

広報



あおもり

8

No.460
August
2024 [令和6年]

AOMORI City News



青森ねぶた祭2023 ねぶた大賞受賞 青森菱友会「牛頭天王」／制作者：竹浪比呂央

▶ CONTENTS 目次

- 2-5** 特集1：2024青森ねぶた祭開幕!!
- 6** 特集2：「青森市総合計画基本構想」を策定
- 7-8** ビジネス情報【Biz NAVI】：がんばり人応援
- 9-11** 子育てひろば：小・中学生の修学旅行費の一部を支給します
- 12-15** 健康・医療ナビ：あomorいウォークトライアル2024
- 16-21** 市からのお知らせ：青函ツインシティ提携35周年記念事業のお知らせ
- 22-27** 暮らしの情報：ふるさとを知る、演じる、考える演劇公演
- 裏表紙** 第36回浪岡北畠夏まつり

青森市
LINE公式
アカウント



青森市
子育て支援アプリ
AOMOTTO
あおもっと
by 母子モ



2024青森ねぶた祭開幕!!

Programs

8月1日(木) 15:00~21:00

前夜祭 会場:青い海公園特設ステージ

- 〈第1部〉15:00~ステージライブ
- 〈第2部〉16:30~開会宣言、バケツ保存会・ミスねぶた紹介
- 〈第3部〉17:10~ねぶた師紹介、囃子コンテスト、フィナーレ

8月2日(金)~3日(土) 19:00~

子どもねぶた・大型ねぶたの運行

8月4日(日)~6日(火) 18:45~

大型ねぶたの運行

8月7日(水)

13:00~

大型ねぶたの運行

18:55~20:45頃

第70回 青森花火大会

ねぶた海上運行 会場:青森港

受賞ねぶたを含む大型ねぶた4台(予定)が青森港を運行し、花火とともにねぶた祭のフィナーレを飾ります。

2~6日までの運行の様子を
ねぶたサイト公式YouTubeで
ライブ配信します。



青森ねぶた祭実行委員会(青森観光コンベンション協会内 ☎017-723-7211)
青森花火大会実行委員会(東奥日報社事業局 ☎017-718-1135/※土・日、祝日を除く9:00~17:00)

AOMORI NEBUTA FESTIVAL

今年のねぶた運行は「2点スタート方式」!

ねぶた運行コース



※2日~6日は大型ねぶたが2か所の出発地点からスタートします。☆1(新町通り・柳町通り交差点)と☆2(国道・柳町通り交差点)から出発し、運行コースを左回りに進行します。
 ※2日・3日は子どもねぶたが☆子(新町通り・八甲通り交差点)から出発し、☆1から出発する大型ねぶたが子どもねぶたの後ろを進行します。
 ※観覧場所によりねぶたの通過時間が異なります。上記運行コースマップに交差点ごとのねぶたの通過予定時間を記載していますのでご参照ください。
 ※8月7日は、☆1(新町通り・柳町通り交差点)から受賞ねぶたが先頭となり順次運行します。
 ※運行の状況によって、ねぶたが交通規制の時間内に運行コースを一周できず、ねぶた全台を見ることができない可能性もありますので、あらかじめご了承ください。

ねぶた運行日程

8月2日(金)~3日(土) 19:00~21:30
 8月4日(日)~6日(火) 18:45~21:30
 8月7日(水) 13:00~15:00

大型ねぶた

団体名	制作者	題名	出陣日						
			2日	3日	4日	5日	6日	7日	
青森市役所ねぶた実行委員会	福士 裕朗	十和田湖伝説 八之太郎と南祖坊	○		○	○	○	○	
プロクレアねぶた実行プロジェクト	野村 昂史	錦織戸隠紅葉狩	○		○	○	○	○	
に組・日本風力開発グループ	北村 隆	朝比奈三郎 鯨鮫を生け捕る		○	○	○	○	○	
JRねぶた実行プロジェクト	竹浪 比呂央	足柄の公時 頼光に随う		○	○	○	○	○	
NTTグループねぶた	北村 春一	逢谷窟伝説	○		○	○	○	○	
日立連合ねぶた委員会	北村 蓮明	河津三郎祐泰「河津掛け」	○		○	○	○	○	
日本通運ねぶた実行委員会	林 広海	怪猫佐賀の夜桜		○	○	○	○	○	
サンロード青森	吉町 勇樹	海の神靈 阿曇磯良		○	○	○	○	○	
あおもり市民ねぶた実行委員会	北村 麻子	鬼子母神	○	○	○	○	○	○	
ねぶた愛好会	諏訪 慎	大海の守護神 天妃様	○	○		○	○	○	
パナソニックねぶた会	北村 蓮明	奥州霸王 独眼竜 伊達政宗	○		○	○	○	○	
マルハニチロ俊武多会	手塚 茂樹	鶴退治	○	○		○	○	○	
県庁ねぶた実行委員会	大白 我鴻	木鹿大王 妖術を使う	○		○	○	○	○	
青森県板金工業組合	北村 春一	黄泉比良坂伝説	○		○	○	○	○	
青森自衛隊ねぶた協賛会	小財 龍玄	北方守護 玄天上帝	○	○	○	○	○	○	
消防第二分団ねぶた会・アサヒビール	内山 龍星	矢の根八幡		○	○	○	○	○	
青森愛友会	竹浪 比呂央	新天地 海峡の先へ	○		○	○	○	○	
東北電力ねぶた愛好会	立田 龍宝	浪漫海峡 義経飛龍	○		○	○	○	○	
私たちのねぶた自主製作実行委員会	相馬寿朗と私たち一同	独眼竜 政宗	○	○	○	○	○	○	
青森市PTA連合会	内山 龍星	龍神と大鯨	○	○		○	○	○	
青森山田学園	塚本 利佳	宮本武蔵と巨鯨		○	○	○	○	○	
ヤマト運輸ねぶた実行委員会	北村 隆	雪の吉野山 激闘		○	○	○	○	○	

大太鼓

株式会社建設 出世大太鼓(株式会社建設)					○	○		
----------------------	--	--	--	--	---	---	--	--

担ぎねぶた

県立青森工業高等学校	工業クラブねぶた研究部	五本松加茂神社縁起 怨霊鎮魂 田村麻呂	○	○				
------------	-------------	---------------------	---	---	--	--	--	--

子どもねぶた

団体名	制作者	題名	2日	3日	4日	5日	6日	7日
青森中央短期大学附属幼稚園	内山 龍星	地震鯨	○	○				
油川幼稚園ねぶた愛好会	立田 龍宝	炭木	○	○				
安田ねぶた会	加賀谷 匠	阿修羅	○					
港町々会ねぶた	長谷川 映司	地震鯨	○	○				
西千刈町こども会	小向 綾	他免鯨音と九頭竜	○	○				
石江江渡下町会	長谷川 映司	朝比奈三郎義秀 鯨鮫を生け捕る	○	○				
浦町地域子供ねぶた会	吉町 勇樹	浦島太郎	○					
桜川団地「轟音桜組」	長谷川 映司	坂田公時		○				

ねぶた祭に参加しよう

ハネトの正装



ハネトの衣装を着ていれば誰でも参加できるねぶた祭。ハネトの衣装は市内各所で販売、レンタル、着付けをしてもらえるところもあります。今まで参加したことがないかたも衣装を着てハネトになろう!

ハネトの衣装の購入・レンタル→



ハネトの参加方法・ルール

○ハネト衣装(正装)を着て、ねぶたの団体が出発する前までにハネト集合場所(新町柳町交差点海手)に集合し、待機しているねぶたの団体にお入りください。運行コース途中からの合流は、ハネトの混雑状況によってはお断りする場合があります。

○運行中の逆戻りはやめましょう。

○参加したねぶたの団体がコースを一周した後は、速やかに解散しましょう。

ハネト衣装の着付け→



あおもりねぶたマルシェ

あおもり産品を使った料理や加工品、一次産品を「知って・食べて・買って」いただくイベント『あおもりねぶたマルシェ』を今年も開催♪

ねぶたを観る前に美味しいものを食べていきませんか?ねぶた祭期間終了後は、あおもり産品のパネル展(8/7(水)~30(金)本庁舎1階ロビー)も実施!

時 8/2(金)~6(火) 17:00~

所 本庁舎北のひろば・屋外ピロティ

問 あおもり産品販売促進協議会(あおもり産品支援課内 ☎0172-26-6102)



ねぶた位置情報サービス

運行中のねぶたの位置情報や各ねぶたの説明を、スマホなどで閲覧できます。

利用可能期間

8月2日(金)~7日(水)

利用方法

青森ねぶた祭オフィシャルサイト、または右記二次元コードからご利用ください。

あのねぶたがどこにいるか知りたい!

青森ねぶた位置情報サービスはこちら



問 青森観光コンベンション協会(☎017-723-7211)

交通規制マップ

祭り期間中は運行コースと周辺の交通規制を行います。

問 青森観光コンベンション協会(☎017-723-7211)

- 臨時バス停
- 車両回り道
- 車両進入禁止
- 路線バス迂回路

ねぶた運行コース

8/2(金)~6(火)
18:00頃~21:40頃

8/7(水)
12:50頃~15:00頃

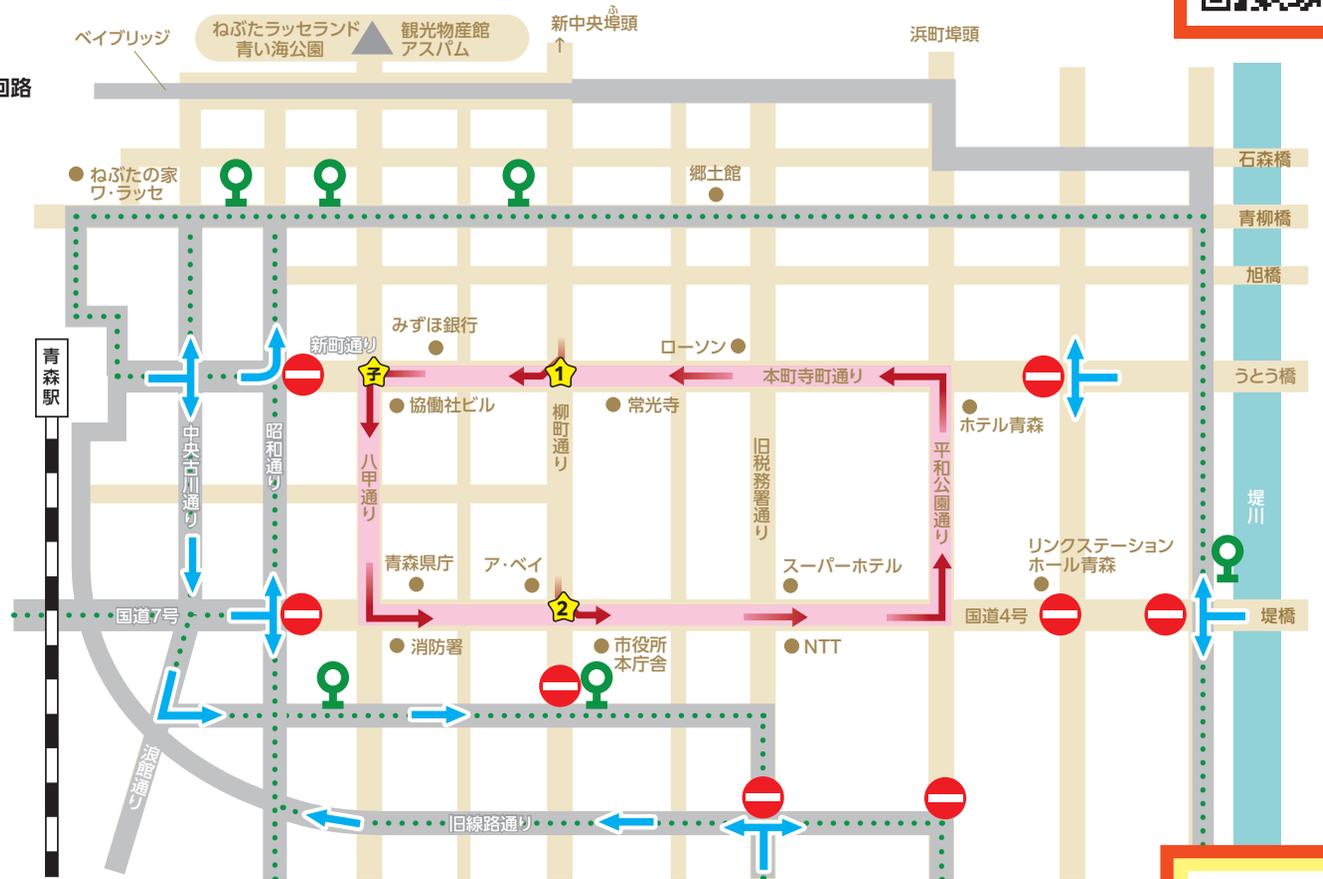
ねぶたラッセランド~コース周辺

8/2(金)~6(火)
18:00頃~22:00頃

8/7(水)
12:00頃~15:30頃

コース周辺~浜町埠頭

8/7(水)
14:00頃~15:00頃



8/7(水)は青森花火大会準備のため、新中央埠頭及び青い海公園の一部で入場が規制されます。詳しくは右記二次元コードをご確認ください→

問 青森花火大会実行委員会(東奥日報社事業局内 ☎017-718-1135)



