

令和5年(2023年)

9.15

No.443

広報



あおもり



- 主 04 市からの重要NEWS
な 11 健康ナビ
内 15 情報ひろば
容 20 ASAMUSHI フェス
- 共同経営・統合新病院整備に向けて(第1回)
9月24日(日)~30日(土)は「結核予防週間」
雲谷高原コスモス祭り

写真: 浪岡北島夏まつり溪流魚手づかみ大会
(8月14日/浪岡中央公民館駐車場)

【特集】

あおもり健康づくりリーダーと
健康寿命延伸に Challenge!

あおり健康づくりリーダーと 健康寿命延伸に Challenge!

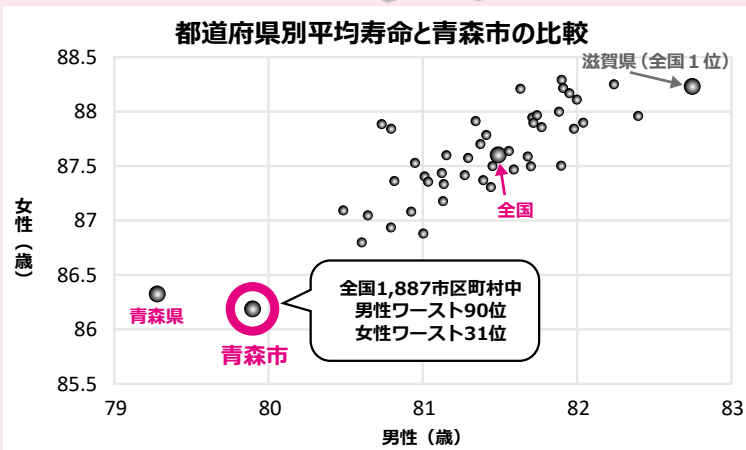
問健康づくり推進課 (☎017-718-2912)

健康で長生きできる青森市を目指し、市民一人ひとりの健康教養の向上と健康づくりの取組を牽引していくボランティアとして、“あおり健康づくりリーダー”が職場や地域で活躍しています。皆さんも、“あおり健康づくりリーダー”と一緒に、健康寿命延伸にチャレンジしましょう！

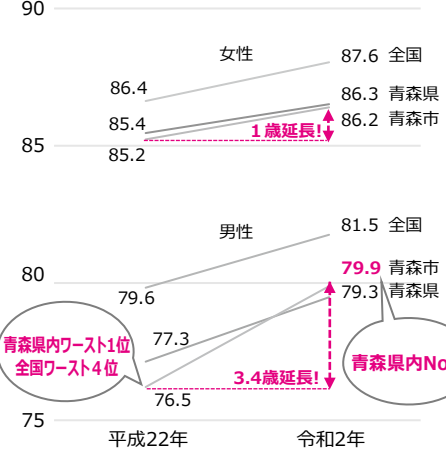
健康 ▶ 平均寿命(市区町村別生命表)が公表されました！

今年5月に発表された最新のデータ(右図)では、青森市は、男性の平均寿命が改善し青森県内でトップに！女性も寿命を少しずつ延ばし続けています。

しかし…全国と比べると、県・市ともに大きく差が開いているのが現状です！



平均寿命の推移



5年ごとに発表される平均寿命、毎回確実に改善しているよ！



職域 ▶ あなたの元気な職場を応援します！

働き盛りの皆さんの健康づくりをサポートするため、“職域健康づくりリーダー”が活動しています。

市では、職場に健康づくりの担当者を置くことや健康づくりリーダーの育成、「あおり健康づくり実践企業認定制度」を実施しています。

＊職域健康づくりリーダーにインタビュー＊

青森三菱電機機器販売株式会社
職域健康づくりリーダー



○職場でどんな取組をしていますか？

社内全面禁煙・血圧計の設置・毎朝のラジオ体操・マラソン大会への参加を実施しています。本社5階のリフレッシュルームに筋力トレーニングマシンを設置して、社員が自由に気軽に使える設備を用意しています。

○取組により変化したことは？

社員が全体的に運動することに興味を持ち、体を動かす機会を増やすことができたと感じています。また、取組を通して、社員同士のコミュニケーションをとるきっかけにもなり、実施してよかったと実感しています。

「あおり健康づくり実践企業認定制度」とは？

職場の健康づくりに積極的に取り組んでいる企業・団体などの事業所を、市が認定して応援する制度です。

認定された企業には、認定証と認定ステッカーを交付し、市のホームページで企業名や取組内容を紹介するほか、健康講座などの講師派遣、健康教材の貸出、健康情報の提供などを行い、企業の健康づくりを応援しています！

地域

地域の健康づくり活動の輪が広がっています！

地域の皆さんの健康づくりをサポートするため、地区ごとに健康づくりリーダーが活動しています。自然が多い地区ではウォーキング、メタボが多い地区では料理教室など、地区の特性を活かした企画を行っています。

「私たちもリーダーの皆さんの活動をサポートしています！」



健康づくり推進課 地区担当保健師



地区合同ミーティング



健康講座・イベントの申込受付中！
P12をご覧ください！

「私の住む地域ではこんなことで悩んでいて…」
「こうすれば、参加者がもっと楽しめそうだ！」



▲地域の体力づくり講座



▲健康ウォーキング



▲健康チェック

＊地区で活動中の健康づくりリーダーにインタビュー＊

○リーダーになったきっかけ

46歳のときに胃がんが見つかり、胃の5分の4を切除しました。その後は、再発防止のための食生活、やり残しがないように何をしたいのか、素の自分を見つめるようになり、ボランティアもその一つとして活動しています。

○活動で大切にしていること

終わったときに、しっかり体に効いた、いつもよりたくさん動けたと、一人では味わえない満足感を得られるように、組立てや強度を考えています。また、何のために行うのか、運動の狙いと効果を説明できるように心掛けています。



健康づくりリーダー会会長
戸山地区健康づくりリーダー



食生活改善推進委員会会長
中央地区健康づくりリーダー

○リーダーになったきっかけ

食生活改善推進員として、「食」を通じての活動をしてきましたが、運動や病気などの勉強をすることで、「健康全般」へのスキルアップを目指したいと思ったことです。

○活動で大切にしていること

まずは、自分自身が、元気で、健康であること。相手に正しい情報提供をするに当たって、適切な情報収集と、学習、何より人との触れ合いを通して、信頼関係を築けたらと思っています。「元気確認」、「情報交換」の会話の中、「健康づくり」に関心を持ってくれるかたが増えたことがとてもうれしいです。



あおもり健康づくりリーダー会

令和5年度 あおもり健康づくり奨励賞受賞！

発足からこれまでの活動の功績が認められ、青森県内で広く健康づくりに取り組んでいる団体を表彰する「あおもり健康づくり奨励賞」（青森県主催）を受賞しました！！

昨年度は、全282回、延べ3,477人のかたに、健康づくり活動にご参加いただきました。これからも、市内各地域で活動を行っていきますので、皆さんもぜひご参加ください！



連載 共同経営・統合新病院整備に向けて（第1回）

県と共同で進めている「青森県と青森市による共同経営・統合新病院整備」について、今回から3回に分けてご紹介します。

今回は、「県立中央病院と青森市民病院のあり方に関する基本方針」の内容についてご紹介します。

青森市民病院事務局 病院整備準備室（☎017-753-0240）

県立中央病院と青森市民病院のあり方に関する基本方針

県立中央病院と青森市民病院のあり方検討協議会からの提言を踏まえ、人口減少や医療従事者不足、さらには新興感染症対策など地域医療を取り巻く課題や多様な医療ニーズなどに対応し、持続可能な、そして、強い医療提供体制を構築していくためには、両病院の機能・資源を集約・充実していくことが重要と考え、令和4年2月、両病院のあり方に関する基本方針として、「青森県と青森市の共同経営による統合病院を新築整備する」ことを表明しました。

※県立中央病院と青森市民病院のあり方検討協議会からの提言について

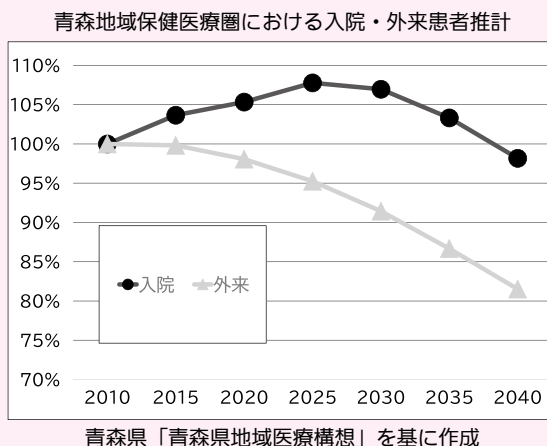
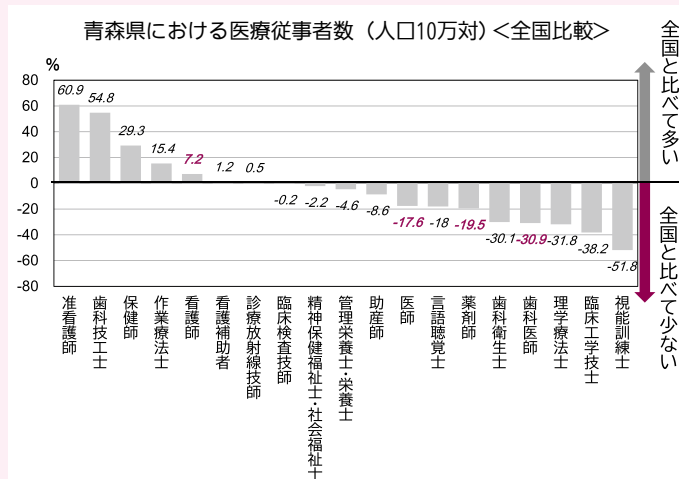
詳しくは、市民病院ホームページをご覧ください。



