計額を計算した上で持参してください。
④	雑所得や一時所得があったかた	収入金額や必要経費等がわかる証明書

- 3 社会保険料（健康保険料、介護保険料等）の領収書等（納付日と納付額の確認ができるもの）
※納税支援課（☎017-734-5209）で、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付額の証明書を発行しています。
必要な場合はお問合せください。
- 4 生命保険料、地震保険料、旧長期損害保険料の控除証明書（保険会社などから郵送されます）
- 5 障害者手帳、障害者控除対象者認定書、医療費控除の明細書、雑損控除や寄附金控除を受けるための領収書

● 令和5年度から、ここが変わります

■未成年者に対する非課税措置の対象年齢の引下げ

未成年者で前年の合計所得が135万円以下の場合、個人住民税の非課税措置を受けることができます。民法改正により成年年齢が20歳から18歳に引き下げられたことに伴い、令和5年度からは、18歳未満のかたがこの措置の対象となります。未成年に該当するかは、賦課期日（毎年1月1日）現在の年齢で判定します。なお、既婚のかたは、未成年とみなされません。
※今回の改正により、従来の対象年齢では非課税であったかたでも、課税となる場合があります。

■住宅借入金等特別税額控除（住宅ローン控除）の適用期間の延長等

①所得税

住宅ローン控除の適用期間が4年延長され、「令和3年12月まで」から「令和7年12月まで」になりました。また、対象となる住宅が環境性能等により細分化されました。詳しくは、下記二次元コードからご確認ください。

住宅ローン適用期限：「令和3年12月まで」→「令和7年12月まで」に延長		
区分	居住年	控除期間
一定の基準を満たす新築住宅等	令和4年～令和7年	13年間
その他の新築住宅	令和4年～令和5年	13年間
	令和6年～令和7年	10年間
既存住宅	令和4年～令和7年	10年間



▲詳しくはこちら
(国税庁ホームページ)

②個人住民税

所得税法等の改正に伴い、個人住民税における控除限度額が、これまで所得税の課税総所得金額等の7%（最高136,500円）とされていたものが、5%（最高97,500円）に戻りました。

■医療費控除の特例（セルフメディケーション税制）の延長

特定一般用医薬品（スイッチOTC医薬品）等購入費を支払った場合の医療費控除の特例（セルフメディケーション税制）について、対象となる医薬品について見直しを行い、手続を簡素化した上で、その適用期間が5年間延長されました。令和4年1月1日から令和8年12月31日の間に支払ったスイッチOTC医薬品の購入費が対象となります。



▲税制改正の詳細はこちら
(市ホームページ)

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、郵送での申告書の提出にご協力をお願いします。郵送の場合は、消えないペンで必要事項を記入し、日中に必ず連絡の取れる電話番号を記入の上、上記「申告に必要なもの」の1～5の写しを添えて、同封の返信用封筒で3月15日(水)までに郵送してください。申告書及び返信用封筒が必要なかたは、下記までお問合せください。必要添付書類の詳細は市ホームページをご覧ください。※書類は返却できませんので、ご了承ください。

【郵送先】〒030-0801
青森市新町一丁目3番7号 青森市役所駅前庁舎 市民税課 普通徴収チーム宛
【問合せ先】市民税課（☎017-734-5193）

郵送での申告にご協力を！



市民税課 中平

● 申告に関するその他のお知らせ

■ 「医療費控除の明細書」等の添付が必須となりました

医療費控除を受けられるかたは、「医療費控除の明細書」または「セルフメディケーション税制の明細書」の添付が必須となりました。医療費の領収書の添付または提示では控除を受けることができませんので、ご注意ください。

様式は、国税庁のホームページ及び市ホームページに掲載しています。また、市民税課窓口にも備え付けています。来場の際は事前に記入の上、お持ちください。

※医療費の領収書は自宅で5年間保存し、税務署または市役所から求められたときは、提示または提出しなければなりません。

※医療保険者から交付を受けた医療費通知を添付することで、明細の記入を省略できる場合があります。(医療費通知とは、健康保険組合等が発行する「医療費のお知らせ」などです。)

☎青森税務署 (☎017-776-4241) ※音声案内で2を選択
市民税課 (☎017-734-5193)

■ おむつ代の医療費控除に必要な証明書等について

おむつ代の医療費控除には、医師が発行する「おむつ使用証明書」が必要です。申請用紙は青森税務署及び市民税課の窓口を設置しています。

☎青森税務署 (☎017-776-4241)

市民税課 (☎017-734-5193)

※前年度もおむつ代の医療費控除を受けたかたで、下記

①②の要件をすべて満たす場合は、介護保険課の窓口で交付する「確認書」を「おむつ使用証明書」に代えることができます。

【要件】①要介護認定を受けていること

②要介護認定の際に使用した主治医意見書の記載内容が該当項目を満たしていること

・「確認書」の申請は、1月16日(月)から受け付けます(交付無料)。

■申請に必要なもの…介護保険被保険者証
申請者の身分証明書

☎介護保険課 (☎017-734-2308)

浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1134)



青森税務署からのお知らせ

☎青森税務署 (☎017-776-4241)

※音声案内で「2」を選択してください



青森税務署 吉川さん

■ 確定申告書の作成・送信は国税庁ホームページをご利用ください

国税庁ホームページから、スマートフォンやパソコンで所得税などの申告書を作成し、マイナンバーカードを使用してオンラインで提出ができます。新型コロナウイルス等の感染防止の観点からも、ぜひ、ご自宅からのe-Tax(電子申告)による確定申告をご利用ください。

e-Taxの利用のメリット

・税務署に行かずに自宅から申告/生命保険料控除証明書、地震保険料控除証明書などの添付書類は、記載内容を入力・送信すれば提示や提出が不要 ※法定申告期限等から5年間、税務署から書類の提出や提示を求められることがあります/自宅からe-Taxで提出された還付申告は、3週間程度で還付/確定申告期間中は、24時間いつでも利用可能 ※メンテナンス時間を除きます

e-Taxの利用方法 次のどちらかの方式で、e-Taxを利用することができます。

①マイナンバーカード方式

マイナンバーカードとICカードリーダーライター(またはマイナンバーカード読取対応のスマートフォン)が必要です。

②ID・パスワード方式

税務署で本人確認の上発行された「ID・パスワード方式の届出完了通知」が必要です。新たに発行を希望されるかたは、顔写真付きの本人確認書類をお持ちの上、ご本人が税務署で発行手続きをする必要があります(過去に税務署で確定申告をしたかたは、すでにお持ちの場合があります)。ID・パスワード方式は暫定的な対応ですので、お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。

■ 青森税務署内に申告書作成会場を開設

次の期間、青森税務署内に申告書作成会場を開設します。

◆開設期間 2月1日(水)~3月15日(水)

(土・日、祝日を除く 2月19日(日)・26日(日)は開設)

◆開設時間 9:00~17:00

申告書作成会場では、ご自身のスマートフォンやタブレットを使用して申告書を作成していただきます。スマートフォン等及びマイナンバーカード(マイナンバーカードの発行時に設定した暗証番号を含む)をお持ちください。