2024ミスねぶた

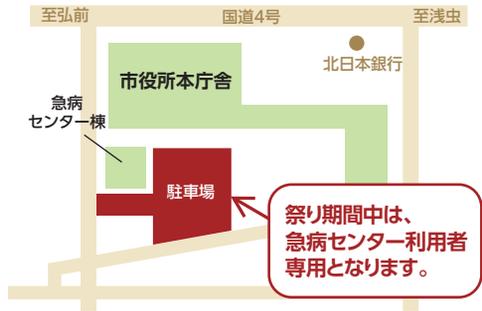
ねぶた祭の運行の先導を務めるほか、1年間、青森市とねぶた祭の魅力をPRしていきます。



ミスねぶたグランプリ 工藤玲奈さん(写真中央)
ミスねぶた秋田有里奈さん(同左) ミスねぶた松村美里さん(同右)

祭り期間中の本庁舎駐車場の利用案内

祭り期間中の8/2(金)~6(火)の17:00以降、本庁舎の一般駐車場は、急病センター利用者専用となります。急病センター以外の市役所窓口へのご用件で一般駐車場を利用するかは、17:00までの出場にご協力ください。



☎ 管財課(☎017-734-5115)

祭り期間中は、急病センター利用者専用となります。

臨時駐車場利用案内

■普通車専用駐車場

◎青森操車場跡地北側(1回1,000円) 8/2(金)~7(水) 11:00~23:00
◎サンロード青森東側(無料) 8/2(金)~7(水) 10:00~22:00

☎ 青森観光コンベンション協会(☎017-723-7211)

サマーキャンプ場

ぜひご利用ください

トイレ・水道・ごみ箱・バイク駐輪場の設備を無料で利用できます(キャンプ場利用者の駐車場はキャンプ場の道路を挟んで東側)。



時 8/1(木)~8(木)
所 新田浄化センター敷地内
備 8/8(木)に閉鎖します。
☎ 観光課(☎017-734-5179)

詳しい情報は、青森ねぶた祭公式HPでご覧になれます!

青森ねぶた祭公式ホームページはこちら



- ねぶた運行コース
- 各団体のねぶた運行日程
- 青森市内迂回路・臨時駐車場
- ハネトの衣装の購入・レンタル
- ハネト衣装の着付け
- サマーキャンプ場の案内
- ねぶた海上運行・花火大会

市営バスの臨時バス運行、迂回運行

青森ねぶた祭・花火大会期間中の交通規制に伴い、臨時便運行や迂回運行・臨時バス停の設置を行います。詳しくは、東西各営業所、青森駅前・NTT青森支店前発売所、本庁舎・駅前庁舎、各市民センターなどに備付けの案内チラシ、または交通部ホームページでご確認ください。



☎ 東部営業所(☎017-726-5443)、西部営業所(☎017-788-2326)

交通部 HP



臨時列車のお問合せ

浅虫温泉花火大会や青森ねぶた祭などの開催に伴い、臨時列車が運行されます。

JR東日本ニュース 青い森鉄道HP



☎ JR東日本お問い合わせセンター(☎050-2016-1600/6:00~24:00)
☎ 青い森鉄道(☎017-752-0330/9:00~17:30 土・日、祝日は除く)

青森ねぶた誌増補版発売中!(ねぶた囃子DVD付)

青森ねぶた祭を総合的に紹介しています。

☎ 観光課(☎017-734-5179)



ねぶたの歴史が分かる一冊

市HP



迷惑行為は罰せられます

駅・公園・道路などの場において多数でうろついたり、たむろしながら他人に対し「言い掛かりをつける」「すごむ」など、不安を覚えさせるような言動は罰せられます。(罰則:10万円以下の罰金または拘留若しくは科料)

☎ 青森警察署地域課(☎017-723-0110)



みんなでクリーンなねぶた祭にしよう! / ごみの持ち帰りにご協力ください

ねぶた祭の会場には十分なごみ捨て場は設置していません。発生したごみはポイ捨てしたり、地域のごみ集積所に出したりせず、必ず各自の責任で持ち帰るようご協力をお願いします。

NEBUTA topics

2024青森ねぶた祭写真コンテスト



2023推薦「祝いの舞」馬淵雅之さん(青森市)

2024青森ねぶた祭に関する写真を募集。入賞作品は、ねぶたの家ワ・ラッセに展示するほか、PRに使用します。



【応募締切】8/26(月)必着

☎ 青森観光コンベンション協会(☎017-723-7211)

第14回 全国小・中学生ねぶた下絵コンクール



子どもたちの「こんなねぶたを見たい、創りたい」を応援するため、全国の小・中学生より作品を募集し、小学生の部と中学生の部でそれぞれ最優秀に選ばれた作品は、現役ねぶた師監修のもと中型ねぶたとミニねぶたに仕立て、ねぶたの家ワ・ラッセ館内に展示します。

【応募期間】8/19(月)~11/17(日)

☎ ねぶたの家ワ・ラッセ(☎017-752-1311)

第49回 ねぶた祭・北畠まつりこどもの絵画コンクール



子どもたちが郷土の伝統文化に親しみ、祭りに対する理解を深めることを目的に、「青森ねぶた祭」や「浪岡北畠まつり」を題材とした作品を募集。優秀作品は中央市民センターなどに展示します。

【募集対象】市内在住の小学生

【受付期間】8/26(月)~9/2(月) ※在学する学校を通じて提出

☎ 中央市民センター(☎017-734-0164)



未来へつなぐ 青森ねぶた祭

青森ねぶたは青森市が誇る、世界に通じる文化。そのねぶたを、未来へ、次世代の子どもたちへ、力強くつなげていきたい！そんな熱い思いで活動している市内の団体があり、人々がいます。

大型ねぶたの継続

子どもたちの選択は「継続」…市P連、大人は盛り上げ むなかたたいけひろ 青森市PTA連合会会長 棟方丈博さん

昨夏「児童参加が500人未満なら撤退」と背水の陣を敷いた青森市PTA連合会。現役・OB・OGが一丸となって運営に取り組み、初日から505人と目標を達成、期間中の延べ人数は1241人と目標の2倍になりました。撤退の危機を乗り越え、運行継続に向けて動き出した市P連に、子どもたちへの思いを伺いました。



市内全域から子どもたちが集まり、さあ出陣だ！

新型コロナの影響で3年間参加を辞退していたことから、昨年は運行経験者が大人も子どももほとんどいなくなってしまった状態での出陣となりましたが、多くの皆さんの助けによって無事に終えることができました。

人口減少で児童数も減る中、様々な場面で「やめる」という動きが出てきています。しかし、ねぶたを残すか、なく



子どもも大人も笑顔で、はやしを奏でます

すかーという問いかけに対し、子どもたちは残すことを選びました。私たち大人はそれを全力で盛り上げる立場です。

今年は子どもたちの思いを形にしようと、大型ねぶたの原画と題材を市内の小中学生から募りました。能登半島地震被災地への思いが込められた「龍神と大鯰」で出陣します。



「ラッセラー」と元気な声を響かせました

地域ねぶたの存続

今年3月に設立された青森市地域ねぶた振興協議会。有志と青森公立大などが協力して、地域ねぶたを未来に残すための取り組みを行っています。高田、幸畑、横内、荒川の4地域が連携して支援態勢のモデルケースを模索していくほか、青森市が所有する小型ねぶたの貸し出しも実現。地域ねぶたに照準を合わせた理由などをお話いただきました。

困っている地域に支援を…運行マニュアル作成へ

ごとう こうじ 青森市地域ねぶた振興協議会会長 後藤公司さん

地域によってねぶた運行の課題は様々です。当会は、スタッフ不足やねぶた本体の調達など、困りごとの相談窓口となって、それぞれに応じた支援を行います。

青森ねぶた祭の基礎は地域ねぶただと考えています。つまり、地域ねぶたを再興することで、ねぶた祭も文化として更に強く残っていくと思います。しかし、大人の力だけでは残せ

ません。子どもたちに関わってもらうかということは、地域ねぶたの存続を考える上での重要なテーマです。

今夏はねぶた運行の情報を集め、それを分析して運行マニュアルを作ります。いつか未来の若者が「ねぶたを復活させたい」と思ったときに役に立てばと、今から動いているところです。



青森市が貸し出す予定のねぶたを見



今夏運行した青森市高田地区の地域ねぶた荒川、横内、幸畑地区の有志も参加しました

ねぶた師デビュー

ねぶた修業約30年、待望の出陣！ こさい りゅうげん 小財 龍玄さん

青森市出身の44歳、高校2年でねぶた師・内山龍星さんに弟子入り。2024年、青森自衛隊ねぶた協賛会のねぶたを制作するねぶた師・小財龍玄として初陣を飾ります。龍玄の雅号は、師匠から「龍」の字を、また、自身が陸上自衛隊青森駐屯地の隊員であるため北の守り神・玄武から「玄」の字をいただきました。

先輩ねぶた師の胸を借りるつもりで制作に取り組んできました。題材は「北方守護 玄天上帝」。観光客の皆さんに喜んでいただければうれしいです。ねぶたは世界的に有名な、なくてはならない青森の文化。ねぶた師を目指す子どもたちももっと増えてくれたらと願っています。



「青森市総合計画 基本構想」を策定

本市が直面する「人口減少」などの課題克服に向け、市民の皆さんからの意見を反映しながら、まちづくりの大きな方向性を示すものとして、青森市総合計画 **基本構想** (2024年度～2033年度)を策定しました。

企画調整課(☎017-734-5168)



10年後の目指すべき将来都市像 「みんなで**未来**を育てるまちに」

4つの基本視点 **「若者」「魅力」「誇り」「スマートオープンシティ※1」** に立ってまちづくりを推進!



将来都市像の実現に向けた取組を推進するため、
3つの分野の方向性を定めました。

1 仕事をつくる

豊かで活気ある暮らしを創ります。

施策の方向性

●若者などの起業創業支援、企業のGX※2の推進

などにより、経済活性化と市民所得の向上を図ります。

- 経営基盤の強化と雇用創出
- 企業のDX※3支援
- 市農水産物のブランド力向上
- 立体観光の推進
- 民間力を活かした公民連携



2 人をまもり・そだてる

健康でやさしい暮らしを創ります。

施策の方向性

●子育て先進都市 青森市

の実現に向け、子どもの医療費や保育料など、子育てに係る経済的負担の軽減などの支援の充実を図ります。



- ふるさとに対する誇りと愛情の醸成
- 文化、スポーツに親しむ機会の充実
- 健康づくり、医療体制の推進
- 高齢者や障がい者が安心して暮らせる環境づくり
- 女性活躍の機運醸成と支援
- 安全安心な市民生活、地域社会の確保

3 まちをデザインする

安全で快適な暮らしを創ります。

施策の方向性

●コンパクトなまちづくりと公共交通との連携による持続可能な都市づくりを加速していきます。

- 災害防止、雪対策の充実
- 都市景観、居住環境の充実
- デジタル技術を活用した公共交通
- 自然環境の保全、生活環境の確保
- 脱炭素、循環型社会の実現



政策を実現するために

各施策を推進するため、
右記の基本的な姿勢に立って >>>
政策を実現していきます。

●DX先進都市 青森市の実現に向け、デジタル技術や外部人材などを活用し、地域課題の解決や新たな価値を創出するスマートシティをはじめとするDXを推進します。

- 人材確保、育成と職場環境の整備
- 積極的な情報発信
- SDGsの理念を踏まえた施策展開

※1 ICTなどの新技術を積極的に活用し、様々な問題に対する解決策を提供して、まちの持続可能性を高めるとともに、多様な価値観や考え方を持つ人や情報が行き交うことで新たな価値を創出し、より快適で豊かな市民生活の実現が図られる開かれたまち。

※2 グリーン・トランスフォーメーションの略。化石燃料をできるだけ使わず、クリーンなエネルギーを活用していくための変革やその実現に向けた活動。

※3 デジタル・トランスフォーメーションの略。デジタル技術を社会に浸透させて生活をより良いものへと変革すること。

「市民力+民間力 AOMORI 次なる舞台へ」

時代を取り巻く大きな社会情勢の変化に的確に対応しつつ、誰もがこれまで以上に日々の幸せを感じ、誇りを持ち、未来を考えられるまちをつくるため、10年後の将来都市像を「みんなで

未来を育てるまちに」と決めました。

市民一人ひとりの力と企業や団体の民間の力を掛け合わせることで新たな力を生み、本市の新しい未来を一緒に切り開きます。



青森市長 西秀記



がんばり人応援

健康、福祉、環境、教育、文化、スポーツ、防犯、防災、子育て、国際交流など、様々な分野で社会貢献的な活動をしている市民の方々を紹介します。

AomoLIVE 様々な分野の本市の第一人者をゲストに招き、市内大学生とトークする30分特別番組!