市民病院
ホームページ

■青森県、青森地域保健医療圏における医療の現状と課題

- ・青森県の医療従事者数は、医師、薬剤師、歯科医師など多くの職種で全国平均を下回っています。
- ・青森地域保健医療圏における入院患者数は2025年をピークに減少に転じる見込みです。



厚生労働省「平成30年医師・歯科医師・薬剤師統計」、「平成30年度衛生行政報告例」、「平成29年度病院施設調査」を基に作成

青森県「青森県地域医療構想」を基に作成

■県立中央病院と青森市民病院の現状と課題

県立中央病院と青森市民病院のあり方検討協議会資料を基に作成

【県立中央病院】

- ・医療従事者不足により、地域医療支援の活動が充足していない。
- ・施設の老朽化・狭隘化、最新技術などへの対応が困難。

【青森市民病院】

- ・医療従事者不足により、一部診療科が休診・1病棟を休棟している。
- ・施設の老朽化・狭隘化、最新技術などへの対応が困難。

Q 構想・計画に私たちの声は反映されますか。
A 市民の皆さんからご意見をいただくことは重要であると考えています。

Q 統合新病院のコンセプトを教えてください。
A 統合新病院には、青森市民病院が担う「青森地域保健医療圏における中核病院」としての役割、県立中央病院が担う「県全域を対象とした高度、専門、政策医療の拠点病院」としての役割が継承されることとなります。

Q 市としては、統合新病院が青森市民病院の役割を継承しつつ、青森市民はもちろん青森地域保健医療圏に住む方々に対して、将来にわたり安定的かつ質の高い医療を提供できるものと考えています。

みなさんの
『気になる』
にお答えします

今回は10月15日号に掲載！

掲載の内容は、**8月21日時点**の情報をもとに作成しています。イベントなどは中止・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。

お出かけついでにマイナンバーカード申請を！

圏市民課 (☎017-718-0440)

商業施設などでマイナンバーカードの出張申請サポートを行います。無料で写真も撮影します。ぜひ、ご利用ください！

申請後、約2か月以内に市役所から交付通知書（はがき）が届きますので、必要書類をお持ちいただき、ご本人がご来庁の上、カードをお受け取りください。

※個人番号通知カードまたは個人番号通知書もしくは申請書 | D付き個人番号カード交付申請書をお持ちのかたはご持参いただくと手続きにかかる時間が短縮されます。

◆申請窓口一覧

日 時	会 場
9月16日(土)・17日(日) 10:00~16:30	青森競輪場 2階フードコートそば
9月18日(月) 10:00~18:00	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
9月20日(水)~22日(金) 10:00~17:00(22日は16:00)	浪岡中央公民館 20日 会議室1~3、21・22日 会議室4・5
9月23日(土)・24日(日) 10:00~18:00	イトーヨーカドー青森店 正面入口
9月26日(火)~29日(金) 10:00~17:00	道の駅「なみおか」アップルヒル 催事広場
9月30日(土)、10月1日(日) 10:00~18:00	サンロード青森 1階サブコート
10月3日(火)~6日(金) 10:00~17:00	マックスバリュ浜田店 イトインスペース
10月7日(土)~9日(月) 10:00~18:00	新青森駅ビル あおもり旬味館あずまし広場

◆市内に事務所又は事業所を有する法人・団体・グループなどおおむね5人以上を対象に、市職員が指定会場に訪問する訪問申請受付サービスも実施しています。

【訪問申請受付サービス予約】

☎080-9180-4881

10:00~17:00 ※土・日、祝日を除く

◆スマホやタブレットを用意するだけで、自宅に居ながらリモートでマイナンバーカードの申請申込みもできます。

下記までお申し込みください。

【リモート申請サポート受付】

☎0120-14-8170

10:00~18:00 ※土・日、祝日を除く

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

■マイナンバーカードの申請が郵便局でもできます

郵便局での申請窓口

日時：令和5年9月20日(水)~令和6年3月29日(金) 9:00~17:00 ※土・日、祝日を除く

場所：青森中央郵便局、青森西郵便局

備考：詳しくは、市ホームページをご確認ください。



市民課 山田

市有地売却の一般競争入札

次の市有地を一般競争入札によって売却します。

入札・契約方法について記載した「入札案内書」を管財課で配布しているほか、市ホームページに掲載していますので、購入を希望されるかたは必ず「入札案内書」をよく読んでからご参加ください。

入札日時…10月10日(火) ①10:00~ ②11:00~ ③13:00~

※入札開始の10分前から受付を行います。

入札場所…市役所本庁舎急病センター棟2階入札室

所在地番	種目	地積
①青森市奥野四丁目418番1	宅地	213.59㎡
②青森市港町三丁目4番42	宅地	93.35㎡
③青森市港町三丁目4番69	宅地	89.08㎡

※この入札に参加するには、事前に申込みが必要です。

圏管財課※本庁舎 (☎017-734-5228)

9月23日は 手話言語の国際デー

「手話言語の国際デー」は2017年12月19日に国連総会で決議されました。決議文では、手話言語が音声言語と対等であることを認め、ろうあ者の人権が完全に保証されるよう国連加盟国が社会全体で手話言語についての意識を

高める手段を講じることを促進するとされています。市でも、令和2年4月に「青森市手話言語の普及及び多様な意思疎通の促進に関する条例」を施行し、手話言語であることの普及に努めています。問障がい者支援課 (☎017-734-5327、☎017-734-5329)

青森市 ボランティアポイント制度表彰

8月23日、青森市ボランティアポイント制度の表彰式が行われました。
 本表彰は、高齢者支援や障がい者支援、子育て支援、雪対策支援など地域福祉に関するボランティア活動を積極的に行ったかたを表彰し、ボランティア活動に対する意識向上及び地域福祉の活性化を推進するものです。受賞者の皆さん、おめでとうございます！

☎ 福祉政策課 (017-734-5333)

令和5年度青森市ボランティアポイント制度表彰受賞者

- ◆青森市ボランティアMVP…1人
横内かつ子さん
- ◆青森市ボランティア新人賞…2人
宮崎兼嗣さん(高齢者支援・介護予防)/佐々木陸奥夫さん(雪対策支援)
- ◆青森市ボランティア顕彰…9人
安田博さん、相馬弘子さん、北向由己子さん(高齢者支援・介護予防)/伊東すみれさん、乙部典子さん、坂本准子さん(子育て支援)/水口和幸さん、安部浩一さん、太田智三さん(雪対策支援)
- ◆青森市ボランティア功労賞…1人
工藤龍樹さん(青森公立大学)



●ボランティア活動の一例



▲こころの縁づくりでの活動



▲子育てに関する相談
対応支援活動



▲屋根の雪下ろし奉仕活動

令和8年 国スポ・障スポ 開催正式決定！

☎ 国スポ・障スポ大会推進課 (017-761-4169)

○青森圏域連携中枢都市圏による第80回国民スポーツ大会PRイベント開催！

「第80回国民スポーツ大会」が2026年に青森県での開催が決定されたのをを受けて、青森圏域5市町村(青森市・平内町・今別町・外ヶ浜町・蓬田村)で連携したイベントを開催します。

- ◆日時 9月16日(土) 9:00~15:00
- ◆場所 ねふたの家ワ・ラッセ 西の広場
- ◆内容 競技体験、各種競技パネル展示
各球技ボールやバドミントンを使ったストラックアウト、スナッグゴルフ、ペタンク、モルック
※体験した競技のアップリート君缶バッジ製作ができます。
物産販売、ステージイベント(GMUライブ、青森公立大学サークルによるよさこい披露・バンド演奏)

○青の煌めきあおもり国スポ・障スポ公式ポスターデザイン募集！

- ◆応募期間 令和6年1月31日(水)まで
- ◆賞及び賞金 最優秀賞：2組/賞状 副賞 賞金20万円
優秀賞：6組/賞状 副賞 賞金3万円
参加賞：応募者全員/大会グッズ
- ◆応募先 青の煌めきあおもり国スポ・障スポ実行委員会事務局(青森県国スポ・障スポ局総務企画課広報・県民運動グループ)「公式ポスターデザイン募集」係 〒030-8570 長島一丁目1-1 (017-734-9184)
※詳しくは、青の煌めきあおもり国スポ・障スポ公式ホームページをご覧ください。



大会マスコット
「アップリート君」

納期限のお知らせ

- 今月分として納めていただく市税などの納期限は次のとおりです。忘れずに納めましょう。※口座振替の場合、納期限が引き落とし日【10月2日(月)納期限】
- ①固定資産税 第3期分
 - ②国民健康保険税(普通徴収分)第3期分
 - ③後期高齢者医療保険料(普通徴収分)第3期分
 - ④介護保険料(普通徴収分)第3期分
 - ⑤児童保育負担金(保育料)第6期(9月)分
 - ⑥市営住宅使用料9月分
 - ⑦市営住宅駐車場使用料9月分
 - ⑧放課後児童会負担金9月分
 - 【10月10日(火)納期限】
 - ⑨市・県民税(給与特別徴収分)9月分
- 問①～④、⑨ 納税支援課
(☎017-734-5209)
- ⑤ 子育て支援課
(☎017-734-5330)
- ⑥・⑦ 住宅まちづくり課
(☎017-734-5572)
- ⑧ 子育て支援課
(☎017-734-5348)