※税務署では、職員の手洗い・マスク着用・日々の検温、消毒・清掃を毎日行うなど、感染症対策を徹底しております。来場されるかたのマスク着用のお願いと、入場時の検温、手指消毒をお願いします。また、駐車場は大変込み合いますので、公共交通機関をご利用ください。

■ 入場整理券が必要です

申告書作成会場の混雑緩和のため、会場への入場には「入場整理券」が必要です。

入場整理券は、会場で当日配付しますが、配付状況に応じて、後日の来場をお願いすることがあります。LINEを通じたオンラインによる事前発行も可能です(事前発行可能期間が設けられています)。

■ 還付申告書を提出されるかたへ

申告義務がないかたが行う還付申告は5年間提出できます。年末調整済みの給与所得のかたで、医療費控除や寄附金控除(ふるさと納税)により還付を受けるかたなどが該当します。

出産・子育て応援給付金のお知らせ

問あおもり親子はぐくみプラザ（元気プラザ内）（☎017-718-2987）
浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1114）

全ての妊婦や子育て家庭が安心して出産・子育てできるように、面談等を通じて身近で相談に応じるとともに、出産・子育てを応援するための給付金を支給します。

■対象… 令和5年1月1日以降に妊娠届出をされるかた

	給付額	申請方法
出産応援給付金 (妊娠したとき)	妊婦1人当たり5万円	上記問合せ先の窓口で妊娠届出時に妊婦と面談を行い、申請書を受け付けます。振込先の口座を確認できる書類（通帳またはキャッシュカード）をお持ちください。なお、妊婦と異なる名義の口座へ振り込みを希望する場合は、印鑑もお持ちください。
子育て応援給付金 (出産したとき)	新生児1人当たり5万円	出産後、保健師・助産師等が家庭訪問時に産婦と面談を行い、申請書をお渡しします。返信用封筒で申請書を郵送してください。 ※出生届の際、お誕生カード（新生児出生通知書）を提出してください。市から訪問の連絡をします。

■支給時期… 申請受付後、3週間程度で口座に振り込みます。 ※申請が集中したり、内容に不備等がある場合は支給時期が遅くなる場合があります。



<令和4年12月31日までに妊娠届出済みのかたへの遡及適用>

申請時点で青森市に住民票がある次のかたも、給付の対象となります。

- 子どもの誕生日が令和4年4月1日～12月31日のかた
- 令和5年1月1日時点で妊娠中（妊娠届出済）のかた

市から申請書類等を郵送しますので、申請書と妊娠中・出産後の状況についてのアンケートに必要事項をご記入の上、同封の返信用封筒で返送してください。

お出かけついでにマイナンバーカード申請を

職員が出向いて、マイナンバーカードの出張申請受付を行います。手続完了後、カードをご自宅へ郵送します。
※青森市に住民票があるかたで、必要書類全てをお持ちいただいた場合

- 時①1月28日(土)・29日(日)
②2月11日(土)・12日(日)
①②ともに、午前10時～午後5時

所①ラ・セラ東バイパスショッピングセンター2階
催事場 ②(株)マエダガーラモール店1階 特設会場
備持参▼個人番号の通知カード・個人番号通知書+本人確認書類(A1点またはB2点) または申請書+D付

きの個人番号カード交付申請書+本人確認書類(A2点またはA1点+B1点)
※会場での写真撮影は無料です。

※ご案内時間を記載した受付整理券を配布します。

※混雑状況によって整理券の配布時間が早まる場合があります。

※整理券枚数が上限に達した場合は配付を終了します。
※詳細は市ホームページをご確認ください。

【本人確認書類】

- A▶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
- B▶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

◆マイナンバーの対象となるマイナンバーカードの申請期限について

マイナンバー申込の対象となるマイナンバーカードの申請期限が「令和5年2月末」まで延長となりました。期限の延長は今回が最後となります。この機会に、ぜひご申請ください。申請期限間際は窓口が混み合いますので、早めの申請をお願いします。

問市民課

(☎017-718-0440)

掲載の内容は、12月19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。

電力・ガス・食品等
価格高騰緊急支援給付金
(二世帯5万円)のご案内

「令和4年度住民税均等割
非課税世帯」、「家計急変世
帯」のいずれかに該当する世
帯に対し、一世帯当たり5万
円を支給しています(受給は
1回限り)。

申請期限は1月31日(火)で
す。申請がお済みでないかた
は、申請期限内に申請してく
ださい。

※対象になると思われる世帯
には12月中旬に確認書を送
付しています。また、未申
告や他市等からの転入者を
含む世帯には申請書を送付
しています。該当する世帯
のかたは、1月31日(火)ま
でに同封の返信用封筒にて
返送ください。

※詳細は、広報あおもり1月
1日号5ページまたは市
ホームページをご確認くだ
さい。

青森市コールセンター

(☎017-718-1124)

※午前8時30分～午後6時受
付(土・日、祝日を除く)

子どもの居場所づくり・
学習応援事業
参加者募集中!

ひとり親家庭や生活保護・
就学援助を受給している家庭
の中学生を対象に、教員経験
者等のスタッフが、学習応援
や相談対応などを行うほか、
仲間と出会い、交流の場とな
るようサポートします。

毎月金曜日 午後4時30分
～7時30分(利用する曜日
と時間はスタッフとの相談
により決定)

所 市中心街地(申込時にお知
らせ)

対 市内在住のひとり親家庭等、
生活保護受給世帯、就学援
助受給世帯の中学生(定員
40人に達した場合、募集を
終了)

料 無料

申 問 子育て支援課 (☎017-734-
15334)へ



青森ワッツを応援しよう!

2022-23シーズンも約半分を終えた青森ワッツ。
勝利へ向かって突き進む選手達を、会場で応援しよう!
GO! GO! WAT'S!!
問 地域スポーツ課 (☎017-718-1431)



私たちブルーリングスも一緒に応援しています!

■ホームゲーム日程(県内開催) 後半日程(予定)

TIP OFF	対戦チーム	会 場
1/18(水) 19:00	越谷アルファーズ	マエダアリーナ(青森市)
1/21(土) 18:00	ライジングゼファー福岡	マエダアリーナ(青森市)
1/22(日) 14:00		
2/4(土) 18:00	山形ファイヴァーズ	三沢市国際交流スポーツセンター
2/5(日) 14:00		
2/25(土) 18:00	西宮ストークス	八戸市東体育館
2/26(日) 14:00		
3/4(土) 18:00	熊本ヴォルターズ	マエダアリーナ(青森市)
3/5(日) 14:00		
3/18(土) 18:00	愛媛オレンジバイキングス	五所川原市民体育館
3/19(日) 14:00		



※予定等は変更になる場合があります。

※上記以降の日程や、チケット情報・ブースタークラブ入会等詳細は、ホームページをご覧ください。

問 青森スポーツクリエイション株式会社 (☎017-763-0551、🌐<https://aomori-wats.jp/>)

トピックス

指定区域の公共の場での
客引き・誘引・客待ちは
条例で禁止されています

☎市民協働推進課 (☎017-734-5231)