【放送局】青森ケーブルテレビ 市民チャンネル
 【放送日】毎月最終土曜日 20:00~20:30
 【再放送】翌日~土曜日の7:00~、13:00~、21:30~

市公式YouTubeでも配信 →



観光客にねぶた紹介し20年余

隊員たちで今後も切磋琢磨していく

いまむら たかし

今村 孝さん (青森ねぶたラッセランドガイド隊 隊長)

青森市のラッセランドで観光案内を担う「青森ねぶたラッセランドガイド隊」の隊長。85歳の現在まで20年余のガイド経験を生かし、タブレット端末も使って案内したり、仲間に助言したりしています。「**お客さんの目を見て、どんな話をよく聞いてくれているか知るのが大事。写真撮影に興味がある人にはまず撮影ポイントなどを伝えると喜び、ついでに歴史の話も聞いてくれます。**」臨機応変に話す内容を変えるそうです。

同市出身で、大手電機メーカー「東芝」グループの元社員でした。東北各地や関西に勤務する中、**仕事以外にも視野を広げようと40代で**

乗馬やスキューバダイビングに挑戦。50代で赴任した故郷に定年退職後も住み、白神山地・暗門の滝のネイチャーガイドも務めました。

ねぶたとは、会社員時代、「に組・東芝」のねぶたに跳入やちようちん持ちで参加していた縁があります。2002年、ねぶたガイド隊が発足すると知り、持ち前のチャレンジ精神で隊員に応募しました。「**青森ねぶたは全国の祭りでも知名度ナンバーワン。それを常に頭に入れ、隊員が切磋琢磨してガイドをしていきたいです。**」

今年のガイドは20代~90代の25人。7月1日から8月6日まで活動しています。

AomoLIVE
7/27(土)の
ゲスト

Biz
NAVI

ビジネス情報

事業・就職・福祉・文化・その他

青森市職員採用試験案内

令和7年4月1日付け(一部令和6年10月1日付け)採用予定の青森市職員の採用試験を次のとおり実施します。詳しくは、受験案内をご確認ください。

受験案内・受験申込書は8/16(金)から、人事課、市役所各庁舎、各支所・市民センターなどで配布するほか、市ホームページに掲載します。

問 人事課(☎017-734-5093)



◆採用職種・受験資格

【高等学校卒業程度】

- ・事務職(障がい者含む)、電気職、機械職、建築職、消防職など
- ・平成15年4月2日~平成19年4月1日生まれのかた

【企業等職務経験者】

- ・電気職、機械職、建築職、情報職(任期付)など

【医療職等】

- ・獣医師、薬剤師、臨床検査技師、看護師(専任教員含む)、事務(診療情報管理士、公認心理師・臨床心理士)など(令和6年度に実施される国家資格などの合格見込者を含む)

◆受付期間 8/16(金)~9/13(金)

◆試験日 9/29(日)

◆試験会場 青森公立大学

市公式YouTubeで、
お仕事紹介動画を
公開中!



令和6年度採用職員

自衛官など募集

募集種目	防衛大学校		
	推薦	総合選抜	一般
応募資格	高卒者(見込み含む) 21歳未満かつ高等学校長の推薦が必要	高卒者(見込み含む)21歳未満	
受付期間	9/5(木)~9(月)		10/17(木)まで
試験日	9/21(土)・22(日)	9/21(土)	11/2(土)
試験会場	受付時にお知らせ		

問 自衛隊青森地方協力本部青森募集案内所(☎017-783-2995)

放課後児童支援員を募集

保護者が日中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、遊びや生活の支援を行う「放課後児童支援員」及び「代用支援員※」を募集しています。

※代用支援員…放課後児童支援員の休暇時に代替として勤務(土曜日、長期休業日(春・夏・冬休み)のみの勤務可)

時 月~金曜日 13:00~18:30(学校行事のため13:00前に開設する場合あり)

土曜日 8:00~18:00(早番・遅番あり)

長期休業日(春・夏・冬休み)の月~金曜日 8:00~18:30

対 保育士、社会福祉士、幼稚園・小・中・高校教諭などの資格・免許をお持ちのかた
その他応募資格はお問合せください。

備 時給1,080円(任用形態により期末・勤勉手当あり)

申 問 子育て支援課(☎017-734-5348)へ

第1回 障がい者雇用促進セミナー

現在、民間企業における障がい者の法定雇用率は2.5%で、対象となる事業主の範囲は、従業員40人以上ですが、段階的な法定雇用率の引き上げ、対象となる事業主の拡大が予定されています。市では企業の障がい者雇用を支援するためのセミナーを開催します。企業の多様な人材確保に役立つ内容となっていますので、ぜひご参加ください。

第一部 ①特別支援学校における就職に向けた取組や職業能力について
(青森県教育庁学校教育課)

②障がいの種類と特性・配慮のしかたについて
(青森障害者職業センター)

第二部 障がい者雇用にかかる各種支援制度について(ハローワーク青森)

時 8/20(火) 14:00~16:00 所 青森商工会議所 7階研修室

対 障がい者の雇用や実習の受入れに関心のある企業のかた 人 30人(申込順)

申 問 8/16(金)までに、経済政策課(☎017-734-2402、

☎keizai-seisaku@city.aomori.aomori.jp)へ

令和6年度 障害者就職面接会

障がい者雇用の促進を図ることを目的として、企業と障がい者との出会いの場である就職面接会を開催します。

時 9/9(月) 13:00~15:30(12:30~受付) 所 ホテル青森 3階孔雀の間

対 障害者手帳をお持ちで仕事を探しているかた 備 参加企業20社(予定)

申 問 8/26(月)までに、

ハローワーク青森 専門援助部門(☎017-776-1561[43#])へ

あおもり若者定着奨学金返還支援制度 ～サポート企業・就職予定者の登録受付中～

大学などを卒業した若者が、6年間青森県内に住み、サポート企業で働き続けたとき、奨学金の返還を青森県と企業などで支援する制度です。

就職予定者・企業ともに事前登録が必要です。



あおもり奨学金
サポートサイト

●支援額(企業・県が1/2ずつ負担) ※認定時の返還残額の1/2が上限

学校区分	1人当たり支援上限額(企業が設定)
大学など	150万円、100万円、60万円のいずれか
短大など	75万円、50万円、30万円のいずれか

●対象企業など(サポート企業)

- ・県内企業または勤務地を県内に限定した採用を行う県外企業(法人、団体、個人事業主)で、本制度に登録している企業など

●支援対象者

- ・大学・短大などの卒業生で、就職時35歳未満のかた(出身地不問)
- ・「日本学生支援機構」、「青森県育英奨学会」の奨学金利用者
- ・青森県内で正規雇用されていないかた
※県外に住んでいるかたが、年度中途に就職する場合も対象

☎青森県若者定着還流促進課(☎017-734-9174)

職場での化学物質対策

労働安全衛生法関係法令の改正により、令和6年4月から職場での化学物質規制が大きく見直しとなっています。詳しくは、労働安全衛生総合研究所ホームページをご覧ください。



☎事業者のための化学物質管理無料相談窓口(☎050-5577-4862)

“いま”の求職者の仕事探しに合わせた 採用ノウハウセミナー

地元企業の人材確保に向けた、最新の採用手法などに関するセミナーです。

- ・採用へのIT活用初歩
- ・無料の採用管理システムを活用したホームページ立ち上げ
- ・効果的な求人票の書き方 など(予定)



時 8/27(火) 14:00～16:00 所 AOMORI STARTUP CENTER

対 最新の採用手法などに関心のある企業のかた 備 オンライン参加も可能

申 8/26(月)までに二次元コード、または

青森雇用対策協議会事務局(☎017-734-1311)へ

プチ起業塾2024

プチ起業を目指し、カタチにするために必要な考えやスキルを学ぶ講座です。あなたらしい起業に向けて、その一歩を踏み出しましょう。

時 8/30(金) ①自分の強みを再発見!

②起業女性トーク～私のSTORY～(公開講座)

③創業ノートの活用

9/6(金) ④起業する人必見!帳簿のつけ方や申告について学ぼう

⑤すぐに使えるInstagram実践編

⑥〇年後の私(参加者同士の情報交換)

各日10:00～16:00

所 男女共同参画プラザ「カダール」研修室

人 女性20人(6回参加可能なかた・初めて参加するかた優先)

※②はどなたでも参加可能

申 事前に、氏名・電話番号・年代を、

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メールの場合は件名に「プチ起業塾」と記入

一介護現場っておもしろい 「ふくしを学ぼう!体験講習会」

「介護現場で役立つ介護技術の基本～尊厳を守る排泄ケアを学ぼう～」

時 8/30(金) 13:30～15:00 所 県民福祉プラザ3階 多目的室3B

内 講習会と就職に関する個別相談会 対 介護現場に未就労のかたなど 人 20人

申 3日前までに、青森県社会福祉協議会福祉人材センター(☎017-777-0012)へ

ひとり親家庭などのための就業支援講習会

就業につながりやすい資格や技術習得のための講習会を開催します。

①パソコン個別指導講習会

時 10/3(木)～12/6(金) 時間は講師と受講生で調整(全20時間程度)

②簿記講習会

時 9/27(金)～R7.1/17(金) 18:30～20:30(全60時間程度)

③調剤薬局事務講習会

時 9/10(火)～10/15(火) 18:30～20:30(全20時間程度)

所 青森ビジネス専門学校

対 市内に住所を有するひとり親家庭などの母または父、60歳以下の寡婦(かつて母子家庭の母で、子の成人後も婚姻していないかた)

人 ①7人 ②10人 ③10人(応募者多数の場合は選考)

料 無料(テキスト代と検定費用のみ自己負担) 備 託児あり(要予約)

申 8/1(木)～30(金)に、子育て支援課(☎017-734-5334)へ

生産性向上支援訓練 受講者募集

①DX(デジタルトランスフォーメーション)の推進

時 9/19(木) 9:30～16:30 料 3,300円 備 申込締切8/30(金)

②相手に伝わるプレゼン資料作成(初級クラス)

時 9/27(金) 9:30～16:30 料 2,200円 備 申込締切9/6(金)

③ピボットテーブルを活用したデータ分析(中級クラス)

時 10/18(金) 9:30～16:30 料 2,200円 備 申込締切9/27(金)

所 ポリテクセンター青森

対 事業主から受講指示を受けた在職者のかた 人 各回15人

申 各申込締切までに、申込書(ホームページ掲載)を、
ポリテクセンター青森(☎017-777-1187)へ

問 ポリテクセンター青森(☎017-777-1186)



青森高等技術専門学校 令和6年度職業訓練生募集

再就職を支援するため、離職者など向け職業訓練(ハロートレーニング)を実施しています。再就職へ向けた職業能力の向上にお役立てください。



簿記・経理基礎科2

時 10/15(火)～R7.1/14(火)

対 公共職業安定所の受講指示、受講推薦または支援指示を受けたかた

人 20人

申 8/26(月)～9/26(木)に、

ハローワーク青森(☎017-776-1561 [42#])へ



委託訓練HP



求職者支援訓練 受講者募集

求職者支援制度は、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の国の制度です。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。

料 無料(テキスト代などは自己負担)

申 各申込締切までに、

ハローワーク青森(☎017-776-1561 [42#])へ



JEED HP

①ICTの基本から学ぶWeb制作スキル習得科(eラーニングA)

時 9/5(木)～R7.3/4(火) 所 STUDIO-A 人 13人 備 申込締切8/9(金)

②Webプログラミングデザイン科(短時間)

時 9/12(木)～12/11(水) 9:10～13:50 所 青森ビジネス専門学校

人 10人 備 申込締切8/20(火)

③9月開講Webデザイン制作科(短時間)

時 9/13(金)～R7.3/12(水) 10:10～16:50

所 キャリアスクール・ソフトキャンパス青森校

人 11人 備 申込締切8/20(火)



子育てひろば

open space for childcare

令和6年10月から 児童手当の制度が変わります

●主な改正点

改正内容	改正前	改正後
支給対象	中学校修了前までの児童 (15歳到達後の最初の年度末まで)を養育しているかた	高校生年代までの児童 (18歳到達後の最初の年度末まで)を養育しているかた
所得制限	所得制限あり	所得制限なし
手当月額	<ul style="list-style-type: none"> 3歳未満 一律:15,000円 3歳~小学校修了まで 第1子・第2子:10,000円 第3子以降:15,000円 中学生 一律:10,000円 所得制限限度額以上 所得上限限度額未満 (特例給付) 一律:5,000円 所得上限限度額以上:支給なし 	<ul style="list-style-type: none"> 3歳未満 第1子・第2子:15,000円 第3子以降:30,000円 3歳~高校生年代 第1子・第2子:10,000円 第3子以降:30,000円
支給月	2月、6月、10月(年3回)	偶数月(年6回)
第3子以降(多子加算)のカウント方法	18歳到達後の最初の年度末までの児童をカウント	18歳到達後の最初の年度末までの児童に加え、 児童手当受給者に経済的な負担などがある18歳年度末以降~22歳年度末までの子 をカウント