農業者年金に

加入しましょう

農業者年金は、国民年金第1号被保険者(保険料納付免除者を除く)で、年間60日以上農業に従事する60歳未満(国民年金の任意加入者は65歳未満)のかたは誰でも加入できます。

◆農業者年金の特徴

- ①保険料とその運用益により年金額が決まる積立方式(確定拠出型)
- ②保険料月額1万円(一定要件有)から6万7千円まで自由に選択。全額社会保険料控除の対象。
- ③終身年金で80歳までの死亡一時金あり。
- ④認定農業者など一定要件を満たした場合は、国から補助があります。

詳しくは、農業委員会事務局またはお近くのJAへお問合せください。

問 農業委員会事務局
(☎017-761-4372)

農業委員会事務局分室
(☎0172-62-1148)

各霊園に秋彼岸の

臨時バスを運行

三内・月見野・八甲田の各霊園に臨時バスを運行します。

◆運行日 9月23日(土)

詳しくは、交通部ホームページまたは、東部営業所・西部営業所・青森駅前発売所・NTT青森支店前発売所で配布している時刻表をご覧ください。

問 東部営業所

(☎017-726-5443)

西部営業所

(☎017-788-2326)

八甲田霊園内の

通行規制

バス運行のため、八甲田霊園内において一方通行の規制を行います。

◆日時 9月23日(土)終日

◆場所 八甲田霊園内

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 生活安心課

(☎017-734-5277)

西秀記の



コラム



8月11日、農業振興センター施設開放デーに参加。後潟児童館太鼓クラブの皆さんの迫力ある和太鼓演奏で開幕し、野菜の収穫や藍染体験など、来場者約370人に市内農産物の魅力をPR。カシスの苗木プレゼントは行列ができる人気ぶりで、ひまわり迷路は記念撮影する親子連れの笑顔で溢れました。あおりマルシェ実行委員会様も出店し、本市の美味しい農林水産品や加工品を販売いただき感謝します。

8月14日、浪岡北畠夏まつり溪流魚手づかみ大会が4年ぶりに開催。プールに1,000匹を超える浪岡産の溪流魚が用意され、夏空の下、子どもたちが水しぶきを上げて泳ぎまわる魚と格闘。この日は、地域の子どものための夏祭りイベント「浪岡キッズなまつり」も開催され、会場には、浪岡特産バサラコーンや八甲田牛を使ったコッペパンサンド、青森市発祥とも言える棒パンの販売があり、食も楽しめるイベントとなりました。

青森市の雄大な自然と優れた生産者の手で大切に育まれた「あおり産品」の魅力を、様々なイベントを通じてこれからもPRしてまいります。



8月14日 浪岡北畠夏まつり溪流魚手づかみ大会開会式
天候に恵まれ、溪流魚を追いかける子どもたちの、元気な声が響いていました。

きちんとお薬飲めていますか？

閩国保医療年金課 (☎017-718-1146)

「ポリファーマシー」とは、多くの薬を服用しているために副作用を起こしたり、薬を飲み忘れるなど、きちんと薬が飲めなくなっている状態をいいます。

特に高齢になると複数の病気を持つかたが増え、受診する病院や薬が増える傾向があります。薬を正しく服用するために…

◆お薬手帳を1冊にまとめましょう

医師や薬剤師などの専門家が全ての薬の情報を把握することが大切です。

◆かかりつけ薬局や薬剤師、主治医に相談しましょう

薬の効果や副作用など、心配なことがあれば、かかりつけ薬局の薬剤師や主治医に相談しましょう。

秋の全国交通安全運動 9月21日～30日

閩生活安心課 (☎017-734-5258)

運動の重点

- 1 こどもと高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
- 2 夕暮れ時と夜間の交通事故防止及び飲酒運転等の根絶
- 3 自転車等のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

◆反射材を着用し、交通事故から身を守りましょう

夕暮れ・夜間はドライバーから歩行者が見えにくいため、交通事故にあう危険性が高まります。反射材を身に着けることで、ドライバーに自分の存在を早く知らせることができます。自分自身や大切な人を交通事故から守るため、家族や地域ぐるみで反射材を着用しましょう。

9月30日は「交通事故死ゼロを目指す日」



交通安全教育指導員 山田

◆早めのライト点灯を！

日没が早まる時期です。交通事故を未然に防ぐため、早め点灯を心掛けましょう。

【点灯目安時刻】

9月	16:30
10月	15:30
11・12月	15:00

介護慰労金を支給します

要介護状態のかたを在宅で日常的に介護している家族を対象に、申請によって介護慰労金を支給します。

◆対象 ①～③全てに該当するかたを日常的に介護している家族(市民税非課税世帯で市税に滞納がないかた)

①在宅で生活し、市民税非課税世帯で介護保険料に滞納がないかた(※分割納付は可の場合あり)

②10月1日以前の1年間に於いて、市内に住所を有し、要介護3～5または要介護2で認知症高齢者の日常生活自立度がⅡ以上に該当するかた

③10月1日以前の1年間に於いて、介護保険サービス(デイサービス、ホームヘルプサービス、訪問入浴サービスなどの在宅サービスや、特別養護老人ホーム、グループホームなどの入所サービス)を利用してないかた
※年間7日以内のショートステイ利用は除く

◆支給額(年額)

○要介護4～5に該当するかたを介護している家族 : 10万円

○要介護2～3に該当するかたを介護している家族または要介護2～3と4～5の期間が混在しているかたを介護している家族 : 2万円

申請10月2日(月)～31日(火)に、介護保険被保険者証、通帳(介護しているかたの名義のもの)、納税証明書(または申請時、税情報確認同意書に記入)を持参の上、高齢者支援課(☎017-734-5326)、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1134)へ

一日人間ドック・脳ドックを受けましょう

国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者を対象に、一日人間ドックまたは脳ドックの検査料金の一部を助成しています。

所市が委託する医療機関など、対青森市国民健康保険に加入している満18歳以上のか

町会に宝くじの助成金

た、または後期高齢者医療制度に加入しているかたで、市税に未納のないかた※年度中に助成を受けられるのは、一日人間ドック・脳ドックのいずれかです。※詳しくは、お問合せください。料検査料金の3割相当額(自己負担額上限1万1千円) 申請電話または直接、国保医療年金課(☎017-734-0181)、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1153)へ

(二財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源にコミュニティ助成事業を実施しています。次の町会では、この宝くじの助成金を活用してコミュニティ活動に必要な備品を整備しました。

○横内町会 集会用テント3

式、会議テーブル10台、会議イス20脚(令和5年8月)

閩市民協働推進課

(☎017-734-5231)

ひとり親世帯等臨時特別給付金のご案内

物価高騰の影響を受ける低所得の子育て世帯に対し、国が行う「子育て世帯生活支援特別給付金（児童一人当たり5万円）」（国給付金）とは別に、青森県独自の支援として「ひとり親世帯等臨時特別給付金（児童一人当たり5万円）」を支給します。

◆対象者

①市から国給付金を受給したかたで、令和5年5月12日時点で県内に住所を有するまたは令和5年5月13日から令和6年2月29日までの間に、県内に住所を有したかた

②県外の自治体から国給付金を受給したかたで、令和5年5月12日時点で市内に住所を有するまたは令和5年5月13日から令和6年2月29日までの間に、市内に住所を有したかた

◆支給方法など

【対象者①】申請不要
9月28日（木）から順次、国給付金を受給した口座に振り込みます。

【対象者②】申請必要
10月2日（月）から申請を受け付けます。

本人確認書類（運転免許証、マイナンバーカードなど）、受取口座を確認できる書類（通帳、キャッシュカードなど）、国給付金を受給したことが分かる書類（支給決定通知書、通帳など）をお持ちください。
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

【申請】子育て支援課（☎017-718-11971）、浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1113）へ

青森県学生寮入寮生募集

入寮資格▼保護者が青森県民で東京都及びその近郊の大学、専修学校などに在学、または入学見込みの男子学生

場所▼東京都小平市鈴木町一丁目103-1

部屋・設備▼個室（ベッド、机、エアコンなど備付け）

経費▼入寮費／年額3万円、寮費／月額3万円、食費／

1食450円（平日の夕食のみ、希望制）、電気料金実費、上・下水道料金は無料

※詳しくは、電話でお問合せいただくか、ホームページ
<https://syougakukai.wixsite.com/aomori-no> をご覧ください。

【問】（公財）青森県育英奨学会（青森県教育委員会教職員課内）
（☎017-734-9879）

新型コロナウイルスワクチン秋開始接種のお知らせ

9月20日から、初回接種を完了した生後6か月以上のかたを対象に令和5年秋開始接種を実施します。

◆健診センター集団接種

9月27日（水）
10月2日（月）
10月11日（水）

◆接種券

接種券は、年齢区分に応じて、接種間隔経過後に順次発送しています。
・お手元に接種券があるかたは、お持ちの接種券を使用できますので、接種券が送

送されません。

・接種券を紛失・破棄などでお手元にないかたは、接種券の再発行申請が必要です。

【問】青森市新型コロナウイルスワクチン接種専用コールセンター
（☎017-764-6539、017-752-0517）



※予約受付は各接種日の3日前までとなります。

高齢者虐待かもと思ったらご相談ください

虐待は地域の皆さんの身近で起こっています。

皆さんの「気づき」を通報することで、虐待を受けている高齢者を救うことができます。

不自然なげが・あざがある、家族から叩かれる・怒鳴られる、年金などの収入があるのにお金がないと訴えるなど、「あれっ、おかしいな…」と思ったら、市や高齢者がお住まいの地域を担当する青森市