本町などの指定区域の公共の場所における風俗営業等の客引き行為等は条例で禁止されています。客引きに対する罰金の上限額は50万円です。「客引きをしない・させない、安全・安心なまちづくり」のため、皆様のご理解とご協力をお願いします。

■ 条例に関する問合せ：市民協働推進課 (☎017-734-5231)

■ 客引きなどの通報：青森警察署 (☎017-73-0110)

※緊急時は110番へ

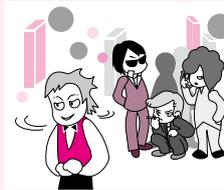
●指定区域 (色枠内)



客引きの禁止



誘引禁止



客待ちの禁止

介護保険住宅改修費及び福祉用具購入費受領委任払い事業者の登録申請受付

令和5年度介護保険サービスの住宅改修費及び福祉用具購入費受領委任払い事業者の登録申請を受付します。

※福祉用具購入費受領委任払い事業者は、都道府県から指定を受けている介護事業者のみが対象

●定期(新規・更新)登録申請

受付期間▽2月1日(水)～28日(火) (土・日曜日、祝日を除く) / 登録有効期間▽令和5年4月1日から2年間

●随時(新規)登録申請

受付期間▽令和5年4月3日(月)以降 / 登録有効期間▽登録証交付日の翌月1日から有効期間開始日の属する年度の翌年度3月31日まで

※新規登録申請をご希望の事業者は事前にご連絡ください。

☎介護保険課

(☎017-734-5362)
浪岡振興部健康福祉課
(☎0172-62-1134)

適正な管理を！
降雪期の空き家の管理



☎住宅まちづくり課 (☎017-734-2385)
浪岡振興部都市整備課 (☎0172-62-1145)

空き家等を適切に管理していない状態で放置した結果、家屋の倒壊・飛散、屋根雪の落雪で他人に損害を与えた場合、空き家等の所有者(相続人を含む)が責任を問われるケースがあります。

昨年は雪による空き家の倒壊や雪庇の塊が落下して隣の建物を破損したり、道路をふさいだりしたケースも多く見られました。所有者等の皆さんは、屋根の雪下ろし等の雪処理を行うなど、空き家等の適正管理にご理解とご協力をお願いします。

青森市版エンディングノート「わたしノート」

最期まで自分らしく暮らすために、どこで、どのように過ごしたいのか。人生を振り返りながら、今のうちから考えてみませんか。

「終活」の一つとして青森市版エンディングノート「わたしノート」を配付していますので、希望されるかたは窓口までお越しください。

※1人1部配付

◆配付場所・時間

高齢者支援課、浪岡振興部健康福祉課 / いずれも月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～午後6時

※お住いの地区を担当する地域包括支援センターでも配付しています。配付時間等はお問合せください。

☎高齢者支援課

(☎017-734-5206)
浪岡振興部健康福祉課
(☎0172-62-1134)

納期限のお知らせ

今月分として納めていただく市税等の納期限は次のとおりです。

【1月31日(火)納期限】

- ①国民健康保険税(普通徴収分) 第7期分
- ②後期高齢者医療保険料(普通徴収分) 第7期分
- ③介護保険料(普通徴収分) 第7期分
- ④児童保育負担金(保育料) 第10期(1月)分
- ⑤市営住宅使用料1月分
- ⑥市営住宅駐車場使用料1月分
- ⑦放課後児童会負担金1月分
- 【2月10日(金)納期限】
- ⑧市・県民税(給与特別徴収分) 1月分
- ⑨①〜③、⑧納税支援課
- (☎017-734-5209)
- ④子育て支援課
- (☎017-734-5330)
- ⑤・⑥住宅まちづくり課
- (☎017-734-5572)
- ⑦子育て支援課
- (☎017-734-5348)

県税に関する
納税証明書の申請手続

県税に関する各種納税証明申請書類は、県庁ホームページ(https://www.pref.aomori.jp/soshiki/sounmu/zeimu/010_01nouzei.html)からダウンロードできます。記入方法・本人確認書類等のご案内もありますので、ご覧ください。

青森青地地域県民局県税納税管理課
(☎017-734-9970)

後期高齢者医療制度に
加入のみなさんへ

被保険者のかたに医療費に対する認識と理解を深めていただくことを目的に、年1回、1年分の医療費を記載した「医療費通知書」を青森県後期高齢者医療広域連合から送付しています。

対象期間は令和4年1月から12月までの受診分ですが、医療機関からの診療情報は審査支払機関の審査後に青森県後期高齢者医療広域連合へ提供されるため、「医療費通知書」がお手元に届くのは2月末〜3月上旬です。

なお、「医療費通知書」は、確定申告の医療費控除に使用できますが、確定申告の開始時期までにお届けできないため、お急ぎのかたは領収書で対応ください。

青森県後期高齢者医療広域連合
(☎017-721-3821)

国民年金保険料の納付
は口座振替がお得

口座振替は、月々50円割引の早割制度のほか、前納制度の割引額が現金納付より多くてお得です。ご利用ください。申込期限は、上期6か月・1年・2年前納は2月末日まで、下期6か月前納は8月末日までです。

※支所では受付していません
青森県国民年金課
(☎017-734-5352)

浪岡振興部健康福祉課
(☎017-721-621153)

青森年金事務所
(☎017-734-7495)

※音声案内2番を押し、再度2番を押しください

市長コラム

小野寺あきひこの
スコラム!



厳しい寒さが続くなか、市内の小中学生がスポーツ分野で大活躍の報告が続きましたのでご紹介します。

12月16日、大野小学校6年の平田遥大選手と、小柳小学校6年の笹村悠瑞生選手から、楽天イーグルスジュニアの登録メンバーへの選出を報告。12月末のNPB 12球団ジュニアトーナメントで、横浜スタジアムや神宮球場を舞台に大暴れしてくれることを期待しています。



12月16日、楽天イーグルスジュニア選抜選手報告。平田選手はショート、笹村選手はサードと要の位置を守るキープレイヤーに抜擢。

12月19日、古川中学校2年の棟方皐月選手が、第31回JOCジュニアオリンピックカップハンドボール大会に初出場する青森県選抜への選出を報告に来庁。大会は同じく12月末に徳島県で開催。将来は青森市開催の「青の煌めきあおもり国スポ」ハンドボール競技での主力として、今後大注目です。

12月21日、横内小学校6年の大釜心蘭選手と、佃小学校6年の磯野瑠南選手が、こちらも12月末、石川県で開催される第31回全国小学生バドミントン選手権大会にダブルスで出場。ジュニアバドミントンクラブ「マジッポズJBC」の一員として、活躍を誓ってくれました。

全国の地で青森の子ども達が羽ばたけるよう、今後も全力で応援します。

青森市 環境保全活動団体表彰

12月11日、第12回青森市環境フェア2022において、表彰式が行われました。本表彰は、青森市の豊かな環境の保全に貢献している団体を表彰し、その活動を広く市民の皆さんへ紹介することで、環境に対する意識向上及び環境に配慮した活動を推進するものです。受表彰団体の皆さん、おめでとうございます！