●今回の改正で、手続きが必要なかた

受給資格者(生計の中心者)が青森市外に住民登録している場合には、お住まいの市区町村での手続きとなります。受給資格者が公務員の場合は勤務先にご確認ください。

手続きが必要なかた	必要な手続き
① 中学生以下の児童を養育しておらず、高校生年代の児童を養育しているかた	「認定請求書」の提出 ※必要な添付書類は市ホームページでご確認ください。
② 所得上限限度額超過で児童手当(特例給付)の支給対象外のかた	
③ 児童手当を受給中のかたのうち、高校生年代の児童が就職などの理由により別居し(その後に同居した場合も含む)、当該児童を監護していないと市に届け出たかたで、現在は父母などが監護し、生計を同一にしているかた	「額改定請求書」の提出 ※必要な添付書類は市ホームページでご確認ください。
④ 多子加算の算定対象となる18歳年度末以降22歳年度末までの子を含めた児童の合計人数が3人以上のかた 新たに児童手当を申請するかただけでなく、 現在、児童手当を受給しているかたも上記に該当する場合は手続きが必要です。	「監護相当・生計費の負担についての確認書」の提出 ※別途、経済的な負担などがあることが確認できる書類を求めています。

●令和6年7月31日現在で市の公簿で制度改正後の支給要件を満たすことが確認できるかた(現受給者は令和6年6月末までに認定請求済のかた)全て(公務員を除く)に、9月頃に制度改正についての案内文を送付します。

●手続き受付期間・場所

- 【期間】 9/2(月)~10/31(木) 8:30~18:00※土・日、祝日を除く
上記期間を過ぎた場合でも令和6年10月に遡って手当が支給されますが、支給月は通常より遅れることとなります。
(手続きの最終期限:R7.3/31(月))
- 【場所】 駅前庁舎 3階 会議室(特設窓口)、
浪岡庁舎 1階 浪岡振興部健康福祉課、郵送でも受け付けます。

手続きに必要な書類は市ホームページからダウンロードできます(9月頃掲載予定)。手続き方法の詳細もご覧になれます。

青森市 児童手当 拡充 検索



☎子育て支援課(☎017-734-5334)

新制度

小・中学生の修学旅行費の一部を支給します

修学旅行に直接必要な交通費、宿泊費、見学科、保護者が均一に負担する経費の一部を支給します。

- 内 小学生1人につき3万5千円、中学生1人につき6万6千円を上限として、保護者の指定する口座へ振り込みます。
- 対 令和6年度に青森市立小・中学校の修学旅行に参加した児童生徒の保護者 ※就学援助など他の制度により修学旅行費の支給を受けるかたは対象外
- 申 申請書類などは学校を通じて配布します。
- 問 学務課(☎017-718-1414)



新制度

子ども医療費助成

子どもが医療機関などを受診した際の保険診療に係る医療費自己負担分を助成しています。10月1日(火)の診療分から、対象者を現行の中学3年生から高校生などまでに拡大し、所得制限を撤廃します。

令和6年7月1日時点で、本市に住所があり、子ども医療費助成またはひとり親家庭等医療費助成などを受給していない子どもの保護者に、8月上旬頃に申請書などを送付しますので、必要事項を記入の上ご返送ください。

なお、令和6年7月2日以降に転入したかたは、国保医療年金課までお問合せください。

- 問 国保医療年金課(☎017-734-5345)
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1153)

令和6年度低所得者の子育て世帯への加算(こども加算)を支給

●支給対象者

基準日(令和6年6月3日)に本市に住民登録があり、18歳以下の児童が同一世帯に属する、下記に該当する世帯の世帯主

- ※対象児童のみの単身世帯は支給対象外
- ・「令和6年度物価高騰対応重点支援給付金(1世帯当たり10万円)」を受給した世帯(令和6年度住民税において新たに非課税または均等割のみ課税となった世帯)
- ※詳しくは、本紙7月号「市からのお知らせ」をご覧ください。

●支給額 対象児童1人当たり5万円

●申請期限 10/31(木)(当日消印有効)

●申請手続の方法など

原則、**手続不要**

※令和6年6月4日から9月30日までに生まれた新生児や、別世帯だが扶養している児童(単身で寮で生活している児童など)も対象となりますが、別途申請が必要です。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

●支給時期

8月下旬以降順次

- 問 子育て支援課(☎017-718-2195)



児童扶養手当「現況届」の提出をお忘れなく

児童扶養手当を受給しているかたが引き続き手当を受給するためには、「現況届」の提出が必要です。

対象となるかたにお知らせと関係書類を発送しますので、原則、本人が期間内に必ず提出してください。現在、全部支給停止のかた(個別に提出書類があるかたを除く)は、郵送での受付も可能です。

提出がない場合、手当の支給が差し止めとなりますので、ご注意ください。

時 8/1(木)~30(金) 8:30~19:00 ※土・日、祝日を除く

所 駅前庁舎3階会議室、浪岡庁舎1階 浪岡振興部健康福祉課

※17:45~19:00は駅前庁舎2階子育て支援課で受付

問 子育て支援課(☎017-734-5334)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1113)

イベント・講座

君の“なりたい”を応援するプロジェクト **要予約**

理工系の世界を知り、面白さを共有することで、自分の進路についての選択肢を広げましょう!

講師:玉城絵美さん(H2L株式会社CEO、琉球大学工学部教授、東京大学大学院工学系研究科教授)

時 8/19(月) 13:30~16:00 所 男女共同参画プラザ「カダール」研修室

対 小~大学生、興味・関心のあるかた 人 80人

申問 事前に、氏名・年齢・電話番号を、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メールの場合は件名に「8/19講座」と記入

親子でつくろう! 世界でたったひとつのおしゃれバッグとタオルでくまちゃん! **要予約**

「フェルトで縫わずに結んでつくるおしゃれバッグ」「タオルでつくるくまちゃん人形」「空き箱でつくる簡単おもちゃ」をガールスカウトのリーダーさんが教えてくれます。

時 8/17(土) 10:00~12:00 所 男女共同参画プラザ「カダール」研修室

対 小学生と保護者 人 10組 料 300円

申問 事前に、氏名・電話番号を、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メールの場合は件名に「親子でバッグ」と記入

日本財団海と日本プロジェクト **要予約** 海風を捕まえろ! 風車キットワークショップ in 青森

海に建てる風車キットを組み立てて、風の力を体験しよう!

時 ①8/17(土)・18(日) ②9/14(土)・15(日) 各日 13:00~16:00

所 八甲田丸(集合場所)、あおもり駅前ビーチ

対 小学4年~中学生(小学生は保護者同伴)

人 各日10組(申込順) 備 着替え、水着など持参

申問 ①8/12(月)②9/8(日)までに、NPO法人青森風力エネルギー促進協議会 イベント担当(☎070-9103-0828、📧staffs@awepc.jp)へ



夏休みの自由研究に最適!! **要予約**

リンゴの搾りかすが、レザーになるまでを学ぼう

フードロス問題にスポットを当て、リンゴジュースの加工から出る搾りかすを原料の一部に使用した「青森りんご配合のヴィーガンレザー」ができるまでを学びます。



時 8/17(土) 10:00~11:30(9:30~受付) 所 アピオあおもり 保健指導室

対 小学生(保護者の参加可) 人 30人

申問 8/14(水)までに、二次元コードまたはNPO法人子育て応援隊ココネットあおもり(☎080-2809-1766)へ



マタニティ講座 **要予約**

①シミュレーション講座

知っておきたい早産予防の重要ポイント、妊婦さんってこんな感じ(妊婦擬似体験)、もしもに備えて赤ちゃんの応急手当[講師/消防職員]など

②お口のケアと食育講座

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(授乳姿勢の体験)など

③沐浴サロン講座

ママの心のサポートのお話、沐浴体験~赤ちゃんはお風呂が大好き~など

時 ①8/17(土) 10:00~12:00(9:30~9:50受付)
②8/21(水) 13:30~15:30(13:00~13:20受付)
③9/4(水) 10:00~12:00(9:30~9:50受付)

所 あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)
対 本市に住民票がある妊婦とご家族 人 16組(申込順)

備 母子健康手帳、筆記用具持参

①はストレッチを行うため、動きやすい服装でお越しください。

申 ①②8/13(火)~16(金)、③8/26(月)~30(金)に、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984)へ



オンラインマタニティ講座もあります

時 8/28(水) 10:00~12:00

詳細はこちら→



県産食材で親子クッキング **要予約**

講師:喬俊和さん(中国料理小青島 代表)

時 8/18(日) 10:00~13:00

所 アピオあおもり調理室

内 焼餃子、五目炒飯、トマトとレタスのスープ

対 中学生以下の子どもと保護者 料 1人800円

備 エプロン、作業しやすい靴、タッパー持参

申問 8/13(火)までに、青森県調理師会事務局(☎017-739-7337、📠017-739-1800)へ



2024ねんなつやすみ あおもりプレーパーク

たくさんの材料の中から、自分が好きなように工作したり、ダンボールでお家を立ててその中でゆったり過ごしたり、自由に過ごせる遊び場です。

時 8/1(木)・4(日)・8(木) 各日 10:00~15:00 ※雨天中止

所 合浦公園 八百善前広場

問 RingRing(川名☎080-5227-1887)

市民センターのおはなし会【主催:青森市読書団体連絡会】



東部市民センター
8/4(日)
11:00~11:30
2階 和室(大)

油川市民センター
8/17(土)
10:30~11:30
3階 創作活動室

横内市民センター
8/24(土)
10:30~11:00
1階 和室(小)

大野市民センター
8/25(日)
10:30~11:00
1階 和室(小)

戸山市民センター
8/25(日)
11:00~11:30
1階 和室(小)

古川市民センター
8/27(火)
10:30~11:00
1階 和風学習室(A)

対 3歳~小学3年生と保護者
古川市民センターのみ
未就学児と保護者
問 市民図書館
(☎017-776-2455)

ファミリー講座 うとう塾・きらきら塾 **要予約**

✳ うとう塾「親子の関わり方」

発達障がいを持つ子どもとの関わりに悩みを持つ保護者が多いことから、ワークを取り入れて「親子の関わり」を考える機会とします。

講師:町田徳子さん(青森県発達障がい者支援センター「ステップ」所長)

時 8/29(木) 10:00~12:00 所 荒川市民センター 会議室A

対 発達に心配のあるお子さんの保護者や関心のあるかた
小・中学生の保護者、子育てに関心のあるかた

✳ きらきら塾「Let'sふれあい育児!親子でスキンシップ」

「ふれあい育児」の大切さを学び、マッサージやふれあい遊びを体験し、子育てに活用します。

講師:さわのまきさん(ベビー&キッズマッサージインストラクター)

時 8/28(水) 10:00~12:00 所 浪岡総合保健福祉センター

対 0~3歳の子どもの親

人 30人

申問 1週間前までに、申込フォームまたは青森市子育てサポートセンター(☎017-774-6537/火曜日10:00~13:00または留守電受付)へ



申込フォーム

今月のプラネタリウム投影スケジュール

★ 星空の時間(約50分) 「宇宙を見つめて」

時 毎週土曜日
①11:00~ ②13:30~
毎週日曜日・祝日(18日を除く)
13:30~

★ プラネくと星空さんぽ 絵話「オルフェウスのものがたり」(幼児向け/約40分)

時 毎週日曜日・祝日(18日を除く) 11:00~

所 中央市民センター 5階
料 160円(障害者手帳提示80円/中学生以下無料)
問 中央市民センター(☎017-734-0164)

あおもり親子はぐくみプラザ「プレイルーム」

親子(就学前)で楽しく過ごせる場です。妊婦さん
も利用できます。予約不要です。

【開設時間】8:30～18:00(土・日、祝日も開館)

☎あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)
(☎017-718-2975)



つどいの広場「さんぽぽ」

親子(概ね3歳まで)で楽しく過ごせる場です。

【開設時間】9:00～18:00(土・日、祝日は17:00まで)
(年末年始を除く)

☎つどいの広場「さんぽぽ」(駅前庁舎2階)
(☎017-721-4005)