地域包括支援センターへご相談ください。

【問】高齢者支援課
（☎017-734-5206）

浪岡振興部健康福祉課
（☎0172-62-1134）

法人県民税・法人事業税・特別法人事業税・法人市民税の電子申告

県及び市では、インターネットによる法人県民税・法人事業税・特別法人事業税及び法人市民税の電子申告を受け付けています。詳しくは、県または市のホームページをご覧ください。

【問】青森市地域県民局県税部課税第一課
（☎017-734-9972）

市民税課
（☎017-734-5192）



9月24日(日)～10月1日(日)は

環境衛生週間

9月24日「清掃の日」から10月1日「浄化槽の日」までは、環境衛生週間です。

この機会にごみの減量化やリサイクルの推進、清掃の徹底を心掛け、みんなできれいな住みよいまちにしましょう。

圏清掃管理課 (☎017-718-1179)

浪岡振興部市民課 (☎0172-62-1140)

9月24日(日)は 清掃の日

たばこの吸い殻や空き缶などのポイ捨ては絶対にやめましょう。何気ないポイ捨てが多くの人を不快にさせ、迷惑になります。ごみは持ち帰るか、きちんとごみ箱へ入れましょう！

「清掃ごよみ」(青森地区)、「家庭ごみの正しい出し方」(浪岡地区)でごみの分別や出し方を確認し、ルールを守りましょう。

●失くしてしまったら…

「清掃ごよみ」は、駅前庁舎3階清掃管理課の窓口、「家庭ごみの正しい出し方」は、浪岡庁舎市民課の窓口で随時お渡ししています。



清掃管理課 八木橋

9月24日(日)は 秋の大掃除の日

日常の掃除で行き届かない場所を重点的に掃除し、ねずみや衛生害虫(ハエ・蚊・ゴキブリなど)の発生防止を心掛けましょう。

○大量のごみは

- ・少量ずつ数回に分け、計画的にごみ収集場所に出す
- ・分別して清掃施設に自己搬入
- ・一般廃棄物収集運搬許可業者へ依頼する(有料)

○リユースを心掛けましょう

必要なたに譲ったり、リサイクルショップを利用するなど、ごみの減量に努めましょう。

10月1日(日)は 浄化槽の日

浄化槽は…

①市の登録業者による定期的な保守点検、及び清掃許可業者による年1回以上の清掃を行いましょう。

圏廃棄物対策課 (☎017-718-1086)

浪岡振興部市民課 (☎0172-62-1140)

②使用開始後3か月を経過した日から5か月以内に、またその後は1年ごとに、指定検査機関の法定検査を受けなければなりません。

圏指定検査機関：青森県浄化槽検査センター

(☎017-726-9500)

各種相談

ひとり親家庭などの無料法律相談

離婚・養育費などの相談に弁護士がお応えします。

時10月5日(木)午後1時～3時

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。

所申岡10月2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

「土地月間」に係る不動産無料相談会

土地の評価・取引などに関する相談に不動産鑑定士が応じます。

時10月4日(水)午後1時30分

～3時30分

所駅前庁舎1階駅前スクエア

圏県不動産鑑定士協会

(☎017-752-0840)

「解決の糸口を見つけに行こう」無料相談会

専門スタッフや弁護士がお金や暮らしに関する悩みなどについて、一緒に解決の糸口を見つ

けます。

時9月30日(土)

午前10時～午後4時

因多重債務問題、遺産相続、不動産売買、公共料金の滞納、DV・離婚問題など

所申岡事前に信用生協青森事務所 (☎0120-1102-143)へ※要予約

全国一斉不動産無料相談会

不動産に関する法律・税金・建築・空き家などのお悩みに弁護士・税理士などの専門家が無料でお応えします。

時10月1日(日)午前10時～午後4時

所駅前庁舎1階駅前スクエア

圏全日本不動産協会青森県本部

(☎017-775-3891)

街角の年金相談センター

青森オフィス

年金の専門家である社会保険労務士が無料で年金相談や各種年金給付の請求手続を行います。※要予約

時月々金曜日(祝日を除く)

午前8時30分～午後5時30分

所申岡ニッセイ青森本町ビル

10階 街角の年金相談センター

青森オフィス (☎017-735-5228)へ

健康ナビ

掲載の内容は、8月21日時点の情報をもとに作成しています。イベントなどは中止・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。

FOR YOUR HEALTH

9月24日(日)～30日(土)は「結核予防週間」

☎感染症対策課 (☎017-765-5282)

結核は昔の病気ではありません！全国で年間約1万人以上が発病し、約2千人が亡くなる重大な感染症です。本市でも毎年20人前後が発病しています。65歳以上の患者が増えており、結核患者の約7割が高齢者です。

- ・風邪に似た症状が2週間以上続く場合は医療機関を受診しましょう。
- ・お子さんは、1歳の誕生日の前日までに、BCG予防接種を受けましょう。
- ・睡眠・運動・食事などに気を配り、規則正しい生活をしましょう。
- ・タバコは免疫力を低下させます。禁煙しましょう。
- ・毎年、健康診断（胸部エックス線検査）を受け、早期発見に努めましょう。

※65歳以上のかたは、毎年の結核健診が義務付けられています。
集団健診の日程については、14ページをご覧ください。

早期発見・早期治療のためにも結核健診を受けましょう！



結核と闘うシールぼうやとたすけあインコ

ギャンブル依存症セミナー & 当事者、家族の相談会

☎9月30日(土)

☎所リンクステーションホール青森

☎◆セミナー (12:30～15:30 ※12:00～受付)

依存症に対する理解と、効果的な対応方法を学びます。当事者・家族や援助職、一般のかたもどうぞ。

講演…坂本隆さん（藤代健生病院名誉院長）、田中紀子さん（公社ギャンブル依存症問題を考える会代表）
トークショー…特別ゲスト 高知東生さん（俳優、小説家）、橋爪遼さん（俳優）

◆相談会 (16:00～17:30)

ギャンブルの問題を抱えている当事者や、そのご家族向けに相談会を行います。秘密は厳守します。勇気のある一歩を踏み出してください。

☎料無料

☎☎相談会は事前に、電話またはEメールで、全国ギャンブル依存症家族の会（遠藤、☎090-3755-2781、☎gdfam.aomori@gmail.com）へ

ダニが媒介する感染症にご注意を

病原体を保有するダニに刺されることで、感染症を発症することがあります。農作業や草刈り、レジャーなど、特にマダニが多く生息する場所に入る場合には、マダニに刺されないように次のことに注意しましょう。
☎感染症対策課 (☎017-765-5282)

- 長袖、長ズボン、帽子、手袋を着用し、首にタオルを巻くなど、肌を出さないようにする。
- シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中に入れる。
- マダニを目視で確認しやすくするため、明るい色の服を着る。
- 草の上に直接座ったり、寝転んだりしない。
- 衣類やタオルなどを草の上に放置しない。
- 帰宅後は速やかに入浴し、マダニに刺されていないか確認する。
- マダニに刺されたら無理に引き抜こうとせず、皮膚科などの医療機関で処置してもらう。

麻疹(はしか)の感染者が増えています！ご注意を

麻疹(はしか)の感染が、海外渡航歴のあるかたやその接触者に確認され、厚生労働省が注意を呼び掛けています。原因となる麻疹ウイルスは、感染力が非常に強いと言われています。空気感染のほか、飛沫や接触を通して、感染が伝播します。これまで罹患したことがないかた、ワクチンを2回接種していないかたなど、免疫のないかたには、ほぼ100%感染します。そのため、麻疹ワクチンが有効な予防法です。

麻疹の症状は、発熱・咳・鼻水・目の充血・目やにから始まり、解熱し、再度、39℃以上の高熱・発疹が出現し数日続きます。重症化すると脳炎や肺炎も引き起こすことがあり、生命に影響を及ぼすこともあります。

人の移動の活発な時期、旅行をする際は、体調の変化に留意しましょう。また、麻疹の罹患歴や接種歴が明らかでない場合は予防接種を検討しましょう。

☎感染症対策課 (☎017-765-5282)

厚生労働省ホームページ▶





ご利用ください♪健康に関するイベント・講座



※あおもい健康づくりリーダーと健康チャレンジ!

三内まちかど かんたん健康チェック

時 9月22日(金) 10:00~12:00

所 ユニバース三内店 くつろぎコーナー

内 料 血管年齢測定や握力測定などの健康チェック。お買い物の際に、気軽にお立ち寄りください。/無料
間 健康づくり推進課 (☎017-718-2912)

クルーズ船を見に行こう!秋の健康ウォーキング

時 10月6日(金) 10:00~12:00

所 沖館市民センター集合・解散

内 料 ベイブリッジ、アスパムを經由し、中央埠頭までの往復コース(希望者はアスパムで解散可能)。クルーズ船を目指して、楽しくベイエリアを歩きましょう。

内 料 40人(申込順)/100円(保険料など)

備 タオル、飲み物持参。動きやすい服装でお越しください。

間 10月3日(火)までに、電話または直接、健康づくり推進課 (☎017-718-2942) へ



リーダーと運動しよう!体力づくり講座

時 ①10月10日②10月17日③10月24日④10月31日の火曜日
いずれも10:00~11:15

所 元気プラザ

内 料 椅子に座って筋力トレーニング及び健康体操

内 料 各25人/無料

備 公共交通機関でお越しください。

間 ①~④から2つまで選択し、10月6日(金)までに電話または直接、健康づくり推進課 (☎017-718-2912) へ

中央地区リーダー企画ロコトレ講座

時 10月12日(木) 10:00~11:30

所 県民福祉プラザ 4階多目的室4A

内 料 健康講話、骨・関節・筋肉などを鍛えてロコモを予防する運動/20人(申込順)/無料

備 スポーツタオル(運動に使用)、飲み物、内履き持参。動きやすい服装で、お越しください。

間 9月14日(木)~10月9日(月)までに、電話または直接、健康づくり推進課 (☎017-718-2912) へ

※地域健康教室

開催日時	場所	内容
9/20(水)14:00~	東部市民センター	バランスボール
9/22(金)14:00~	東部市民センター	ストレッチ
10/17(火)13:30~	青森保健生協本部	体力測定