環境政策課（☎017-718-0286）

令和4年度 青森市環境保全活動団体表彰受表彰団体

受表彰団体名	活動内容
青森市建設協会	清掃活動
青森市立筒井南小学校父母と教師の会	集団回収
三内丸山子ども会	①集団回収②町内清掃
浜田ニュータウン町会	①集団回収②町内清掃



農地についてのお願い

◆必要な手続を行いましょ

農地を耕作目的で譲り渡したり、貸し借り等する場合は事前に農業委員会の許可が必要です。また、農地を建物の敷地等に転用する場合は事前に青森県知事の許可が必要です（市街化区域内農地の場合は農業委員会への事前届出が必要です）。

許可等を受けずに行った場合は農地法違反となり、罰則の適用や原状回復等の命令を受ける可能性がありますのでご注意ください。

許可等は、事前に農業委員会へご相談ください。

☎農業委員会事務局

（☎017-761-4370）

事務局分室

（☎0172-62-1148）

◆遊休農地を解消しましょ

遊休農地（耕作されない農地）が発生すると、病害虫等により、農業生産や生活環境などへ支障が生じます。

遊休農地解消のため所有者等に、「利用意向調査書」を

送付しますので、記載の期限までにご提出ください。

☎農業委員会事務局

（☎017-761-4372）

事務局分室

（☎0172-62-1148）

林業退職金共済制度（林退共）のお知らせ

林退共は昭和57年に発足した林業界で働くかたのために国が作った退職金制度です。

○掛金は、税法上、法人では損金、個人企業では必要経費となります。

○掛金の一部が免除されます。

○雇用事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

事業主の皆さんへ

・労働日数に応じて掛金となる共済証紙は適正に共済手帳に貼付してください。

・共済手帳を持っている従事者が林業界を引退するとき、忘れずに退職金を請求するように指導してください。詳細は、お問合せください。

☎独勤労働者退職金共済機構

林業退職金共済事業本部

（☎03-6731-2889）

鳥インフルエンザの発生防止にご協力を

●鶏などを飼っているかたへ

鶏小屋に入る前に、手指の消毒をしましょう／鶏小屋専用の衣服と靴を使用しましょう／鶏小屋のそばに車を乗り入れるときは、タイヤ周りを消毒しましょう／鶏小屋に防鳥ネットを設置し、野鳥や小動物が入らないようにしましょう／ねずみや害虫の駆除をしましょう／鶏が突然死亡するなど異常があったときは、すぐにご連絡ください

☎東青地域県民局地域農林水産部青森家畜保健衛生所

（☎017-764-1744）

●死亡した野鳥を見つけた場合は

死亡した野鳥を処分する場合は、素手で触らずビニール袋に密封し、燃えるごみに出してください／野鳥の種類、羽数により検査が必要となりますので、ご相談ください

☎東青地域県民局地域農林水産部林業振興課

（☎017-734-9963）

下水道・農業集落排水施設への接続はお早めに

下水道や農業集落排水施設は、排水を浄化し、きれいな水によみがえらせる重要な働きをしています。

また、皆さんに利用していただいてはじめてその効果を発揮します。

下水道や農業集落排水施設が整備された地域のかたは、早めの接続をお願いします。

※接続工事の際は、条例に定められた「青森市指定排水設備工事業者」をご利用ください。また、工事着工前に申請が必要です。

※接続工事資金を金融機関から無利子で借りることができ、融資あっせん制度があります。

※接続後は水道の使用水量に基づき、下水道使用料または農業集落排水施設使用料を納めていただきます。

下水道部営業課
 ☎017-734-4281
 上下水道課
 ☎017-72-1159

指定ごみ袋に町会名・自治会名の記入を

平成28年度から青森地区で導入している燃えるごみの「指定ごみ袋」には、「ごみの減量化・資源化」と「ごみ出しマナーの向上」を目的に、町会名・自治会名の記入欄が設けられています。

ごみを出す際には、適切な分別とごみ袋への町会名・自治会名のご記入をお願いします。

岡清掃管理課

☎017-718-1179



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」

町会名等が分からないときは、住所を大字・小字または、○丁目まで記入してね。

各種相談

市税などの平日夜間納付相談

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）
 ☎017-734-5209

時1月18日（水）・19日（木）・23日（月）～26日（木）・30日（月）・31日（火） 午後8時まで

浪岡振興部納税支援課
 ☎017-72-62-1141

時1月26日（木）・27日（金）・30日（月）・31日（火） 午後8時まで

ひとり親家庭等の無料法律相談

離婚・養育費などの相談に弁護士がお応えします。

時2月2日（水）午後1時～3時
 所申間1月30日（月）までに、ひとり親家庭等就業・自立支援センター ☎017-734-5817へ

4人（申込順）
 備相談時間は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

教育研修センター教育相談室 フレンドリーダイヤル

教育相談室では、幼児・児童・生徒に関する悩みに、電話や面接などで応じます。

電話相談 ☎017-743-3600
 時毎日午前9時～午後9時
 来室相談 毎月～金曜日午前9時～午後4時30分（火・木曜日は午後9時まで） 所教育相談室（栄町一丁目、教育研修センター4階）

メール相談 friendly_dial@city.aomori.aomori.jp

消費税インボイス説明会
 時1月30日（月）、2月21日（火）、3月3日（金）・17日（金）

各日①午前10時～②午後1時30分 ※②は免税事業者向け
 所アピオあおもり 大研修室1/60人
 甲間開催日の2日前（土・日、祝日除く）までに、青森税務署法人課税第一部門（☎017-776-4294）へ

住まいと空き家相談会
 時2月1日（水） 午前10時30分～午後2時
 所県観光物産館アスパム8階「しらかみ」

女性のための専門相談（法律）
 法律に関する問題に、女性弁護士がアドバイスします。
 時2月14日（火）・28日（火） 午後1時～3時
 所アピオあおもり
 3人（申込順）
 備相談時間は30分。申込時に相談内容をお知らせください。
 甲間14日分は2月9日（木）まで、28日分は2月23日（木）まで（水曜日を除く午前9時～午後4時受付）に、県男女共同参画センター相談室（☎017-732-1102）へ

女性のための専門相談（こころ）
 こころの悩みに、女性公認心理師が応じます。
 時2月16日（木）午後1時～3時
 所アピオあおもり
 2人（申込順）
 備相談内容をお知らせください。
 甲間2月14日（火）まで（水曜日を除く午前9時～午後4時受付）に、県男女共同参画センター相談室（☎017-732-1102）へ

援相談、空き家等の適正管理及び有効活用に向けた相談
 甲間事前に、青森県居住支援協議会（☎017-722-4086、017-773-5180）へ

住宅確保要配慮者の入居に向けた住宅相談及び入居中の支

備相談内容は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

備相談内容は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

備相談内容は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

備相談内容は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

備相談内容は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

備相談内容は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

健康ナビ

FOR YOUR HEALTH



妊婦さんや産婦さん のための講座・相談

マタニティ講座

①シミュレーション講座

時 2月4日(土) 10:00~12:00 (9:30~受付)