楽しかったね



子育て講座 予約不要で参加できます。

季節の講座

時 8/2(金) 10:30～11:30
内 親子でねぶたごっこ
対 0歳～就学前の子どもと保護者

よちよち広場

時 8/10(土) 10:30～11:30
内 ふれあい遊びや保護者同士の交流
対 0～1歳児の子どもと保護者

あつまれ!わんぱくっこたち

時 8/16(金) 10:30～11:30
内 親子で運動遊びとふれあい遊び
対 1歳6か月～概ね3歳の子どもと保護者

おはなし広場

時 8/22(木) 10:30～11:30
内 絵本や紙芝居の読み聞かせ
対 0歳～就学前の子どもと保護者

パパと遊ぼう

時 8/25(日) 10:30～11:30
内 ふれあい遊びやパパ同士の交流
対 0歳～就学前の子どもと保護者



子育て講座 予約不要で参加できます。 対 0～3歳の乳幼児

赤ちゃん待ち合わせ

時 ①8/9(金) ②21(水) ③29(木)
各日 10:30～11:15
対 ①生後1～4か月 ②生後5～8か月
③生後9～11か月
内 0歳児の育児についての情報交換と交流の場♪

転勤族おしゃべり&交流会

時 8/16(金) 10:30～11:15
内 青森に転入された親子の交流の場

初めてのさんぽぽ

時 8/18(日) 10:30～11:15
内 プレママプレパパ・初めて利用するかた・妊婦さん楽しく交流しましょう

パパ・ママ向けミニマネー講座 要予約

子育てにかかるお金の知識や生活設計・貯め方のコツ学んでみませんか。
講師:財務省東北財務局
時 8/22(木) 10:30～11:30 所 男女共同参画プラザ「カダール」企画ワーク室3・4
人 8組(申込順) 申 8/1(木)9:00～、電話で「さんぽぽ」へ

駅前庁舎ご来庁の際は 託児をご利用できます

手続などでご来庁の際に、予約不要・
無料で(原則1時間以内)お子さんをお
預かりします。 対 概ね1歳～就学前まで

◆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

子どもの発達相談 要予約

お子さんの発達のことで、日頃気
になっていることを相談できます。

所 申 2日前までに、電話で、
あおもり親子はぐくみプラザ
(☎017-718-2975)へ(申込順)

医師相談

時 8/21(水) 14:00～15:30
内 医師による個別相談
対 発達に心配のある子どもと保護者

楽しくあそび!

対 ことばの遅れなどの発達に心配
のある子ども(1歳～概ね3歳)と
保護者

時 8/9(金)・19(月) 10:00～11:00
内 集団あそび

時 8/19(月) 10:00～11:30
内 相談専門員による個別相談

はぐくみ相談

時 8/7(水) 10:00～11:30
内 言語聴覚士による個別相談
対 吃音などことばの心配がある子ど
も(概ね3歳～就学前)と保護者

時 8/28(水) 10:00～11:30
内 相談専門員による個別相談
対 集団生活の困りごとや心配があ
る子ども(概ね3歳～就学前)と保
護者

多胎妊婦さんのための交流会 要予約

多胎妊娠中のかたと同士の交流や情報交換、保健師や助産師、先輩多胎マ
マからのアドバイスなど

時 9/5(木) 10:00～11:30 所 あおもり親子はぐくみプラザ

対 多胎妊娠中のかたとそのご家族

申 8/22(木)までに、
あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2983/土・日、祝日を除く)へ

青森市子育てひろば 要予約

親子で楽しむ絵本の読み聞かせや手遊び、
ふれあい遊びなどで、子育て応援隊と一緒に
遊びましょう。

時 8/20(火) 10:00～11:30

所 小柳小学校地域連携プラザ

対 未就学児と保護者

人 10組20人程度

申 8/19(月)までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975)へ



8月の子育て相談

〈あおもり親子はぐくみプラザ〉

◆保育士による相談:毎日(年末年始を除く)
8:30～18:00 ☎017-718-2975

◆保健師などによる相談:月～金曜日(祝日を除く)
8:30～18:00 ☎017-718-2983

◆ハミガキ相談:8/20(火) 9:30～12:00

申 前日までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975)へ

〈浪岡総合保健福祉センター〉

◆子育て相談:8/8(木) 9:30～11:00

申 前日までに、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)へ

ハミガキ相談 要予約

内 仕上げみがきの仕方など
備 歯ブラシ持参

助産師による心と体のケア相談 要予約

助産師が妊婦さん・産婦さんの心や体の不調、授乳に関する心配ごと
などの相談に応じます。

時 8/1(木)・19(月)、9/2(月) 各日①10:00～②11:00～

所 あおもり親子はぐくみプラザ

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

人 各日①・②ともに1組(申込順)

備 母子健康手帳、乳房相談のかたは
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23回子育て広場 要予約 大友剛さんのマジックと音楽と絵本の世界

音楽とマジックという異色の組み合わせでマジックショー、音楽ショー、絵
本ライブなどのステージを展開します。

出演:大友剛さん(ミュージシャン&マジシャン&翻訳家)

時 9/1(日) 13:30～14:30(13:00～開場) 所 アピオあおもりイベントホール

対 概ね3歳以上の子どもと保護者、子育て支援関係者 人 150人(申込順)

備 未就学児の託児あり(10人/申込順)

申 8/1(木)から、青森県子ども家庭支援センター

(アピオあおもり内☎017-732-1011/水曜日を除く9:00～17:00

☎017-732-1073、✉ kodomo-ouen@apio.pref.aomori.jp)へ

おおの子育て広場 要予約

絵本の読み聞かせや手遊びなどで遊んだり、お母さん同士や子育てメイト
と交流して、みんなで一緒に楽しみましょう。

時 9/19(木) 10:00～12:00 所 大野市民センター 2階和室

対 0歳～就学前の子どもと保護者 人 7組

申 9/18(水)までに、青森市子育てメイト連絡協議会(会長 林☎090-2364-3771)へ

健康・医療ナビ

Health and Medical Care

あおもりウォークトライアル2024に参加して賞品をもらおう!

◆期間 8/19(月)~10/20(日)

1.参加用紙をゲットして目標を立てよう!

毎日の目標を決めて、「チャレンジ宣言」をしよう!

2.毎日のウォーキング&健康づくりの取組を記録!

毎日、目標にチャレンジして参加用紙に歩数を記録しよう!

3.毎日の取組をポイントに換算しよう!

筋力トレーニング・柔軟体操も10分=1000歩として、歩数に換算できます! さらに、健診・検診の受診などでポイント獲得!

4.応募して賞品を当てよう!

参加用紙を提出したかたの中から、獲得したポイントに応じて、抽選で賞品が当たる! ※11/8(金)応募締切

◆参加用紙・応募ボックス

元気プラザ、市役所各庁舎、各市民センターに設置

◆応募方法

①応募ボックスに投函

【応募ボックス設置期間 10/15(火)~11/8(金)】

②郵送 〒030-0962 佃二丁目19-13 健康づくり推進課へ

③メール 市ホームページから参加用紙をダウンロードし、健康づくり推進課

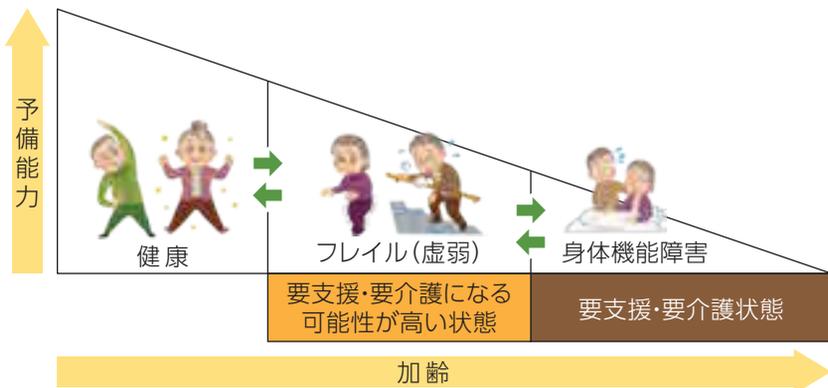
(genki-plaza@city.aomori.aomori.jp)へ

詳しくは、市ホームページまたは参加用紙をご覧ください。

☎ 青森市健康寿命延伸会議事務局(健康づくり推進課内 ☎017-718-2912)

フレイル予防で健康寿命を延ばそう!

「フレイル」とは、加齢に伴い心身の機能が低下した「虚弱」を意味する言葉で、健康と要介護の中間の状態です。年齢とともに生じる衰え、それが「フレイル」です。早期に予防や治療を行えば、より健康な状態に戻ることが期待できます。



◆知っていますか?市の取組

- ①後期高齢者健康診査で、フレイルチェックを実施
 - ②後期高齢者健康診査の結果などから、低栄養や生活習慣病などに対する支援が必要なかたへ健康相談や保健指導などを実施
 - ③過去数年間、後期高齢者健康診査や医療機関を未受診、介護サービス未利用のかたの健康状態を確認し、必要なサービスを紹介
- ※②③は対象者にご案内を送付しています。

☎ 国保医療年金課(☎017-718-1146)

✳ 職域健康づくりリーダー育成ゼミ

働き盛り世代の健康増進に向け、職場の健康づくりを推進する「職域健康づくりリーダー」を育成します。

時 10/16(水) 9:30~16:30 所 柳川庁舎

内 簡易型QOL健診、栄養・運動に関する講義、ワークショップ

対 市内の企業・事業所に勤務している、①②いずれかのかた

①職場の健康づくりを担当しているかた ②職場での健康づくり活動ができるかた

人 25人(申込順)

✳ 企業向け簡易型QOL健診 企業・事業者対象

簡易型QOL健診(問診、血圧、体組成、推定野菜摂取量(ベジチェック®)、立ち上がりテスト)と尿ナトリウム比測定を体験できます。測定後即日、健康教育を行います。

時 10/16(水) 9:30~12:00 所 柳川庁舎

人 35人(申込順) ※1企業、事業所あたり4人まで

☎ 9/6(金)までに、市ホームページまたは二次元コードより申込み

☎ 健康づくり推進課(☎017-718-2912)



特定健康診査・特定保健指導を利用しましょう

メタボリックシンドロームに着目した「特定健康診査」を、1年に1回無料で実施しています(受診券は4月末に送付済)。

受診の結果、生活習慣病の予防と改善が期待できるかたには、「特定保健指導」の利用券を送付しています。保健師や管理栄養士が生活改善のためのサポートをしますので、ぜひご利用ください。

※8/1から特定保健指導のコースが一部変更となります。

青森市国民健康保険以外のかたは、ご加入の各医療保険者へお問合せください。

☎ 40~74歳の青森市国民健康保険加入者

☎ 国保医療年金課(☎017-773-0181)

健康づくり推進課(☎017-718-2941)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)



危険ドラッグは 買わない! 使わない! かかわらない!

現在、未確認の成分を含んだ『危険ドラッグ』が大きな問題となっています。従来の形状に加え、いわゆる大麻ゴミやクッキーなど、様々な形状が増え、あたかも身体に影響がなく、安全であるかのように誤解されています。しかし、実際は、麻薬や覚醒剤より身体に危険な成分が含まれていることがあり、乱用による死亡事故を招くこともある危険なものです。

危険ドラッグの流通実態や健康被害などが判明した場合は、情報をお寄せください。また、薬物について困ったことがあれば、一人で悩まずにご相談ください。

◆薬物に関する相談窓口

青森市保健所 保健予防課(☎017-765-5281)

県立精神保健福祉センター(☎017-787-3957・3958)

県健康医療福祉部医療薬務課(☎017-734-9289)

県警察安全相談窓口(☎017-735-9110)

青森警察署(☎017-723-0110)

青森南警察署(☎0172-62-4021)



厚生労働省HP

! 熱中症が疑われたら

熱中症を疑ったときは、放置すれば死に直結する緊急事態であることを認識しましょう。重症の場合は救急車を呼ぶことはもとより、現場ですぐに体を冷やし始めることが必要です。

エアコンが効いている
室内や風通しのよい日陰
など涼しい場所へ避難

衣服をゆるめ、
からだを冷やす
(首の周り、脇の下、足の付け根など)

水分・塩分、経口補水液*
などを補給
*水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの



出典:厚生労働省リーフレット

! 自力で水が飲めない、
応答がおかしいときは、ためらわずに救急車を呼びましょう。

☎ 健康づくり推進課(☎017-718-2942)



集団健診・検診(9月の日程)

実施場所・日程

Table with 2 columns: 実施場所, 実施日・受付時間. Lists locations like 青森県総合健診センター and their respective dates and times.

健康診査(R6.4.1~R7.3.31に次の年齢になるかた)

Table with 4 columns: 健診・検診名, 対象, 自己負担金, 受付時間. Details health checkups for specific age groups.

がん検診など(R6.4.2~R7.4.1に次の年齢になるかた)

対象 本市に住住民票のあるかた

Table with 4 columns: 健診・検診名, 対象, 自己負担金, 受付時間. Lists cancer and tuberculosis screening details.

※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...

肺がん検診・結核健診の巡回バス(9月の日程)

65歳以上のかたは、毎年度、結核健診が義務付けられています。

Table with 6 columns: 検診日, 受付時間, 場所. Lists the itineraries for mobile bus health checkups.