料 備 無料/人数を制限する場合があります。

間 事前に、電話で、青森保健生活協同組合 (☎017-762-5888) へ

※健康C&C(Check&Challenge)

in 西部市民センター

時 10月11日(水) 10:00~11:30

所 西部市民センター 3階

内 ①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などの健康・体力チェック、健康相談(予約優先)

内 料 各30人(申込順)/無料

備 タオル、内履き、飲み物持参。公共交通機関でお越しください。

間 ①②両方またはどちらかを選択し、10月9日(月)までに電話または直接、健康づくり推進課 (☎017-718-2912) へ

※青森ドラッグストアショー2023

時 9月30日(土)・10月1日(日) 10:00~17:00

※1日は16:00まで

所 青森産業会館

内 美容・ヘルス・暮らし・食・子どものメーカーブースが大集合!お子さんからお年寄りまで楽しめる体験イベント満載♪

料 無料

間 (株)丸大サクラマ薬局 ハッピー・ドラッグ (☎017-761-1611)



※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、日常生活の中で気軽に立ち寄れるスーパーなどで、体操やレクリエーションを行います!

【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
生協コスモス館 (イトインスペース)	①10/3(火) ②10/31(火) 10:30~11:30	①いつまでも元気に歩ける体づくり ②初めての運動教室
アウガ (駅前庁舎 1階 駅前スクエア)	①10/3(火) ②10/24(火) 11:00~12:00	①薬とかしこく付き合おう ②お気軽運動教室
イトーヨーカドー 青森店 (1階 フードコート)	①10/11(水) ②10/25(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
ラ・セラ東パイパス ショッピングセンター (1階 フードコート)	①10/16(月) ②10/23(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!
浪岡老人福祉センター (機能訓練室)	①10/11(水) ②10/25(水) 10:00~11:00	①笑うかどには... ~頭と体と心の体操~ ②初めての運動教室

料 間 無料/予約不要、当日直接会場へ
間 高齢者支援課 (☎017-734-5326)



マタニティ講座

ウェルカムベビー！講座

時10月1日(日) 10:00~12:00 (受付9:30~)

所あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)

因なるほど！赤ちゃんの世界、Let'sオムツ交換&抱っこ！、ウキウキふれあい遊び など

対本市に住民票がある妊婦とそのご家族

入料12組(申込順)/無料

備母子健康手帳、筆記用具持参

申 9月25日(月)~29日(金)に、電話で、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984)へ



医師による健康教室・健康相談

時10月18日(水)

健康教室13:00~14:00 健康相談14:00~15:00

所沖館市民センター

因「60歳以上の方の目のお話」

講師：三戸千賀子さん(三戸眼科院長)

対健康教室60人(申込順)、健康相談4組(申込順)

料無料

申 10月11日(水)までに、電話で、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ



10月の助産師による心と体のケア相談



時10月10日(火)・31日(火)

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)。

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

入料各日①・②ともに1組(申込順)/無料

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、電話であおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984 土・日、祝日を除く)へ



健やか協力隊員養成研修・交流会

健やか力推進センターが実施する健康測定などを一緒に実施する“健やか協力隊員”になってもらえるかたを募集!

時10月20日(金) 9:00~14:00

所県総合社会教育センター 2階第1研修室

因健康教養講義、健康測定機器測定演習、座談会など

対健康づくりに関心があり健康測定を学びたいかた

QOL健診などの測定のお手伝いをお考えのかた

入料40人/無料

申 10月6日(金)までに、住所・氏名・年齢・電話番号・FAX番号・勤務先を、郵送・FAXまたはEメールで、〒030-0801 新町二丁目8-21 青森県医師会館6階 青森県医師会健やか力推進センター(☎017-763-5590、☎017-763-5591、✉sukyoryokutaiin@lily.ocn.ne.jp)へ



おおの子育て広場

時10月5日(木) 10:00~12:00

所大野市民センター 2階和室

因絵本の読み聞かせや手遊びうた、お母さん同士や子育てメイトとの交流などみんなで一緒に楽しみましょう。

対入料0歳~就学前のお子さんとその保護者/7組/無料

申 事前に、電話で、青森市子育てメイト連絡協議会

(会長 林、☎017-723-8619)へ



県民公開講座



時10月22日(日) 13:30~15:30

所県民福祉プラザ 4階県民ホール

因基調講演

①「脳卒中の内科治療、お教えします」

講師：齋藤新さん(弘前脳卒中・リハビリテーションセンター内科部長)

②「脳卒中の外科治療」

講師：斉藤敦志さん(弘前大学大学院医学研究科脳神経外科学講座教授)

③「脳梗塞の新しい治療」

講師：森田隆弘さん(弘前大学大学院医学研究科脳神経外科学講座助教)

AEDの実演、血管年齢測定コーナー

入料申300人/無料/当日直接会場へ

申 青森県健康福祉部がん・生活習慣病対策課(☎017-722-1111 内線6278)へ



難病患者などの訪問相談

難病患者やその家族を対象に保健師や看護師が自宅を訪問し、日常生活や療養上の悩みなどについての相談をお受けしています。

希望されるかたは、感染症対策課へご連絡ください。

対難病患者さんやその家族

申 感染症対策課(☎017-765-5282、☎017-765-5202)



集団健診・検診(10/16~11/15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

感染症などの発生状況により、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、受診の際は状況に応じて、マスクの着用をお願いします。せきなど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	10/17(火)・24(火)・25(水)・29(日)・30(月)、11/10(金)・11(土) 午前の部 8:30~9:30 午後の部 12:30~13:30
古川市民センター	10/31(火) 午前の部 8:00~9:00 午後の部 12:30~13:30
油川市民センター ※内履き持参	11/7(火) 午前の部 9:00~10:00 午後の部 12:30~13:30
大野市民センター	11/8(水) 午前の部 9:00~10:00 午後の部 12:30~13:30

健康診査(R5.4.1~R6.3.31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など		
若年健康診査	30~39歳の青森市国保加入者		

がん検診など(R5.4.2~R6.4.1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 ※2	
大腸がん検診	40歳以上	無料	510円		
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	
子宮頸がん検診	20歳以上	510円	1,020円	午後の部	
乳がん検診	40~59歳	偶数年齢 の女性	1,020円		1,430円
	60歳以上		無料		
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4年度に市の胃内視鏡検査を受診したかたは、令和5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

★上記(※3含む)以外の検診・対象外のかたの検診については、任意での検診となるため、費用は全額自己負担となります。申込みや料金などについては医療機関または青森県総合健診センター(☎017-741-2336)へお問合せください。

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。

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)。

肺がん検診・結核健診の巡回バス(10月の日程) [申事前予約不要、健康保険被保険者証持参で会場へ]

検診日	受付時間	場 所	検診日	受付時間	場 所
10/5 (木)	8:30~9:00	北部地区農村環境改善センター前	10/14 (土)	11:00~12:00	西部市民センター (センターまつり内)※
	9:15~9:45	西田沢公民館前	10/22 (日)	10:00~11:00	沖館市民センター (センターまつり内)※
	10:00~10:30	生協はまなす館駐車場			
	11:00~11:30	中央市民センター鶴ヶ坂分館前	10/25 (水)	8:30~9:00	原別支所前
13:00~14:00	生協コスモス館駐車場	9:30~10:30		ユニバース東バイパス店駐車場	
10/7 (土)	10:00~11:00	油川市民センター (センターまつり内)※		11:00~12:00	生協ひまわり館駐車場
				13:30~14:00	戸山市民センター駐車場

※市民センターまつりが中止の場合、バス巡回はありませんのでご了承ください。

①掲載のものは申込順(一部除く) ほかは当日直接会場へ
 ②掲載のないものは無料
 ※掲載の内容は8月21日時点の情報をもとに作成しています。



情報ひろば

Information Plaza

! イベントなどは中止・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。

雲谷高原 コスモス 祭り 圃モヤヒルズ (☎017-764-1110) 各日10:00~16:00

📅 9月17日(日)・18日(月)

- ★小動物とふれあい体験、ふくろう・アヒル・パイソン・ウサギ・リクガメ・トカゲなどの移動動物園
- ★ワークショップ・クラフトの出品
- ★コスモス迷路 ★木登り体験
- ★キッチンカーがやってくる
- ★花苗プレゼント(10:00~当日先着100人)
- ★野菜や果物の産直市

📅 9月23日(土)

- ★キッチンカーがやってくる
- ★よさこいソーランまつり…青森県内各地よりよさこいチーム8組演舞予定
- ★コスモスマつり特別抽選会(11:00~抽選券配布)
- ★めずらしいコスモスの種プレゼント(10:00~当日先着100人)

コスモス 写真コンテスト



雲谷のコスモス及びコスモスマつりを写した自由作品を募集!