因 もしもに備えて赤ちゃんの応急手当【講師/消防職員】、妊婦さんってこんな感じ(妊娠疑似体験) ほか

②お口のケアと食育講座

時 2月8日(水) 13:30~15:30 (13:00~受付)

因 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

所 あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)

因 本市に住民票がある妊婦とそのご家族

因 各12組(申込順)

備 母子健康手帳、筆記用具持参

申 1月30日(月)~2月3日(金)に、
電話で、あおもり親子はぐくみ
プラザ(☎017-718-2984)へ



2月の助産師による心と体のケア相談

時 2月1日(水)・22日(水)各日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)

因 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 固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 土・日、祝日を除く)へ



第21回子育て広場



ガーガーズのあそびうたライブ

時 2月11日(土) 10:20~15:00

①午前の部…ピヨピヨコース(10:10~受付)

10:20~10:30 挨拶・オリエンテーション

10:30~11:30 ガーガーズのあそびうたライブ

②午後の部 ガーガーコース(13:40~受付)

13:50~14:00 挨拶・オリエンテーション

14:00~15:00 ガーガーズのあそびうたライブ

所 アピオあおもり イベントホール

因 ①概ね0~3歳までの子どもと保護者、子育て支援関係者
②概ね4~6歳までの子どもと保護者、子育て支援関係者

人料 ①②各60人(申込順)/無料



子育て関連団体パネル展示

時 1月27日(金)~2月17日(金) 9:00~16:00

※水曜日を除く

所 アピオあおもり 1階エントランス

備 無料託児(未就学児10人)あり。※1月31日(火)までに要申込(申込順)

申 固事前に、電話・FAX・Eメールまたは直接、青森県子ども家庭支援センター(☎017-732-1011 水曜日を除く9:00~17:00、☎017-732-1073、✉kodomo-iken@apio.pref.aomori.jp)へ

gaagaaS(ガーガーズ)

まつむらしんごさんと別府のどかさんによるキッズミュージックユニット。子どもから大人までみんなで楽しめる音楽をテーマに、あそびうたやダンス、絵本の読み聞かせなど元気あふれる楽しいステージで活動中♪

掲載の内容は、12月19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** いずれもマスクの着用をお願いします

＊地域健康教室

開催日時	場所	内容
1/17(火)10:00～	すみれ会館	ストレッチポール体操
1/25(水)10:00～	横内市民センター	セラバンド体操
1/25(水)10:30～	相馬町市民館	体力測定
2/21(火)13:30～	青森保健生協本部	セラバンド体操

料無料

備人数を制限する場合がありますので、ご了承ください
 申問事前に、電話で、青森保健生活協同組合（☎017-762-5888）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
アウガ (駅前庁舎 1階 駅前スクエア)	①2/9(木) ②2/24(金) 11:00～12:00	①初めての運動教室 ②脳トレでいきいき元気!
イトーヨーカドー 青森店 (1階 フードコート)	①2/10(金) ②2/22(水) 10:30～11:30	①今日から実践 バランス食講座 ②初めての運動教室
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)	①2/13(月) ②2/27(月) 10:30～11:30	①初めての運動教室 ②ちょっと寄り道、みんなで体操!

料無料

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

＊あおもい健康づくりリーダーと健康チャレンジ！

リーダーと運動しよう！体力づくり講座

時①2月7日②2月14日③2月21日④2月28日の火曜日いずれも10:00～11:15

所元気プラザ

内椅子に座って筋力トレーニング及び健康体操

内備各25人（申込順）／公共交通機関でお越しください

申問2月6日(月)までに、①～④から2つまで選択し、電話または直接、健康づくり推進課（☎017-718-2912）へ

三内・西滝地区体力づくり講座

時2月15日(水) 10:00～11:15

所三内丸山市民館（三内丸山186）

内椅子に座って行う筋力トレーニング及びストレッチ等／40人程度（申込順）

備動きやすい服装。タオル、飲み物持参。公共交通機関でお越しください。

申問2月14日(火)までに、電話または直接、健康づくり推進課（☎017-718-2912）へ

＊体力づくり講座・健康C&C(Check&Challenge) in 西部市民センター

時2月8日(水) 10:00～11:30

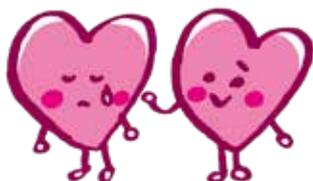
所西部市民センター 3階

内椅子に座ってできる筋力トレーニング及び健康体操②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）／各25人（申込順）

備内ばき、タオル、飲み物持参。公共交通機関でお越しください

申問2月7日(火)までに、①②両方またはどちらかを選択し、電話または直接、健康づくり推進課（☎017-718-2912）へ

ご利用ください 「こころの相談窓口・こころの体温計」



1分でできるストレスチェックをしてみませんか？

こころの体温計



▲こちらをチェック

簡単な質問に答えることで、自身のストレス状況や落ち込み度を8つのメニューから確認できます。ぜひご利用ください。

ひとりで悩まず、まずはご相談ください！

こころの相談窓口

☎017-718-3434

8:30～18:00

(土・日、祝日、年末年始を除く)

【チェックメニュー】本人モード、家族モード、赤ちゃんママモード、ストレス対処タイプテスト、アルコールチェック、こころのエンジン、大切な人を亡くされたあなたへ、いじめのサイン

料無料（通信費自己負担）

団保健予防課（☎017-765-5285）



集団健診・検診(2/16～3/17の日程)

申込み・
問合せ先

健康づくり推進課 〒030-0962 佃二丁目19-13 ☎017-743-1745 ㊟017-743-6276
浪岡振興部健康福祉課 〒038-1392 浪岡字稲村101-1 ☎0172-62-1114 ㊟0172-62-0023

感染症の発生状況により、集団健診・検診、各医療機関における個別健診・検診については、実施を見合わせる場合や人数を制限する場合がありますのでご了承ください。また、受診の際はマスクの着用をお願いします。せき等の風邪症状や体調不良があるかたは受診をお控えください。

実施場所・日程

実施場所	実施日・受付時間
青森県総合健診センター	2/20(月)・25(土)・27(月)、 3/1(水)午前のみ・5(日)・11(土)・13(月)・17(金) 午前の部 8:30～9:30 午後の部 12:30～13:30
浪岡総合保健福祉センター	3/4(土) 午前の部 7:00～8:30 午後の部 12:00～13:00

申込方法

希望日の2週間前までに、次の方法でお申込みください。ただし、予約状況によって締め切る場合があります。

- 電話…上記申込み先へ
- 窓口…健康づくり推進課(元気プラザ内)、浪岡振興部健康福祉課、国保医療年金課、各情報コーナー、各支所
- はがき・FAX…住所・氏名・生年月日・電話番号・健康保険被保険者証の種類・希望日・希望健診(検診)名・希望会場を記載の上、上記申込み先へ
- 市ホームページ…