健康保険被保険者証持参で、当日直接会場へ
健康づくり推進課(017-718-2918)



市HP

医師による不妊専門相談

8/29(木) 13:15~14:00 対象者に別途お知らせ

2組(申込順) 無料

8/22(木)までに、あおり親子はぐくみプラザ(017-718-2984/土・日、祝日を除く)へ

申込方法

申込締切は希望日の2週間前です。ただし、定員に達した場合など、早期に締め切る場合がありますので、ご了承ください。

市ホームページ 各種健診・検診申込みフォーム

市LINE公式アカウント

友だち登録し、「手続・便利」タブを選択 → 「健診・検診申込」から申込み

電話 下記申込先へ

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、下記申込先へ

申込み・問合せ先



各種健診・検診 申込み



青森市 公式LINE

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

- 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。
高年齢受給者証・後期高齢者医療被保険者証をお持ちのかたは、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)。

市民税非課税世帯のかたは、次のいずれかの提示により検診が無料となります

(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は不要)

- 青森市健康増進事業無料受診券
申請には申請書のほかに身分証明書の写しが必要です。
介護保険料額決定通知書(令和6年度)
介護保険料納入通知書(令和6年度)
介護保険負担限度額認定証(令和7年7月31日の有効期限)



事前の交付申請が必要となりますので、がん検診などの受診前に必要書類を問合せ先まで提出し、無料受診券の交付を受けてください。
申請書の設置場所は、お問合せください。

青森市医師会からのお知らせ Vol.1

「がん治療の最前線」

【寄稿】棟方正樹さん(青森県立中央病院 副院長/がん診療センター長)

青森県はがんの死亡率が19年連続全国ワースト1位で、「短命県返上」には最新のがん治療を知ることが重要です。

外科治療は内視鏡を使用する胸腔鏡・腹腔鏡下手術、さらに進化したロボット支援手術「ダヴィンチ」が登場し、より細かい操作が可能で傷が目立たない、入院期間が短いなど低侵襲手術となっています。放射線治療は手術同様の局所治療で、強度変調放射線治療などの線源の照射方法の工夫や陽子線や重粒子線の新たな線量でがん細胞を狙い撃ちする方法があります。薬物療法はがん細胞の増殖や転移を行う特定の分子に作用する分子標的薬、自身のリンパ球を活性化させる免疫チェックポイント阻害薬の登場で長期生存が得られるようになりました。

より高い治療効果のため、これらの治療法を組み合わせることが「集学的治療」で、各科の専門医、スタッフが集まり治療方針を検討することが「がん診療連携拠点病院」などにはがん相談支援センターが設置され、金銭面のほか、がん治療の情報など必要な支援が受けられます。

「がん診療連携拠点病院」などにはがん相談支援センターが設置され、金銭面のほか、がん治療の情報など必要な支援が受けられます。

青森市医師会(017-777-1501)

もっと詳しく知りたいかたはこちら▶ 青森市医師会HP



認知症フォーラム ～認知症になっても安心して暮らせるまちへ～

時 9/14(土) 所 男女共同参画プラザ「カダール」 料 無料

◆AV多機能ホール 14:00～16:00

新井陽さん(青森県立中央病院脳神経内科部長)による講演、認知症本人(青森県認知症ピアサポーター)と家族から自分の経験や想いを伝えるメッセージ、チームオレンジの活動紹介

人 120人(申込順)

申 8/19(月)から、氏名・電話番号を、高齢者支援課(☎017-734-5206、

☎koreisha-shien@city.aomori.aomori.jp)へ

◆研修室など

12:00～16:00 パネル展示、動画上映

12:30～14:00 ロコトレ&脳トレ体験、専門職による認知症相談など

若くしてなる認知症があります～若年性認知症～

「息子を育てていかなければならないし、住宅ローンの支払いもある。でも、仕事を辞めなくてはいけないのかと不安を感じていました。」これは、若年性認知症の人が、認知症と診断された当時の想いです。**65歳未満で発症する若年性認知症は、全国で4万人近くいると言われています。**働き盛りで、子どもがいる場合も多く、仕事・育児・家事に関する問題が生じることもあります。**市では、「青森県若年性認知症総合支援センター」と連携し、相談支援を行っています。**まずはご相談ください。

☎ 高齢者支援課 (☎017-734-5206)

認知症の人とともに歩む家族のつどい

認知症の人の介護者同士が話し合い、介護の知恵を知ることができる場所です。話を聞くだけの参加、途中参加・退室も可能です。

時 8/18(日) 13:00～15:00 所 しあわせプラザ

対 認知症の人の介護者など 料 無料 備 当日直接会場へ

☎ (公社)認知症の人と家族の会青森県支部(鷹架(たかほこ) ☎090-2982-1650)

ご存じですか? 成年後見制度

◆こんなことはありませんか

- ・自分が認知症になったときに誰が支えてくれるのか不安
- ・障がいのある子どもが、親がいなくなった後のことが心配 など

◆成年後見制度とは

認知症、知的障がい、精神障がいなどによって物事を判断する能力が十分にないかたの権利を守る援助者(成年後見人など)を選び、本人を法的に支援する制度です。

本人(後見以外)、配偶者、4親等以内の親族などが申立てできます。

◆相談窓口

制度の概要や申立てに関する事など、お気軽にご相談ください。

- ・高齢者支援課(☎017-734-5206)
- ・障がい者支援課(☎017-718-1076)
- ・浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1113)

ひきこもり家族交流会

同じ悩みを抱える家族が集い、不安や悩みを共有します。

時 8/17(土) 13:00～14:00 対 ひきこもり問題を抱えるご家族

申 8/14(水)までに、事務局へ

子ども・若者支援相談会

ひきこもりの家族の会や、その他支援団体による情報提供、精神保健福祉士などによるアドバイス、関係機関の紹介

時 8/17(土) 14:00～17:00

対 不登校、ひきこもり、ニートなどに関する問題を抱えるご本人やご家族など

所 しあわせプラザ 料 無料

申 岡子ども・若者支援地域協議会事務局(障がい者支援課内 ☎017-734-5319)

まちなかいきいきサロン

日常生活の中で気軽に立ち寄れるスーパーなどの場所で、体操やレクリエーションを行います。ぜひお越しください♪

料 無料 備 当日、直接会場へ(30分前～受付) ☎ 高齢者支援課(☎017-734-5326)

実施場所	開催日時	内容
浪岡老人福祉センター (1階 多機能室(大広間))	①8/7(水) ②8/21(水) 10:00～11:00	①元気に体と頭の体操 ②楽しく体を動かそう!
アウガ (駅前庁舎1階 駅前スクエア)	①8/9(金) ②8/27(火) 11:00～12:00	①ずっと元気で い体操(いたいぞう!) ②楽しく筋トレとストレッチ
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)	①8/19(月) ②8/26(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!
サンロード青森 (1階 サンホール)	①8/20(火) ②8/27(火) 11:00～12:00	①運動で楽しくリフレッシュ! ②体力測定で自分の体を知ろう
生協コスモス館 (1階 イートインスペース)	8/27(火) 10:30～11:30	まちなかハッスル元気体操

地域健康教室 要予約

青森保健生活協同組合では健康長寿のために、地域で健康教室を開催しています。どなたでも参加できます!

時 8/20(火) 10:00～ 所 すみれ会館 内 健康チェック・健康体操

料 無料 申 問 事前に、青森保健生活協同組合(☎017-762-5888)へ

〔広告〕

○合同説明会を実施しております。詳しくはお電話、WEBで ※1社8万円～
8/11 10:00 8/24 14:00
[墓じまい][永代供養]
**海洋散骨
祖霊社**
全国唯一 病厄除守護神
廣田神社
受付時間 8:30-16:30
[休務日 水曜日]
青森県青森市長島2丁目13-5
Tel. 017-776-7848

〔広告〕

事前相談を随時受付中
コープ葬「まごころ」は、ご自宅での「家族葬」にも対応いたします。
◆お問合せはお気軽に生活協同組合コープあおもり
コープ葬祭センター
☎ 0120-161-812
月～金曜日9:00～17:00

あおもり健康づくりリーダーと健康チャレンジ!

※ 中央地区リーダー企画 ロコトレ講座 要予約

時 8/8(木) 10:00～11:30

所 県民福祉プラザ2階 多目的室2A

内 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

人 20人(申込順) 料 無料

備 スポーツタオル、飲み物、内履き持参。動きやすい服装でお越しください。

申 問 8/1(木)～7(水)に、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

※ リーダーと一緒に続けよう! 「中央地区体力づくり講座」

時 8/22(木) 10:00～11:30 要予約

所 中央市民センター

内 椅子に座って行う筋力トレーニング・ストレッチなど

人 20人(申込順) 料 無料

備 スポーツタオル、飲み物、内履き持参。動きやすい服装でお越しください。

申 問 8/1(木)～21(水)に、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

※ 西部地区体力づくり講座・ 健康C&C(Check&Challenge)

時 8/14(水) 10:00～11:30 要予約

所 西部市民センター3階

内 椅子に座って行うトレーニング・体操、健康チェック、健康相談(予約優先)

人 40人(申込順) 料 無料

備 汗拭きタオル、飲み物、内履き持参。公共交通機関でお越しください。

申 問 前日までに、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

※ 三内まちかど かんたん健康チェック

お買い物の際に、お気軽にお立ち寄りください。

時 8/23(金) 10:00～12:00

所 ユニバース三内店くつろぎコーナー

内 血圧測定、血管年齢測定、握力測定 料 無料

☎ 健康づくり推進課(☎017-718-2942)

※ 三内・西滝地区 体力づくり講座 要予約

時 8/21(水) 10:00～11:15

所 三内丸山市民館

内 椅子に座って行う筋力トレーニング・ストレッチなど

人 40人(申込順) 料 無料

備 汗拭きタオル、飲み物持参。動きやすい服装、公共交通機関でお越しください。

申 問 前日までに、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 要予約

時 ①9/3(火) ②9/10(火)

③9/17(火) ④9/24(火)

各日10:00～11:15【2つまで選択可】

所 元気プラザ

内 椅子に座って行う筋力トレーニング・健康体操

人 各40人(申込順) 料 無料

備 公共交通機関でお越しください。

申 問 9/2(月)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

棟方志功

生誕120年+1年記念 要予約 「石碑巡り&浪打・花園界隈ウォーク」

棟方氏にかかる石碑、文芸のこみちを巡るほか、浪打や花園界隈、諏訪神社など、約6kmのコースを散策します。

時 9/5(木) 10:00~12:00
※小雨決行・雨天中止
所 合浦公園(正面東屋前)集合
人 20人程度(申込順)
料 500円(保険料など)
備 ウォークに適した靴・服装(帽子など)、飲み物、雨具持参
申 8/25(日)までに、氏名・住所・生年月日・連絡先を申込先(FUN WALK青森・「また旅くらぶ」内 017-752-6704/shibu_aomori_nordicwalk@yahoo.co.jp)へ
問 あおもり健康づくりリーダー(渋谷 090-4633-7465)

国スポ大会正式競技! ゴルフはじめの一步 「スナッグゴルフ教室」 要予約

お子さんでも楽しく体験でき、ゴルフの基本を学ぶことができます。講師:雪田悦子プロ



時 8/15(木) 10:00~11:30
所 新青森県総合運動公園 多目的運動場
対 小・中学生 人 20人
料 500円(保険料を含む)
備 タオル・飲み物持参(用具は貸出し)
申 8/8(木)までに、氏名・年齢(学年)・電話番号を、青森県ゴルフ連盟(017-718-8335、017-718-1028、aomori@tga.gr.jp)へ

生活習慣病

予防教室に参加しよう 要予約 ~健康への第一歩を踏み出そう~

県病の医師・看護師・健康運動指導士・管理栄養士が健康づくりをお手伝い。

時 9/3(火)・17(火)【全2回】 18:00~20:00
所 青森県立中央病院
内 体力測定、運動指導、生活習慣改善のお話(医師)、食事のお話(管理栄養士)など
対 高校生以上(医師から運動制限されているかたを除く)
人 20人 料 無料
申 9/2(月)12:00までに、青森県立中央病院 経営企画室(017-726-8402/土・日、祝日を除く10:00~17:00)へ

青森市ボクシング協会主催 はじめてみよう! ボクシング 無料体験教室! 要予約



基本をしっかり学んで、ボクシングの楽しさを体感してください! 講師:五十嵐理一さん(国際ボクシング協会 3スター審判員)
時 8/18(日)、9/29(日) 各日10:00~12:00(9:30~受付)
所 チャンプスポーツボクシングクラブ
対 小学5年~中学生 人 15人 料 無料
備 室内運動靴、タオル持参、運動着着用
申 2日前までに、チャンプスポーツボクシングクラブ(017-763-5565/月~土13:00~21:00、contact@champboxing.jp)へ

血管いきいき講座 要予約

時 ①9/6(金) ②9/12(木) ③9/19(木) ④9/27(金) 各日10:30~12:30(10:00~受付)
所 ①沖館市民センター ②西部市民センター ③東部市民センター ④中央市民センター
内 保健師・栄養士による講話、健康チェック&チャレンジ(血圧計、血管年齢計など)
対 血圧や糖尿病に関心のあるかたやご家族 料 無料
申 開催日の1週間前までに、健康づくり推進課(017-718-2942)へ

健康C&C(Check&Challenge)

in 駅前スクエア 要予約
時 8/23(金) 10:00~15:00(14:30受付終了)
所 駅前庁舎1階 駅前スクエア
内 血管年齢測定や握力などの健康・体力チェック、健康相談(予約優先)
人 50人 料 無料
申 前日までに、健康づくり推進課(017-718-2942)へ

スポーツ教室 要予約

問 地域スポーツ課(017-718-1428)

Table with 3 columns: 教室名, 開催日時, 対象/人員/料金. Includes entries for ダイシムベースボールスタジアム, 少年少女野球教室, 市民室内プール, 盛運輸サンドーム, etc.