10月7日(土)~29日(日)にモヤヒルズで展示します。

サイズ…四ツ切版(254mm×305mm)※ワイド四ツ切・六ツ切は不可

審査発表…10月7日(土)※青森県写真連盟による審査

賞…金賞1人、銀賞2人、銅賞2人、入選若干名

📅10月3日(火)までに、応募用紙(モヤヒルズホームページよりダウンロード)と作品を、郵送または直接、〒030-0133 雲谷字梨野木63 モヤヒルズへ

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
絵本『ちきゅうパスポート』パネル展 主催:青森市読書団体連絡会	9/28(木)まで(9/19(火)は休館日)各日9:00~17:00/青森市民ホール1階ギャラリー/日本をはじめ6か国24人の絵本作家が連携して描いたじゃばら絵本『ちきゅうパスポート』(BL出版)の複製原画のパネル展	-	-	青森市民図書館 (☎017-776-2455)
油彩魚拓倶楽部青森作品展	10/27(金)まで各日9:00~19:00/「道の駅」浅虫温泉ゆへさ浅虫2階エレベーター前/会員が自ら作成する色鮮やかなカラー魚拓作品展	-	-	「道の駅」浅虫温泉ゆへさ浅虫 (☎017-737-5151)
アコルフエスタ2023 ~きてきて、みてみて、ふれてみて~	9/16(土) 10:00~15:00、9/17(日) 10:00~14:30/働く女性の家「アコルフ」全館/サークル作品の展示・販売・体験・発表(全19団体)、軽食喫茶、チャリティー販売、リサイクル販売、健康相談など	-	-	働く女性の家「アコルフ」 (☎017-723-1700)
アフタヌーン・コンサート	9/16(土) 14:00~15:30/中世の館/『V.プロジェクト ライブ!』出演:V.プロジェクト※休憩時の飲み物提供は中止します。	-	大人300円、高校生以下無料	中世の館 (☎0172-62-1020)
第45回あおもりマルシェ	9/17(日)・18(月)各日9:00~14:00/わくわく広場(スポーツ公園内)/県内の若手農家が丹精込めて作った新鮮な野菜や果物のほか、加工品や工芸品などの販売を行う産直市	-	-	あおもりマルシェ実行委員会 (☎080-9631-3773)
①高冷地での「とうもろこし」収穫体験 ②にんにくの植え付け体験	いずれもお土産付き①9/17(日) 10:00~12:00/中村農園(荒川寒水沢156-1) ②9/24(日) 10:30~12:00/清水ファーム(駒込字月見野469-1)	①20人 ②30人程度	①1,500円 ※未就学児は無料 ②1,000円/手袋、長靴、雨具持参	①は9/16(土)まで、②は9/22(金)までに、氏名・電話番号を、電話で、東青地域G・B・T推進協議会 (①平井、☎090-2368-3824 ②清水ファーム、☎090-9744-3601)へ
第1回ワンコインチャリティー鍼灸マッサージ ~みんなで作ろう健康の「わ」~	9/17(日) 12:00~16:00/サンロード青森2階催事ホール/こころもからだも癒されるマッサージ・鍼の施術を開催※収益金は全額青森市へ寄附	100人	チャリティーとして500円以上の寄附をお願いします。	青森市鍼灸マッサージ師会事務局 スバル鍼灸接骨院 (☎017-761-6637)

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
アレコホール特別フラメンコ公演「抱擁の哀しき果て」	9/17(日)・18(月) 19:00開演(18:30開場)／ 県立美術館アレコホール／青森県出身フラメンコダンサー工藤朋子さんによる初の青森公演※全席指定 事前購入のみ 詳しくはこちら▶		一般4,500円、高校生以下2,500円	事前に、電話または左記二次元コードより、カンフェティ(☎0120-240-540)へ／青森県立美術館(☎017-783-5243)
令和5年度 保育士向け就職サポート講座&相談会	9/20(水) 10:00~13:00／県民福祉プラザ2階多目的室2B／知っトク情報提供、子どもと楽しめる！作って楽しいハロウィーン製作、相談会	保育士資格を持ち現在働いていないかた10人程度		9/19(火)13:00までに、電話または左記二次元コードで、青森県社会福祉協議会(☎017-718-2225)へ ◀申込みはこちら
見て、聴いて、実践！農業振興センター農場見学会	9/22(金)①9:30集合②13:30集合、9/24(日)9:30集合※いずれも2時間程度／農業振興センター 事務所前集合／農場を巡り、様々な野菜・花きの植え方や管理の仕方などを解説します。家庭菜園のお悩み解決！雨天時はハウス内のみ見学となります。	野菜や花き栽培に興味のあるかた、家庭菜園に取り組んでいるかたなど	動きやすい服装、長靴、帽子などを着用※10月まで毎月実施予定	農業振興センター(☎017-754-3596)
第48回 フォトあおり写真展 主催：西部フォト愛好会	9/22(金)~24(日) 各日10:00~16:00／西部市民センター1階視聴覚・OA室／西部フォト愛好会&フォトクラブAOMORIの合併記念写真展 四季の風景など	-	-	西部市民センター(☎017-788-2491)
むつ湾感謝祭2023	9/23(土)／①ねぶたの家ワ・ラッセイベントホール13:00~15:30…「むつ湾を守ろう」上映、活動報告(油川小学校5年生、東中学校3年生)、話題提供(県営浅虫水族館、青森大学社会学部教授、北洋硝子(株))など②ねぶたの家ワ・ラッセ多目的室10:00~15:00…むつわんかるた、あおりSDGsかるた、むつ湾ゲームで遊ぼうなど	-	-	むつ湾感謝祭2023実行委員会事務局(NPO法人青森県環境パートナーシップセンター、☎017-721-2480)
秋のこども空手体験会	9/23(土) ①14:00~15:00②15:30~16:30／アピオあおり1階保健指導室／未経験者対象で礼儀作法や基礎動作を体験！ 講師：鳴海沖人さん(空手道鳴海道場)	①4歳以上の未就学児②小学生	-	事前に、氏名・参加希望クラス・学年を、Eメールで、空手道鳴海道場(鳴海、☎080-6007-4798、✉aomori_narumi@yahoo.co.jp)へ
青森県U・イターン・交流フェア	9/24(日) 10:00~16:30／東京交通会館12階ダイヤモンドホール(千代田区有楽町二丁目)／「青森県に帰りたい」「青森県での暮らしに興味がある」かたを対象に、専門家によるセミナーや先輩移住者のトークイベント、個別相談会などを実施。都内にお住いで興味のあるかたへぜひお知らせください。	-	-	青森県企画政策部地域活力振興課移住・交流推進グループ(☎017-734-9174)、連携推進課(☎017-752-8751)
みんなで歌おう うたごえ “おやし喫茶”	9/25(月) 13:30~16:00／男女共同参画プラザ「カダール」AV多機能ホール・研修室／思い出の曲・懐かしの曲を、アコースティックデュオたいぞう&IKUKOのギターとピアノに乗せて♪喫茶タイムもあり	150人	500円(資料代)	事前に、氏名・電話番号を、電話または直接、男女共同参画プラザ「カダール」(☎017-776-8800)へ
あそびの森へレッツゴー 認定こども園and 幼稚園はたのしいよ	9/26(火) 10:30~11:30／アピオあおり／親子で見たり踊ったり作ったり♪認定こども園・幼稚園での遊びを楽しく体験！	100人	-	聖マリア幼稚園(☎017-734-7728)
しんまち 一店逸品 お店回りツアー	9/27(水) 11:00~14:00※13:00~逸品のランチタイム／新町商店街振興組合(和田ビル2階)集合／新町商店街の店主などが楽しい・おいしいお店をガイド♪店主のこだわりの逸品に触れ、新町の魅力を再発見！	-	2,000円(ランチ付)	9/15(金)~22(金)に、電話で、青森市新町商店街振興組合(☎017-775-4134 9:30~16:30)へ
福祉・保育の仕事 一日移動相談	9/28(木)、10/18(水) 各日10:00~13:00／イトーヨーカドー青森店 正面玄関入口内／福祉・保育などの個別相談及び青森県内の求人内容閲覧・紹介	-	-	青森県福祉人材センター(☎017-777-0012)
市民センターのまつり ①中央市民センターまつり ②第20回古川市民センターまつり	①9/30(土) 10:00~16:00、10/1(日) 10:00~15:00／中央市民センター／プラネタリウム特別番組、映写会出張版ほか、木登り体験、公開講座「おみせやさんごっこ」など※体験は有料あり②9/30(土) 10:00~16:00、10/1(日) 10:00~16:00／古川市民センター	-	①30日 10:00~オープニングセレモニー開催	①中央市民センター(☎017-734-0164) ②古川市民センター(☎017-776-8082)
第66回青森県 レクリエーション大会	10/1(日) 10:00~15:30／青森県総合社会教育センター／健康運動指導士棟方由美子さんの講演「笑って、動いて、レク！レク！レク！」、レクダンス、ヨガ、モルックなど	青森県民120人	500円(高校生以下と障害者手帳をお持ちのかたは無料)	9/20(水)までに、申込書(左記二次元コードよりダウンロード)、FAXまたはEメールで、青森県レクリエーション協会(☎・✉017-752-0699 水曜日10:00~16:00、✉aomoriken-reku@ksh.biglobe.ne.jp)へ

①記載のものは申込順（一部除く） ②ほかは当日直接会場へ ③記載のないものは無料
 ※掲載の内容は、8月21日時点の情報をもとに、作成しています。イベントなどは中止・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。