- 各種健診・検診申込みフォーム
- ◎特定健康診査は、加入している医療保険によって受診方法が異なりますので、ご加入の保険窓口へお問合せください。
- ◎高齢受給者証・後期高齢者医療被保険者証をお持ちのかた、生活保護受給者・市民税非課税世帯のかたは、検診が無料になります。

健康診査(R4.4.1～R5.3.31に下記の年齢になるかた)

健診・検診名	対象	自己負担金	受付時間
特定健康診査	40歳以上の青森市国保加入者	無料	午前の部
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療制度加入者		
健康診査	40歳以上の生活保護受給者等		
若年健康診査	30～39歳の青森市国保加入者		

がん検診など(R4.4.2～R5.4.1に下記の年齢になるかた)※本市に住民票のあるかたが対象

健診・検診名	対象	自己負担金		受付時間
		青森市国保加入者	左記以外	
肺がん検診・結核健診	40歳以上	無料※1	無料※1	午前の部
大腸がん検診	40歳以上	無料	510円	※2
胃がん検診※3	50歳以上(胃部エックス線検査)	510円	1,020円	午前の部
前立腺がん検診	50歳の男性	510円	1,020円	午後の部
子宮頸がん検診	20歳以上	510円	1,020円	
乳がん検診	40～59歳	1,020円	1,430円	
	60歳以上	無料	410円	
骨粗しょう症検診※4	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	510円	510円	午前・午後の部
ABC胃がんリスク検診	40歳になられるかた	1,320円	1,320円	午前の部

- ※1…必要と認められたかたは、喀痰検査が追加(青森市国保加入者以外のかたは自己負担金410円)
- ※2…青森県総合健診センターは、女性のみ午後も受付
- ※3…集団検診は「胃部エックス線検査」のみとなります。偶数年齢のかたは「胃部エックス線検査」「胃内視鏡検査」の選択制となり、「胃内視鏡検査」は指定医療機関へ直接ご予約ください(青森市国保加入者は1,620円、加入者以外のかたは3,250円)。また、令和3年度に市の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。
- ※4…青森県総合健診センターのみで実施

個別健診・検診は指定医療機関で受診できます。直接、医療機関にご予約ください(医療機関によって受診可能な内容は異なりますので、お問合せください)。



イベントなどに「AED」を貸し出します

市内で行われるスポーツなどのイベント等に、AED(自動体外式除細動器)を無料で貸し出します。

- ・貸出期間…貸出日から最長7日間
 - ・受付期間…貸出希望日の1か月前から7日前まで
- 国保健予防課(☎017-765-5281)
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1174)

詳しくは、市ホームページをご覧ください。



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12月19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。

モヤヒルズのイベント

所 問モヤヒルズ (☎017-764-1110、HP<http://www.moyahills.jp/>)

冬を楽しもう♪

スーパーナイター開催!

通常のナイター終了後、そのまま深夜営業を実施! ※スキー、スノーボード、スノースクートでお楽しみいただけます。その他滑走具についてはお問合せください。スノーボード無料講習会も同時開催! (受付20:00~)

初心者歓迎♪

小学1~3年生 スキー無料講習会

時 1月22日(日)・29日(日)

10:00~15:00

対 小学1~3年生各回20人

用 1月16日(月) 9:00から、
電話でモヤヒルズへ

時 1月28日(土) 21:00~24:00

料 前売券1,800円(当日券2,300円) 20:00~24:00まで利用可能 ※シーズン券を持参のかたは無料

【前売券販売場所】モヤヒルズ、サンロード青森総合サービスカウンター



コーヒー教室

~明治建築と珈琲物語~



今井徹さん(アドバンスド・コーヒーマイスター)を講師にお迎えして、ペーパードリップの基礎を学びます

時 2月12日(日) 13:00~15:00

所 森林博物館

対 18歳以上15人(抽選)

料 1,000円 ※館内を観覧する場合は別途観覧料が必要

備 エプロンまたは汚れても良い服装、筆記用具持参

申 1/30(月)必着で、住所・氏名・年齢・電話番号を、往復はがき(1枚2人まで)に、〒038-0012 柳川二丁目4-37 森林博物館 (☎017-766-7800) へ



青森市譲渡前講習会

~保護犬・保護猫とくらししてみませんか~

青森市保健所ではやむを得ない事情で飼い続けることができなくなった犬猫や、保護した犬猫などの動物を家族に迎えたいかたを募集しています。保護犬・保護猫に興味のあるかた、ぜひご参加ください。

時 2月11日(土)・12日(日) 各日10:00~11:00

所 県動物愛護センター 研修室

対 各日15人

申 事前に、氏名・電話番号・受講人数を、生活衛生課 (☎017-737-3551) へ



令和4年度青森県立郷土館巡回展

「あおもり旅ものがたり ～青森の名所と交通の歴史～」

青森県立郷土館 (☎017-777-1585)

コロナ禍により外出や移動が抑制され、いま改めて「旅」が注目されています。本州と北海道をつなぐ交通・交易の重要な場所であり、青い森と海が織りなす美しい景観や、温泉、食などの豊かな観光資源に恵まれた青森は、人や物の出会いから生まれる多くの「ものがたり」を秘めています。「旅の目的地」「交流の場」である青森の魅力を総合博物館ならではの視点で多角的に紹介します。

時 1月29日(日)まで ※1月23日(月)は休館日

各日 9:30～17:00 (入館は16:30まで)

所 県立美術館 展示室A・B

料 無料 ※県立美術館の常設展示は有料



第35回 棟方志功賞版画展

市内小・中・高・特別支援学校の生徒を対象に版画作品を募集し、入選以上の作品を展示

時 2月4日(土)～6日(月)

各日 10:00～17:00

※4日は12:00～

所 協同組合タッケン美術展示館(市民美術展示館)

青森市文化観光振興財団 (☎017-773-7304)



映画「カランコエの花」

鑑賞会&ワールドカフェ

性的マイノリティがテーマの短編映画を鑑賞後、グループのメンバーが入れ替わりながら自由に語り合う「ワールドカフェ」とおして、誰もが自分らしく生きられる社会について考えます。



▲©2018-中川組

時 2月26日(日) 13:30～15:30

所 男女共同参画プラザ「カダール」AV多機能ホール、研修室
定員 50人

申込 事前、氏名・電話番号・年代を、電話・FAX・Eメールまたは直接、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



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) 冬期講座	1/7～3/25の毎週土曜日13:30～15:20(初級)15:30～16:40(中級) / 県立図書館、県総合社会教育センター	20人	3,000円(テキスト代) ※詳しくは「青森中国語の会」ホームページをチェック	事前に、青森中国語の会事務局(佐藤、☎090-7070-4059)へ
市民向け 新春不動産セミナー	1/23(月) 15:00～17:00 / アップルパレス青森 3階「ねぶたの間」 / 『インボイス制度について』講師：黒田清隆さん(黒田清隆税理士事務所 税理士)	50人	—	1/20(金)12:00までに、電話・FAX・Eメールで、(公社)青森県宅地建物取引業協会青森支部(☎017-734-2355、☎017-734-2356、✉hatomark-aomori@actv.ne.jp)へ

☑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、12月19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。