青森市スポーツ推進委員を派遣します

子ども教室や高齢者団体など、市民の皆さんの運動のきっかけづくりや健康づくり、体力向上の取組を支援します。
・子どもたちと楽しく遊べる運動を教えてください
・町内会の集まりで軽い運動を行ってみたい
・スポーツ指導をしてくれる人が見付からない
といったお悩みをお持ちのかたはお気軽にご相談ください。
問 地域スポーツ課(017-718-1431)



急病診療案内

問 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)
◎医療情報ネット



あおもり救急電話相談 (#7119) がスタートします

あおもり救急電話相談(#7119)が8月1日(木)にスタートします。急なケガや病気で、救急車を呼んだ方がいいか、病院に行った方がいいかなど判断に迷ったときに、専門家(看護師など)のアドバイスを受けられます。

【電話番号】(017-7119 または 017-718-0289)
【受付時間】24時間365日 【料金】無料(通話料は利用者負担)
※15歳未満のお子さんに関するご相談は、「こども医療でんわ相談(#8000)」をご利用ください。

青森市急病センター(017-773-6477)

曜日によって診療科目・診療時間が異なります。内科は水曜、小児科は月曜、外科は月・水・金曜が休診となります。休診日に応急処置を希望されるかたは、夜間在宅当番医をご利用になるか、比較的軽いかたはできる限り日中の診療時間内にかかりつけ医などで受診いただきますようお願いいたします。

Table with 2 columns: 診療科目・診療日, 診療時間. Includes days of the week and hours for various departments.

◆夜間在宅当番医など(初期救急・症状の軽い患者に対応)
・内科(毎日)/救急病院紹介または医療情報ネットでご確認ください
・小児科(月曜)/青森市民病院 ※診察代のほかに選定療養費(7,700円)がかかります ※診察は月曜日19:00~22:00(受付は21:30まで)

- *夜間のお薬相談(090-5849-4348)【毎日】19:00~23:00
*こども医療でんわ相談(0800 または 017-722-1152)【月~金】18:00~翌朝8:00【土】13:00~翌朝8:00【日・祝】8:00~翌朝8:00

初期救急医療施設案内

- ◆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、青森市急病センターや夜間在宅当番医・休日救急歯科で受け付けています。
◆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。

Table with 3 columns: 時間帯, 月~土, 日・祝日. Details emergency medical facilities and hours.

休日救急歯科(9:00~12:00) 事前に電話で要予約

Table with 4 columns: 診療日, 医院名, 電話番号, 所在地. Lists weekend emergency dental clinics.

・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。

市からのお知らせ

Hot news of daily life

青函ツインシティ提携35周年 記念事業のお知らせ



青森市と函館市は、平成元年にツインシティの盟約を締結し、「手をつなぐ、心を結ぶツインシティ」を合言葉に文化・スポーツ・観光・経済などの幅広い分野で交流してきました。3月13日に提携35周年を迎え、本年は35周年記念事業を実施します。

①青函ツインシティ提携35周年記念式典

函館市内で今秋開催予定。⑤産学連携商品開発の取組内容発表や、商品のお披露目などを実施



①30周年記念式典の様子

②イベントでの相互PR事業

青森ねぶた祭、函館港まつりで青函ツインシティ提携35周年のPRを実施

③北海道・北東北縄文遺跡群相互訪問ツアー

両市の縄文遺跡群を相互に訪問し、理解を深めることで文化交流を図るツアーを実施



③令和5年度実施のツアーの様子

④青函ツインシティフェスタ

函館駅構内で両市の事業者が出展し、商品の販売や本市をPRするイベントを実施

⑤青函産学連携商品開発

両市の高校生と株式会社セブン-イレブン・ジャパンが共同で地元の食材を活用した商品開発と、店舗での販売実習を行う



⑤青森商業高校での授業の様子

⑥青函子どもロボコン大会

両市の小学生を対象に、プログラミングの基礎とプログラミングを活用したロボット操作のワークショップの開催や、学んだ成果を発揮するロボコン大会の実施



各事業詳細や開催時期はこちらから!

☎ 連携推進課 (☎017-761-4154)

秋の「地域花いっぱいまちづくり事業」活動団体募集

市民・事業者・行政が協力して、緑と花に満ちたまちづくりを進める「地域花いっぱいまちづくり事業」に協力し、街路樹ますや都市公園、緑地の花だんなどへの花植えと管理を行う活動団体を募集します。参加団体には、球根や肥料など資材の一部支給、講師派遣、看板設置などの支援を実施します(他の事業で助成を受けている団体は対象外)。

☎ 8/16(金)までに、申請書(公園河川課・浪岡振興部都市整備課備付け、市ホームページ掲載)を、担当課へ ※10月上旬に決定通知。資材は10月下旬から支給。

◆支援者を募集

事業に賛同し、活動資金または物品の寄附をしていただける団体・個人を随時募集しています。

☎ 公園河川課 (☎017-752-8334)

春の「地域花いっぱいまちづくり事業」活動団体

参加団体の皆さん、ご協力ありがとうございます。

安田第二ほからか会、沖港寿会、白旗野町会、コスモス町会、こども園あおもりよつば、西部第五区連合町会、橋本南第二町会、公園をきれいにする彩花の会、山田町々会 寿楽クラブ、大野町会、桐ノ沢公園愛護会、幸畑阿部野町会、県営唐橋町会の仲間たち、上野健寿会、すみれ町会女性部会、平岡児童公園を守る会、三和町会、青森問屋町経営同友会、はまなす公園花を愛する会、ロイヤル鳴滝町会「さくらの会」、三内第二町会、NPO法人おどろ木ネットワーク、大野前田町会、花園第二町会、褒懸団地町会、白鳩健寿会、DCM(株)青森エリア、NPOあおもり〜な、有限会社ビックジャパン、山の手町会、幸畑団地連合町会、幸畑団地西町会、幸畑福祉館花壇愛好会、合浦西公園愛護会、佃第三町会、スーパードーム青森東店、長島町会、松原町会、スズキアリーナ合浦公園園芸部、浪館第五町会紅葉会花愛好会、三内丸山町会、里見町会、三内第一町会、三内を美しく元気にする会、横内町会、佃本町第一町会、昭和通り振興会、筒井町会花愛好会、徳長新生会、若葉町町会、東片岡町会、蓬田村子ども育成連絡協議会(蓬田村)、しいの実会(今別町)、花俱樂部会(今別町)、蟹田婦人会(外ヶ浜町)、下小国自治会(外ヶ浜町)、上小国いきいき地域づくり検討会(外ヶ浜町)、増川婦人会(外ヶ浜町)、根岸自治会(外ヶ浜町)

☎ 公園河川課 (☎017-752-8334)

花だんスポンサーを募集

平和公園大花だん、合浦公園花だん、堤・松原通りの花だんの植栽(主に平和公園大花だん)に使用する球根や培養土を寄附いただける花だんスポンサーを募集します。

- ・チューリップの球根(500球を1単位とし、1単位以上)
- または培養土(10袋(1袋40ℓ程度)を1単位とし、1単位以上)

☎ 市内の企業、団体及び個人

☎ 市ホームページの様式に記入または直接、公園河川課 (☎017-752-8334)へ

令和6年度の国民健康保険税のお知らせ

令和6年度の国民健康保険税率は、令和5年度と変わりありませんが、後期高齢者支援金分は賦課限度額が2万円引き上げられ、24万円となります。

区分	令和5年度	令和6年度
基礎分	65万円	65万円
後期高齢者支援金分	22万円	24万円
介護分	17万円	17万円

低所得者に対する被保険者均等割額と世帯別平等割額の軽減判定基準が改定され、5割軽減及び2割軽減の対象世帯が拡充されます。

令和5年度		令和6年度	
世帯の所得額の合計	軽減割合	世帯の所得額の合計	軽減割合
43万円+10万円×(給与所得者等※の数-1)以下	7割	43万円+10万円×(給与所得者等※の数-1)以下	7割
43万円+(29万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等※の数-1)以下	5割	43万円+(29.5万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等※の数-1)以下	5割
43万円+(53.5万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等※の数-1)以下	2割	43万円+(54.5万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等※の数-1)以下	2割

※給与所得者等(一定の給与所得と一定の公的年金などの支給を受けるかた)
一定の給与所得者…給与など収入金額が55万円を超えるかた
一定の公的年金などの支給を受けるかた…(65歳未満)公的年金など収入金額が60万円を超えるかた/(65歳以上)公的年金など収入金額が125万円を超えるかた
詳しくは、令和6年度国民健康保険税納税通知書と同封の、「国保税のあらまし」をご覧ください。

☎ 国保医療年金課 (☎017-734-5340)
浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1153)

国民年金手続の電子申請のお知らせ

マイナポータルを利用した国民年金手続の電子申請ができます。マイナンバーなどの情報を利用してスマートフォンやパソコンで申請することができます。処理状況や申請結果も確認することができます。

※利用にはマイナンバーカードとマイナポータルの「利用者登録」が必要

◆現在、利用できる手続

- ・国民年金被保険者の資格取得(種別変更)の届出
- ・国民年金保険料免除・納付猶予の申請
- ・国民年金保険料学生納付特例の申請
- ・付加保険料納付(辞退)の届出
- ・付加保険料納付該当(非該当)届
- ・産前産後免除該当届
- ・口座振替納付(変更)の届出兼還付金振込方法(変更)の届出
- ・口座振替辞退の届出

詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。

☎ 青森年金事務所

(☎017-734-7495、音声案内2番を押して、再度2番を押してください)

障害基礎年金の請求をお考えのかたへ

病気やケガで障がい者となった場合、国民年金に加入しているかた、60歳以上65歳未満のかたや労働者災害補償保険法の障害補償を受けているかたも、支給要件を満たすことで障害基礎年金を受給できる場合があります。

☎ 国保医療年金課 (☎017-734-5352)

浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1153)

青森年金事務所 (☎017-734-7495)

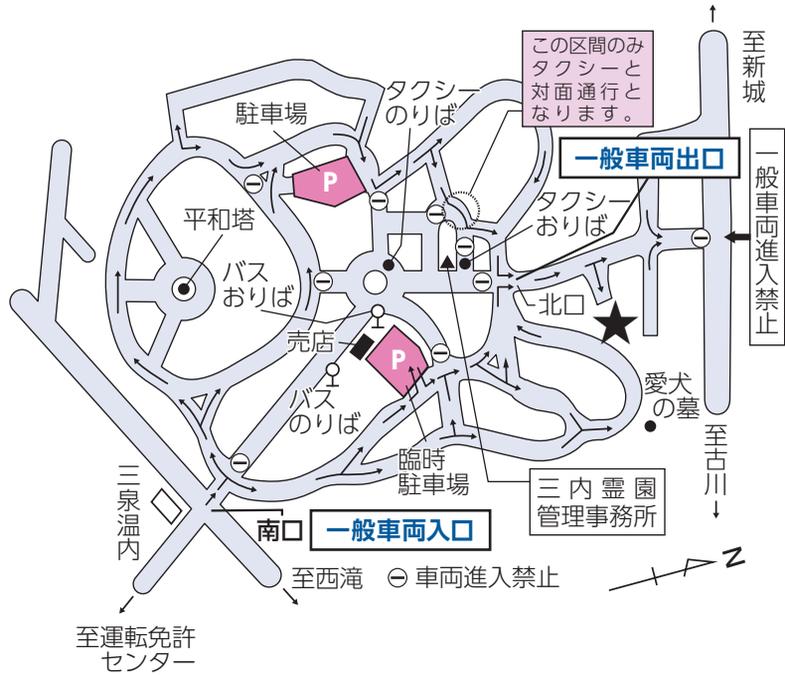
お盆のお墓参りのお知らせ

三内・月見野・八甲田霊園通行案内

できるだけ公共交通機関をご利用ください。

☎生活安心課(☎017-734-5277)