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
森林博物館 「きのこ展」 共催：青森県きのこ会	10/1(日) 10:00~15:30/青森県きのこ会による「持ち込みきのこの鑑定」や「野生きのこの展示」などのほか、成績優秀者は記念品などがもらえる「子どもきのこ博士認定大会」を開催!	-	-	森林博物館 (☎017-766-7800)
青森秋まつり	10/8(日)・9(月) 各日9:00~16:00 ※9日は15:00まで/合浦公園多目的広場/秋野菜・花の販売、フリーマーケット、棒パンコーナー(1本250円各日300本)、木登り体験会(1人500円午前午後各30人)、よさこいソーラン演舞(8日のみ)など	-	-	パークメンテ青い森グループ (☎017-741-6634)
秋の八甲田と雪中行軍史実の探検ツアー	10/8(日) 10:00~15:00※小雨決行/八甲田山雪中行軍遭難資料館 9:30~集合/説明を聞きながら、陸上自衛隊青森駐屯地内防衛館や秋の八甲田を回る。(70歳以上と中学生は無料)※内容を変更する場合あり	18人	一般270円、大学生・高校生140円(観覧料・保険料込み)	9/18(月)~10/5(木)に、電話で、八甲田山雪中行軍遭難資料館 (☎017-728-7063) へ
秋の緑と花の市	10/8(日)・9(月) 各日10:00~16:00 ※9日は15:00まで/合浦公園多目的広場/花・木・園芸用品などの販売、花苗の無料配布(8:30~整理券配布9:00~11:00引換え※当日先着順100人)、緑と花の相談所(15:00まで)など	-	天候などにより早めに終了する場合あり	公園河川課 (☎017-752-8334)
青函ツインシティ 函館縄文ツアー	10/14(土) 8:30~18:30/函館市内/青森市民の皆さんを函館市内の縄文遺跡へ案内する日帰りツアー※応募者が20人に満たない場合は中止(その場合10日前までに連絡)	40人	17,980円(6~11歳は15,980円)	9/24(日)までに、左記二次元コードより、(株)日本旅行北海道函館支店 (☎0138-62-3770) へ
「青森」400年の歩みと世界遺産小牧野遺跡を訪ねるあおもり歴史トリビア・縄文遺跡ツアー-2023	10/14(土) 9:00~14:30/駅前庁舎集合※バスで移動/誕生から400年を迎える「青森」の歩みと、「北海道・北東北の縄文遺跡群」として世界文化遺産に登録された小牧野遺跡の価値を知っていただくための町歩きと遺跡見学会を開催	20人※申込多数の場合抽選	-	9/27(水)必着で、申込者(1組2人までの)①氏名(ふりがな)②郵便番号・住所③代表者の電話番号を、往復はがきまたはEメールで、〒030-0801 市民図書館歴史資料室 (☎017-732-5271、✉rekishi-shiryo@city.aomori.aomori.jp) へ
青森市男女共同参画推進月間記念イベント 王林 HAPPY トークショー	10/15(日) 15:00~16:30/男女共同参画プラザ「カダール」AV多機能ホール/自分らしさ全開、魅力いっぱい王林が「HAPPYな青森」を未来志向で語ります!※同時開催…青森市男女共同参画推進表彰 表彰式	250人	Eメールの場合は件名に「10/15トークショー」と記入	9/22(金)9:00から、氏名・電話番号を、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

問屋町ビジネススクール 企業の組織力の強化や、中核人材の育成・確保に役立つテーマ別講座

講座名	開催日時	人員/料金
①【新規講座】営業の神様が教える!青森の営業マンのための営業力強化セミナー ~トップ営業が実践している営業のテクニックを丸ごと伝授~	10/5(木) 9:30~16:30	15人 12,000円
②【新規講座】1日で理解できるようになる!今さら聞けない会計・経理の基礎の基礎 ~図解でわかりやすい!たった1日で会計の基礎知識が身につく~※オンライン併用開催	12/14(木) 9:30~16:30	15人 6,900円
③【新規講座】あなたの会社は大丈夫?社員が離職しやすい会社の特徴~採用から人事制度、社風などなど...ほんの少しの工夫で社員の離職は防げます~※オンライン併用開催	10/26(木) 13:30~15:30	15人 2,700円
④「何となく」から「自信を持って」できるへ!基礎から学ぶ年末調整研修 ~わかりやすい資料と解説が大好評!実践的な演習で年末調整の理解が深まる~	11/24(金)・28(火) 18:30~20:30	15人 4,800円
⑤【新規講座】誰でも簡単に相手のことが理解できる!職場の人間関係に悩まなくなる秘訣 ~人間関係の悩みを解決して仕事へのモチベーションやパフォーマンスを向上させよう~	10/17(火) 18:30~20:30	15人 4,000円
⑥ガラリと印象が変わる!ワンランクアップするビジネスマナー研修【電話・来客応対編】 ~正しい応対を身につけ会社のイメージアップを図ろう~	11/30(木) 13:30~15:30	15人 2,700円
⑦【新規講座】メンバーの能力を最大限に引き出す!リーダーシップ能力向上研修 ※ポリテクセンター青森と共催	11/7(火)・8(水) 9:30~16:30	15人 5,500円
⑧【無料特別講演会】中小企業・小規模事業者のための「人づくり」から始める組織経営 ※オンライン併用開催	12/8(金) 13:30~15:30	20人

所問屋町会館 ①~⑦1階会議室、⑧2階大会議室

①②③④⑤は開催日1週間前まで、⑥は11月22日(水)まで、⑦は10月20日(金)まで、⑧は12月4日(月)までに、ホームページ(☎https://business-school.tonyamachi.com)の申込みフォームから申込み。またはFAXで、申込書(協同組合青森総合卸センター、各市民センターなどに備付け。ホームページにも掲載)を、協同組合青森総合卸センター(☎017-738-4711、☎017-738-7323)へ



▲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
青森ねぶた囃子講習会	9/23(土)、10/14(土)・29(日)、11/5(日)・12(日)、12/3(日)・10(日)各日 19:00~20:30/ねぶたの家ワ・ラッセ1階交流学習室/講師:青森ねぶた正調囃子保存会※手振り鉦・太鼓のバチは貸出可能			ねぶたの家ワ・ラッセ (☎017-752-1311)
中世の館 歴史教室 Vol.22	10/7(土) 9:00~16:30/中世の館/バスツアー「南部お城めぐり」第2弾 国史跡三戸城跡見学会	30人	2,000円	9/30(土)までに、電話または直接、中世の館 (☎0172-62-1020) へ
チャイルドラインあおもり 受け手ボランティア 養成講座	①第一課程(オンライン配信「Zoom」での開催)…10/7~28の土曜日各2回全8講座②第二課程(青森明の星短期大学で開催)…11/11(土)全2講座/「子どものこころの居場所」として、子どもの声を受けとめる電話の受け手を養成	19歳以上で「受け手」を希望するかたまたはチャイルドラインの活動に興味のあるかた	8,000円(学生2,000円) ※①のみ1講座1,000円(学生300円)での受講も可	10/3(火)までに、左記二次元コードより申込み/チャイルドラインあおもり(柘植、☎090-4449-1488) ※詳しくは、市民図書館などに設置しているチラシをチェック!

お知らせ・募集案内

市民図書館 休館のお知らせ	蔵書点検のため、9/30(土)~10/11(水)は休館となります。 休館中の返却 →★図書・雑誌…ブックポスト(アウガ1階新町通り駅側、本庁舎エントランスホール、あびねす)、各市民センター、浪岡中央公民館図書室、移動図書館へ★CD・ビデオ・DVD…各市民センター、浪岡中央公民館図書室、移動図書館へ 市民図書館 (☎017-776-2455)
第7回市民一掃きデー 参加者募集!	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。 時 間 9/30(土) 9:00から1時間程度 ※雨天中止/青森市スポーツ公園わくわく広場 備 用 清 掃 用 具 一 式 は 当 日 貸 出 し 出 します。参加者全員にりんごジュースをプレゼント! ※体調の悪いかたは参加をお控えください。 問い合わせ 清掃管理課 (☎017-718-1179)
第16回あおもり産木材活用建築コンテスト 作品募集	良質な県産材を活用した建築物を広く県民の皆さんに知っていただくとともに、県産材の地産地消や林業・建築産業の活性化を目的とした「あおもり産木材活用建築コンテスト」の作品を募集しています。県産材を使用して新築またはリフォームされた県内の住宅・施設などを対象とし、専門家による審査やイベントでの一般投票で各賞を決定・表彰します。申込方法など詳しくは、県ホームページでご確認ください。 問い合わせ 県農林水産部林政課 (☎017-734-9517) へ
青森高等技術専門学校 「第二種電気工事士学科試験 事前講習(下期)」受講生募集	時 間 10/17(火)~20(金)各日 9:00~16:00 対 象 入 料 在 職 者 で 第 二 種 電 気 工 事 士 下 期 筆 記 試 験 を 受 験 す る 人 25 名 / 2,200 円 申 込 締 切 日 9/25(月)までに、青森高等技術専門学校 (☎017-738-5727) へ

チャレンジ! パソコン講座 所 開 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
パソコンを初めて操作するかた向けの講座(基礎)			
A19	パソコンははじめの一步	マウス・キーボード操作、文字入力などを中心に学習	10/12(木)・13(金) 10:00~12:00
Word&Excelの操作が初めてのかた向けの講座			
A20	住所録活用を楽しもう	WordやExcelの住所録を活用して宛名ラベル・はがき宛名などを作成する方法を学習	10/14(土) 10:00~15:00(昼休みあり)
A21	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	10/21(土) 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)			
A22	パソコンすっきり整理術	パソコンのメンテナンスやファイル・フォルダの管理、外部記憶装置などへの保存方法を学習	10/26(木)・27(金) 10:00~12:00
A23	デジカメ・スマホの写真編集&活用術	デジカメ・スマホで撮影した写真をパソコンに保存・整理し、Wordや画像編集ソフトで編集・活用方法を学ぶ ※デジカメ一式・スマホ持参(デジカメのみ貸出あり 申込時に希望の有無を明記)	10/28(土) 10:00~15:00(昼休みあり)