市からの重要NEWS

健康ナビ

情報ひろば



三内丸山遺跡 ボランティアガイド 募集

三内丸山遺跡の案内・体験学習のサポートをしてみませんか？遺跡に興味があり、体力に自信のあるかた、外国語（特に英語）が堪能なかたや、高校生・大学生も大歓迎です♪
 因 9：00～17：00の間で約3時間程度（活動日・曜日・時間帯は希望制）。2～3月にガイダンス・研修を実施予定
 所 甲 2/15(水)までに、電話・FAXで、三内丸山応援隊事務局（鎌田、☎017-783-3339、☎017-766-2365）へ

あお映えスポット写真展

青森市の魅力的なフォトスポット「あお映えスポット」を紹介する写真展を開催。「あお映えスポット」の写真に加え、弘前大学や青森公立大学、市内の高等学校とのコラボ開催。大学生が撮影した新しいフォトスポットをみんなで決める投票企画も♪ぜひお越しください！

期 1月21日(土)～29日(日) 9：00～15：00
 所 リンクモア平安閣市民ホールギャラリー
 画 交流推進課（☎017-734-5175）



お知らせ・募集案内

- 「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫 休館のお知らせ
 2/1(水)～2(木)は、施設保守点検のため全館休館となりますのでご注意ください。
 画「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫（☎017-737-5151）
- パサージュ広場で開業してみませんか？
 応募資格…創業5年未満で、将来独立開業を考えているかた ※選考委員による審査の上選考
 募集店舗・募集期間…①パサージュ広場内A-3棟(5.3坪)／1/16(月)～2/16(木)
 ②パサージュ広場内C-2棟(7.4坪)／随時受付
 画青森商工会議所 地域づくり課（☎017-734-1311）

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
「遊んで学ぼう身近なSDGs」世代をこえてみんなですごろく	2/25(土) 13：00～15：00／男女共同参画プラザ「カダール」AV多機能ホール／最近よく見る「SDGs」ってなんだろう？ゲームを通して楽しく気軽にふれてみませんか？（すごろくのお土産付き）SDGsに関する取組で活躍中のかたのトークタイムもあり	小学生以上（未就学児は保護者同伴で参加可）／50人	—	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 ※Eメールは件名に「すごろく」と記入

青森市公式 Instagram やってます！

Instagram

市内のイベントなどの動画も公開中♪

▲こちらからチェック♪

青森市の何気ない日常を配信中！
 また、ハッシュタグ「#あおもり日和」または「#aomori_days」を付けて投稿していただいた中から、一部を市の公式Instagramに再投稿します♪
 みなさんの投稿をお待ちしています！
 アカウント名 【@aomoricity_official】

画 広報広聴課（☎017-734-5106）



再就職・転職・スキルアップを応援します！職業訓練を受けませんか？

職業訓練によるスキルアップを通じて、早期就職を実現するために国が支援する制度です。訓練期間中から修了後にわたって、ハローワークと訓練施設が積極的に就職支援を行います。

詳しくは、ハローワークへ
お問合せください

おすすめポイント！

- ★初心者でも安心！
- ★就職に必要なスキルや資格に挑戦できる！
- ★充実した就職支援！
- ★託児付きコースがあるから就学前のお子さんがいても大丈夫！
- ★募集期間中は希望するコースの訓練の様子を見学できる！
- ★要件を満たすと給付金10万円が出ることもある！

時所内①Webデザイン・バナー制作科(短時間)…2/10(金)～8/9(水)／キャリアスクール・ソフトキャンパス青森校

②やさしいパソコンの基礎科…2/15(水)～5/12(金)／JMT C 青森教室

入料①②各15人／無料(テキスト代等は自己負担)

申込①は1/17(火)まで、②は1/23(月)までに、ハローワーク青森(☎017-776-1561)へ



◀「高齢・障害・求職者雇用支援機構青森支部」のホームページで確認できます

あおもりコンピュータ・カレッジ 入学生募集！

〒あおもりコンピュータ・カレッジ (荒川字柴田 129、☎017-739-1311、✉staff@acc.ac.jp、HP http://www.acc.ac.jp)

あおもりコンピュータ・カレッジは、抜群の国家試験合格率と就職率を誇る、市内唯一の公的な情報処理技能者養成施設です。

- ◆令和4年3月卒業生の89%が基本情報技術者国家試験に合格！
- ◆就職率98%、青森県内就職者80% (直近3年平均)

令和5年4月入学一般入試(第2次募集)願書受付開始！

【入試区分】一般

【受付期間】1月30日(月)～2月22日(水)

【試験日】2月24日(金) 9:30～

【試験科目】学科試験、適性検査、面接

【受験資格】高校卒業(見込みを含む)以上

【人員】60人

3月11日(土)オープンキャンパス開催♪

校内見学・募集要項説明・eスポーツ体験(希望者)、体験実習(ゲームプログラミング) ほか。
9:45～12:20。※ホームページから申込可能



無料でパンフレット・募集要項を送付します。

詳細はホームページでご確認ください！



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(HP)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)
●みちぎんドリームスタジアム ☎017-765-6200				
カーリング実技指導	2/14(火) 13:00～15:00	小学4年生以上10人	個人使用料	1/17(火)～2/9(木)

青森競輪日程(1月後半) 園青森競輪場(☎017-787-2020)

大宮記念(GⅢ) 場外	19日(木)～22日(日)	京都向日町(FⅠ) 場外	27日(金)～29日(日)
京都向日町(FⅠ) 場外	20日(金)～22日(日)	前橋ナイター(FⅠ) 場外	28日(土)～30日(月)
別府 万博協賛(FⅠ) 場外	23日(月)～25日(水)	松戸(FⅠ) 場外	30日(月)～2月1日(水)
豊橋記念(GⅢ) 場外	26日(木)～29日(日)		

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



囲記載のものは申込順（一部除く） ほかは当日直接会場へ 囲記載のないものは無料
 ※掲載の内容は、12月19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。

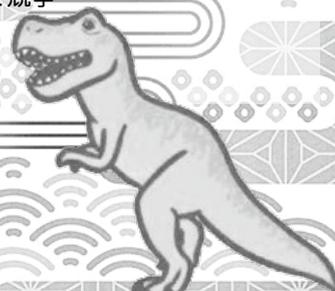
中世の館 浪岡城落城444年記念 やぶこぎ大会 ティラノサウルスであそぼう!!