対 象 入 料 18 歳 以 上 / 各 10 人 (い ず れ も 抽 選 ※ 申 込 者 少 数 時 中 止 有 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 (9/22(金) 必 着) ※ 抽 選 結 果 は 9/29(金) 以 降 に 通 知
 備 用 OS は Windows10、ソ フ ト は office 2019 を 使 用。共 催: NP0 法 人 IT 支 援 ネット あ お も り

スポーツ教室 申込みは各会場への来館のみ ★詳しくは指定管理者ホームページ(☎http://sports-aomori.jp/)

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				
弓道実技指導	10/19~11/9の火・木曜日 14:00~16:00、19:00~21:00	18歳以上の弓道経験者各回5人	個人使用料	9/16(土)~10/12(木)

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、8月21日時点の情報をもとに、作成しています。イベントなどは中止・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。

第59回 青森市民文化祭

青森市民文化祭実行委員会
 ☎017-735-8385 火～金曜日10:00～15:00

市民の皆さんが主役となって、日頃の文化活動の成果を発表します。ぜひお越しください。

■リンクステーションホール青森(文化会館)会場

部門	種 目	日 時	開 場
演 技	合唱	10/8(日) 13:00～	12:30
	青森市小学校連合音楽会	10/12(木) 12:50～ 10/13(金) 13:00～	12:20
	青森市中学校文化連盟 音楽発表会	10/26(木) 9:30～	9:00
	青森市中学校文化連盟 演劇発表会	11/3(金) 10:00～ 11/4(土) 10:00～	9:30
	ジャズ	11/12(日) 14:00～	13:30
	洋舞踊	11/19(日) 14:00～	13:30
	文 芸	俳句	11/4(土) 13:00～16:00
川柳		11/5(日) 11:30～17:00	
短歌		11/18(土) 10:00～16:00	
茶 道	茶道	10/1(日) 10:00～15:00	
	煎茶道	10/8(日) 10:00～15:00	

※都合により中止または、開演時間などが変更となる場合があります。

■リンクモア平安閣市民ホール(市民ホール)会場

部門	種 目	日 時	開 場
演 技	日本舞踊※青森県民文化祭併催	9/30(土) 12:00～	11:30
	音楽コンサート	10/7(土) 14:00～	13:30
	邦楽・能楽 二部門合同公演(邦楽)	10/8(日) 10:00～	9:30
	邦楽・能楽 二部門合同公演(能楽)	10/8(日) 14:00～	13:30
	民謡・マジック合同公演	10/9(月) 12:00～	11:00
	吟剣詩舞・日本民謡合同公演	10/22(日) 12:30～	12:00
	マンドリン	11/4(土) 13:30～	13:00
	ジュニアオーケストラ	11/19(日) 14:00～	13:30
	吹奏楽	11/26(日) 14:00～	13:00

■協同組合タッケン美術展示館(市民美術展示館)会場

部門	種 目	日 時
展 示	写真・和紙人形・魚拓・こぎん刺し・版画・洋画 など	10/13(金)～15(日) 10:00～17:00 ※最終日15:00まで
	服飾・文芸色紙・華道・書道 ※華道は21日(土)・22日(日)	10/20(金)～22(日) 10:00～17:00 ※最終日15:00まで

はまなす会館の教室 所申 9月16日(土)から電話ではまなす会館(☎017-738-4821)へ(申込順)

教室名/コース	開催日時	人員	料金
ベリーダンス(初心者)※10/9除く	10/2～12/25の月曜日19:30～21:00(全12回)	10人	800円/回
ベリーダンス(経験者)	10/3～12/26の火曜日19:30～21:00(全13回)	10人	800円/回
ベリーダンス(シニア向け)※11/23除く	10/5～12/21の木曜日13:00～14:00(全11回)	10人	800円/回
実用書道	10/4～12/20の水曜日10:00～12:00(全12回)	12人	9,000円
ペン習字	10/4～12/20の水曜日10:00～12:00(全12回)	12人	10,000円
フラワーアレンジメント※11/23除く	10/10～12/26の火曜日11:00～13:00(全12回) 10/5～12/28の木曜日18:00～20:00(全12回)	各10人	3,300円/回
モダン生け花	10/17～12/26の隔週火曜日11:00～13:00(全6回) 10月～12月の第1・3木曜日18:00～20:00(全6回)	各10人	2,800円/回
プリザーブドフラワー	10月～12月の第2火曜日11:00～13:00(全3回) 10/12、11/16、12/14の木曜日18:00～20:00	各10人	4,300円/回
「月2回の花あそび」フラワーアレンジ	10月～12月の第2・4土曜日10:00～12:00(全6回)	10人	3,300円/回
季節を彩るプリザーブドフラワー	10月～12月の第4土曜日10:00～12:00(全3回)	10人	3,500円/回
3B体操※11/3除く	10/6～12/22の金曜日10:00～12:00(全11回)	10人	月額2,500円
囲碁教室 入門クラス※11/11、12/16除く	10/7～12/23の土曜日10:00～11:00(全10回)	10人	月額4,000円 (中学生以下月額3,000円)
囲碁教室 一般クラス※11/11、12/16除く	10/7～12/23の土曜日10:00～11:00(全10回)	10人	月額6,000円 (中学生以下月額5,000円)
モラ手芸教室	10/3～11/14の隔週火曜日10:00～12:00(全4回)	10人	8,000円(材料費別)
パソコンプログラミング初級～中級(日中の部)	10/3～12/19の火曜日14:30～16:00(全12回)	4人	月額6,600円
パソコンプログラミング初級～中級(夜間の部)	10/3～12/19の火曜日19:00～20:30(全12回)	4人	月額6,600円
ホームページ制作入門	10/3～12/19の火曜日16:30～18:30(全12回)	4人	月額7,700円

青森競輪日程(9月後半) 青森競輪場(☎017-787-2020)

※は安方前売SCでのみ発売

【青森】共同通信社杯(GⅡ)	15日(金)～18日(月)
小田原(FⅠ)場外※	19日(火)～21日(木)
福井(FⅠ)場外	21日(木)～23日(土)
弥彦ナイター(FⅠ)場外	
青森ミッドナイトガールズ(FⅡ)	23日(土)～25日(月)
松阪記念(GⅢ)場外	23日(土)～26日(火)

大宮(FⅠ)場外	25日(月)～27日(水)
函館ナイター(FⅠ)場外	26日(火)～28日(木)
豊橋記念(GⅢ)場外	28日(木)～10月1日(日)
高知(FⅠ)場外	28日(木)～30日(土)
青森ミッドナイト(FⅡ)	29日(金)～10月1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。

車券発売状況についてはお問合せください。
 ミッドナイトは一般入場は行っていません。

青森競輪場
 イメージキャラクター 葵 萌輪



1 ステージイベント

☎(一社)浅虫温泉観光協会
(☎017-752-3250)

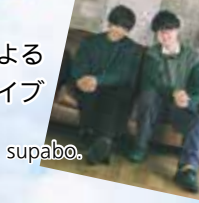


三上枝織さん 真野あゆみさん

★真野あゆみさん(声優)、三上枝織さん(声優)による浅虫にちなんだクイズ大会などトークイベント(9/16)

★GMUIによるステージライブ(9/17)

★supabo.によるステージライブ(9/17)



supabo.

2 Creema クリエイターが出没 あさむしマルシェ

☎連携推進課 (☎017-752-8751)

浅虫の飲食店事業者をはじめとした飲食ブースや、アクセサリ・刺繍などの雑貨販売ブース、Creemaと連携した人気クラフト作家の店



あさむし ASAMUSHI FES

所「道の駅」浅虫温泉ゆ〜さ浅虫

9/16(土)~
9/17(日)

※駐車場はゆ〜さ浅虫海側駐車場をご利用ください。

3 アート ART ワークショップ

☎(一社)浅虫温泉観光協会
(☎017-752-3250)



NOZさん(キャラクターアーティスト)とのアート体験や作品の販売



4 エーパラダイス A-Paradise

☎あおもりアーツカウンスル (☎017-773-7304)

青森で活躍する若手アーティストによる音楽を楽しめるイベント♪

イベントの詳細は、(一社)浅虫温泉観光協会へお問合せください。

棟方志功生誕120年記念 棟方志功サミットin青森



宇宙頌(←南北の柵、東西の柵→) 板画 1949/1953改刻(1962摺)

棟方志功画伯ゆかりの地の自治体の長が一同に会し、画伯の魅力や文化芸術資源を活用した観光振興、まちづくりの未来について広く意見を交わします。今年度は誕生の地である本市で開催！ゆかりの品の展示など、画伯の功績や本市の魅力を広く発信します。ぜひお越しください。

時 9月17日(日) 9:30~12:00
所 青森県立美術館シアター/100人(当日先着順)
☎文化学習活動推進課 (☎017-718-1432)

時間	プログラム
9:00~9:30	開場・受付
9:30~9:40	開会
9:40~10:10	長島小学校児童による発表…棟方志功特別授業の取り組みについて
10:20~10:50	座談会…棟方志功とねぶた
11:00~11:45	パネルディスカッション…文化芸術資源を活用したまちづくりの未来について
11:45~12:00	共同宣言

時 9月16日(土) 7:00~9:00
所 中央卸売市場
☎中央卸売市場管理課 (☎017-738-1101)

- ★水産物・青果・花きの即売、JA直売
- ★マグロの解体&即売(7:10~仲卸売場5か所で開催)
- ★野菜詰め放題にチャレンジ!(8:00~参加料100円※当日先着順100人 7:30~整理券配布)
- ★カットフルーツ(りんご・梨)振る舞い(8:00~数量限定)

今年度の市場開放デーは内容がパワーアップ!新鮮な魚や野菜・果物、花などを販売。ぜひお越しください!

中央卸売市場 開放デー