雪上で思いっきり体を動かして寒さを吹き飛ばそう！
 ※ご来場の際は、検温・マスクの着用・手指の消毒などにご協力をお願いします。

時所 2月11日(土) 10:00~13:00
 9:30までに中世の館^{のぼり}の広場で受付→10:00から大会
 開始(開会式終了後浪岡城跡へ移動)
 料高校生以上500円、中学生以下300円 ※保険料等含む
 備雪上で遊ぶのに適した服装でお越しください
 問中世の館 (☎0172-62-1020)

イベント内容

- ティラノサウルスの着ぐるみでいろいろな遊びを
 予定しています！ ※着ぐるみをご用意できない
 かたは、中世の館へご連絡ください
- ①ティラノサウルスでやぶこぎ競争
 - ②雪上綱引き合戦
 - ③タイヤチューブで城跡すべり
 - ④雪上かるた大会
- ★雨天時内容 ※ホールにて開催
- ①ティラノサウルスで競争
 - ②ジャンケン大会
 - ③かるた大会



いよいよ開催！ 第18回 全農全国高等学校カーリング選手権大会

〔競技〕 2/10(金)~12(日) 〔会場〕 みちぎンドリームスタジアム(スポーツ会館)

全国各ブロックの代表カーラーが集結し、“高校生カーリングチーム日本一”を目指し熱戦を繰り広げます！
 大会は無観客で開催しますが、青森県カーリング協会のホームページで一部の試合をライブ配信する予定です。
 ぜひご観戦ください！

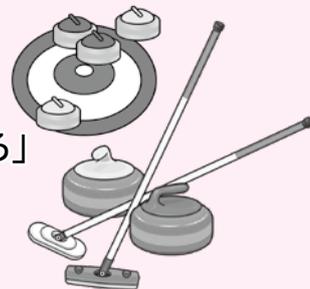
★競技日程 ※時間は変更となる場合あり

2/10(金)	8:30~	公式練習
	11:30~	男女予選
2/11(土)	9:00~	男女予選
2/12(日)	9:00~	男女準決勝
	13:00~	決勝

▼スローガン最優秀作品
 青森県カーリング協会 相澤天さん

「仲間との絆を胸に
 熱き氷上の戦いが今始まる」

問全国高等学校カーリング選手権大会
 実行委員会(地域スポーツ課内、
 ☎017-718-1431)



チャレンジ！ パソコン講座

所問中央市民センター (☎017-734-0164) 〒030-0813 松原一丁目6-15

番号	講座名	内容	開催日時
Word&Excel操作が初めてのかた向けの講座			
A40	Wordの表機能を覚えよう	Wordの基本的な操作(表作成)を活用して簡単なチラシなどを作成	2/9(木)・10(金) 10:00~12:00
A41	Excel関数&データ活用術	Excelで簡単な関数などを加えて表を作成し、データ活用なども学習	2/17(金) 10:00~15:00(昼休みあり)
文字入力のできるかた向けの講座(応用)			
A42	Excel文書を作成しよう(応用編)	Excelの編集操作(文字の装飾・レイアウトなど)を学習し、さらに関数を加えた文書を作成	2/18(土) 10:00~15:00(昼休みあり)
A43	Wordの応用技を覚えよう	Wordの応用的な操作(表作成・画像挿入など)を活用して簡単なチラシやテンプレートを作成	2/24(金) 10:00~15:00(昼休みあり)
A44	Power Point ステップアップ講座	発表ソフトPower Pointを使ったスライド編集、デザイン改良、効果音や動画取込み、アニメーション・画像切替効果など機能の活用を学ぶ	2/25(土) 10:00~15:00(昼休みあり)

対入料18歳以上/各10人(いずれも抽選※申込者少数時中止あり)/各1,500円
 往復はがき(1講座に1枚)の往信用の裏面に、住所・氏名・年齢・電話番号・講座番号・講座名を、返信用の表面に住所・
 氏名を記入し、中央市民センターへ(1/23(月)必着)※抽選結果は1/30(月)以降に通知。
 備OSはWindows10、ソフトはoffice 2019を使用。共催：NPO法人IT支援ネットあおもり

2023あおもり桜マラソン



出場者募集!

2/28(火)
締切
※郵便振替は
2/24(金)
締切

全国から参加者を募集し、定員5,500人で開催します。ぜひご参加ください♪参加申込みは、インターネット、郵便振替、電話(☎0570-039-846)で受付。
☎あおもり桜マラソン実行委員会
(地域スポーツ課内、☎017-718-1431)



詳細はこちらをチェック! ▶

4/16(日)

8:50 野木和公園スタート

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止・延期となる場合があります

【フルマラソンコース】スタート▶野木和公園～後潟～ベイブリッジ～合浦公園～野内駅付近～青い海公園▶フィニッシュ

種目	募集人数	対象	参加料
フルマラソン※	2,600人	18歳以上 (高校生を除く)	7,000円
ハーフマラソン※	1,300人	15歳以上 (中学生を除く)	5,000円
10km	1,600人		3,000円
【連携事業】2023マエタ桜まつり健康マラソン大会(5km, 3km, 2.5km, 2km, 1km)	1,000人程度	幼児以上	

※は(公財)日本陸上競技連盟の公認コース

▲詳細はこちら

ボランティアを募集しています!

①「2023あおもり桜マラソン」ボランティアスタッフ募集!

あおもり桜マラソンを一緒に盛り上げていただけるスタッフを募集

★主な役割…給水・給食所の運営、選手誘導 など

★申込方法…電話または参加申込書をFAX・Eメールであおもり桜マラソン実行委員会へ

②青森市スポーツボランティア募集!

市内でのスポーツ大会などのお手伝いをしていただけるかたを募集

★活動イベント例…スポーツ合宿、地域のスポーツチームのホームゲームなど

★申込方法…登録申込書に記入の上、FAX・Eメールでスポーツコミッション青森事務局へ



申込み・問い合わせ先

あおもり桜マラソン実行委員会及びスポーツコミッション青森事務局(地域スポーツ課内、☎017-718-1431、☎017-718-0337、✉chiikisupo-tsu@city.aomori.aomori.jp)へ
※申込書は市ホームページからダウンロード可



青森市森林博物館

マスコットキャラクター ネーミング募集!

【特徴】

- ★青森市の鳥「フクロウ」がモチーフ
- ★森林博物館の建物の色である緑色を基調
- ★津軽森林鉄道の車掌をイメージした帽子

《広告》

応募方法・問い合わせ先

2月19日(日)必着で、キャラクター名及び名称の簡単な説明(趣旨・意味など)・住所・氏名・年齢・職業(学校名と学年)・電話番号を、はがき・FAX・Eメールで、〒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
※応募点数に制限はありませんが、1回の応募につき1つのネーミングとします。

※最優秀作品(1点)には青森市特産品及び記念品を贈呈!(同名複数の場合は抽選)その他抽選で20人に記念品を贈呈!



詳しくはホームページでチェック▶

ご存じですか? 障害年金

初回無料相談実施中



特定社会保険労務士 満江 隆仁

不安から安心、苦悩から希望へ 青森障害年金サポート

☎017-763-5720

平日 9:00~17:00



(みぞえ社労士オフィス) 青森市飛鳥字塩越43-1

青森障害年金サポート

検索

《広告》

雪かきのお願いならシェアジョブ!

玄関先や駐車場に積もった雪にお困りではありませんか?
シェアジョブならネットから簡単に雪かき依頼が出来ます♪

お電話でも受付中!!

0172-88-9150

〒036-8091 弘前市城東北3-10-1 さくら野百貨店弘前店3階 株式会社エントリー シェアジョブ運営事務局

ご登録はこちら



シェアジョブ



VEGETABLE OIL INK
広報あおもりは環境に配慮した植物由来のインクを使用しています

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 浪岡大字浪岡字稲村101-1