8月13日の三内霊園通行案内図

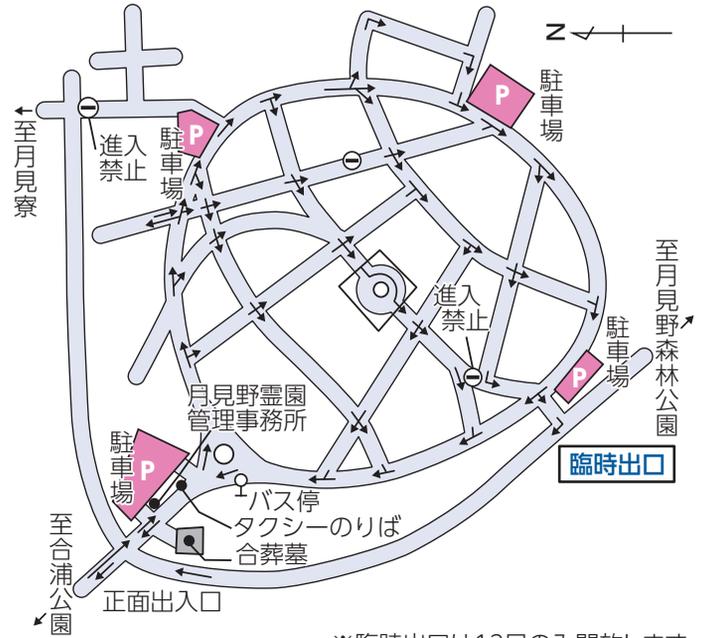


※2か所以上へ墓参りをされるかた、管理事務所にご用があるかた、愛犬の墓へ墓参りされるかたは、交通混雑解消のため、できるだけ駐車場をご利用ください。
※南口で最初に左折した場合、愛犬の墓方面への通り抜けはできません。
※西滝方面からは右折進入となるため、混雑が予想されます。
★青森市中央部、東部、南部方面う回路
※三内霊園北口から新青森駅は、大変渋滞しますので、可能な限り、う回路をご利用ください。

◆規制時間 9:00~17:00

◆経路 ○一般車両は南口から入り、北口から出てください。
○バス・タクシーに限り北口からも入れます。

8月13日の月見野霊園通行案内図

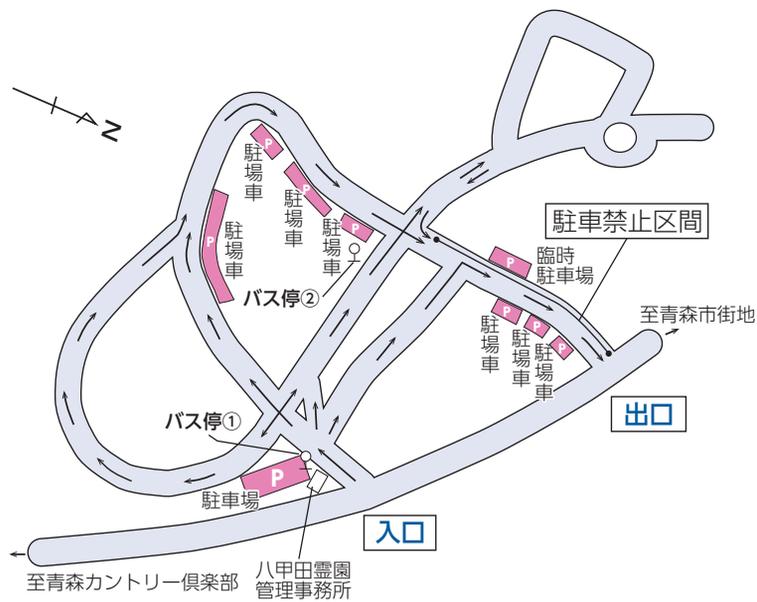


※臨時出口は13日のみ開放します。

◆規制時間 9:00~17:00

◆経路 ○一般車両は正面出入口から入り、正面出入口または臨時出口から出てください。
○バス・タクシーは正面出入口から入り、ロータリーを回って正面出入口から出てください。

8月12~20日の八甲田霊園通行案内図



◆規制時間 終日(8/12(月)~20(火))

◆経路 ○一般車両・タクシーは入口から入り、出口から出る一方通行となります。

【バス停が増設されます】

バス停は①管理事務所前のほか、②園内北側十字路付近にも設置し、どちらも乗降可能です。

お盆のお墓参りは市営バスで

◆お盆期間のバス運行

8/13(火)~15(木)は土・日・祝日ダイヤで運行します。

◆三内・月見野・八甲田の各霊園にお盆の臨時バスを運行

運行日 8/12(月)・13(火)・16(金)・20(火)

※三内霊園は12(月)の臨時運行なし

運行時刻表は、交通部ホームページに掲載のほか、東西各営業所、青森駅前・NTT青森支店前発売所、市役所本庁舎・駅前庁舎、各市民センターなどに備付けの案内チラシをご覧ください。

☎東部営業所(☎017-726-5443)

☎西部営業所(☎017-788-2326)

☎交通部管理課(☎017-726-5453)



バスの車内事故防止

走行中に席を離れると、転倒など思わぬけがをすることがあります。降り際は、バスが停留所に着いて扉が開いてから席を立ちましょう。

また、バスは安全運転に徹していますが、やむを得ず急ブレーキを掛ける場合があります。立って利用する場合には、つり革や握り棒にしっかりとつかまってください。

バスの車内事故防止に皆様のご理解とご協力をお願いします。

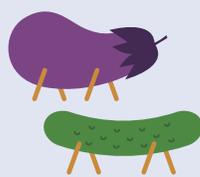
☎(公社)青森県バス協会(☎017-739-0571)

霊園管理料臨時窓口の開設

☎8/13(火) 9:00~16:00

※各霊園管理事務所での霊園管理料の納付は8/13(火)のみに変更になりました。

☎三内・月見野・八甲田霊園管理事務所



霊園をご利用の皆さんへ

◆供物やごみは各自で持ち帰りましょう。

◆ロウソクや線香など火の取扱いに注意しましょう。

◆区画内の雑草や樹木などが伸びすぎると、他区画の迷惑になります。適正に管理しましょう。

リチウムイオン電池などは 燃えないごみに出せません

加熱式タバコ

ワイヤレスイヤホン

モバイルバッテリー



加熱式タバコ、ワイヤレスイヤホン、モバイルバッテリーなどはリチウムイオン電池などが使用されており、処理施設などでの火災の危険性があるため燃えないごみに出せません。

メーカーなどの自主回収を利用するか、市役所各庁舎などに設置された使用済小型家電回収ボックスをご利用ください。

☎清掃管理課(☎017-718-1179)

事故の危険性がある異物が混入しています

令和5年中に、「その他のプラスチック」として収集された物の中に、「エアゾール缶(カセットボンベ)」「電池」「包丁」などが混入していました。

これらが資源ごみや可燃ごみの中に混入することで、収集や選別の作業員のけがや、周りの可燃物に燃え広がり、甚大な火災になる危険性がありますので、適正な分別をお願いします。

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」と妖精「ハナ」

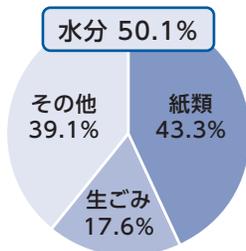
乾電池やエアゾール缶にあるプラマークは、キャップやフィルムのことです。
乾電池は絶縁して、エアゾール缶は使い切って、それぞれ燃えないごみに出してください。

令和5年 1~12月 合計	エア ゾール缶	ライター	電池	包丁	カミソリ	ハサミ カッター	ピーラー スライサー	電球
	2,414缶	540本	898本	21本	1,575本	167本	187本	93個

☎清掃管理課(☎017-718-1179)

3つの「きる」でごみ減量化

青森市清掃工場におけるごみの組成分析(令和5年度)では、可燃ごみに、水分が50.1%含まれていました。水分を減らすことは、ごみの減量化に加え、効率的なごみ処理につながります。家庭でできる3つの「きる」を実践しましょう!



3つの「きる」で減量しよう

食材は使い「きる」

- 捨てる部分が少なくなるよう、食材はムダなく使いましょう。
- 買い物前に冷蔵庫の中身を確認し、必要な分だけ買しましょう。

料理は食べ「きる」

- 作りすぎず、家族の適量に合わせて作りましょう。
- 作り置き料理は、毎日食べて、食べきりましょう。
- 料理が残ったら、冷凍保存やアレンジなどの工夫をしましょう。

生ごみは水気を「きる」

- 三角コーナーや水切りネットを使い、生ごみの水気をきりましょう。
- 野菜くずや果物の皮は乾かしてからごみに出しましょう。

☎清掃管理課(☎017-718-1179)

青森地区での粗大ごみの出し方

青森地区で粗大ごみを出す場合は、戸別収集の事前の申込みと粗大ごみ収集手数料納付券の購入が必要です。

粗大ごみ収集手数料納付券の取扱店は申込みの際にお知らせします。なお、青森市清掃工場・青森市一般廃棄物最終処分場に自己搬入することもできます。

☎清掃管理課(☎017-718-1179)

粗大ごみ受付センター(☎017-718-1184)



指定管理者を募集

指定管理者制度は、多様化する住民ニーズに、より効果的・効率的に対応するため、公の施設の管理に民間の能力を活用し、住民サービスの向上を図るとともに、効率的な管理運営を図ることを目的としています。

次の施設について令和7年4月1日(火)から管理運営を行う指定管理者を募集します。

施設の名称	担当課
青森市文化観光交流施設「ねぶたの家 ワ・ラッセ」	観光課(☎017-734-5153)
青森市新青森駅西口駐車場 青森市新青森駅南口駐車場 ※2施設を一括して募集	道路維持課(☎017-752-8562)
アップルヒル	地域づくり振興課(☎0172-62-1127)
青森市小牧野遺跡保護センター 青森市小牧野遺跡観察施設 ※2施設を一括して募集	文化遺産課(☎017-718-1392)
あおもり北のまほろば歴史館	文化遺産課(☎017-718-1392)

☎募集要項の配布期間 8/1(木)~9/2(月) ※土・日、祝日を除く

※各担当課で配布するほか、市ホームページに掲載

☎8/27(火)~9/2(月)に、各担当課で受付 ※土・日を除く

※指定管理者は、応募者の中から、市が設置する指定管理者選定評価委員会における審査を踏まえ、市長が候補者を決定し、議会の議決を経て正式に指定されます。

☎行政資産経営課(☎017-718-2637)

下水道等未整備地域などの 合併処理浄化槽設置を補助

単独処理浄化槽や汲み取り便所から合併処理浄化槽への転換設置を行う場合、その費用の一部を補助します。

◆対象区域 下水道や農業集落排水施設が整備されていない区域

※事前に対象区域かどうかお問合せください。

◆補助限度額

- ・5人槽…39万円(指定区域45万8千円)
- ・6~7人槽…47万4千円(指定区域55万8千円)
- ・8~10人槽…66万円(指定区域77万2千円)

◆指定区域

北部地区(西田沢字沖津より以北)、野内地区の一部、滝沢地区、築木館地区、上野地区、大柳辺地区、岡町地区、戸門地区、鶴ヶ坂地区、王余沢地区、細野地区、下十川地区

※着工前に申請が必要です。※補助基数には限りがあります。

☎廃棄物対策課(☎017-718-1162)

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おり、皆さんに利用していただければ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る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。

☎営業課(☎017-734-4281)、上下水道課(☎0172-62-1159)

宅地内の水道管漏水調査にご協力を

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

☎水道部施設課(☎017-777-4255)

「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」参加者募集

一般財団法人日本遺族会では、戦没者遺児に対する慰藉の一環として、亡き父などの戦没地に赴き慰霊追悼を行うとともに、現地の方々と友好親善を深めることを目的とした、本事業への参加者を募集しています。

料一律10万円 ☎青森県遺族連合会事務局(☎0172-55-5244)

はたちのつどい案内用はがき掲載広告募集

令和6年度の対象者に送付する「青森市はたちのつどい案内用はがき」に掲載する広告を募集します。

- ◆掲載枠 1枠(1者)
- ◆規格 縦4cm×横8cm
- ◆色 単色(はがきの印刷に使用する色と同色)
- ◆掲載料 8万円(消費税及び地方消費税を含む)
※広告デザインや版下作成に要する費用は含みません。
- ◆印刷予定枚数 約2,500枚

申 8/1(木)~16(金)に、広告掲載申込書(課で配布、市ホームページ掲載)に広告の見本などを添えて、文化学習活動推進課へ
※応募多数の場合は抽選となります。

問 文化学習活動推進課(☎017-718-1376)



知っていますか?「ヘルプカード」

ヘルプカードとは、障がいなどがあり、自分から「困った」「手助けしてほしい」となかなか伝えられないかたが、あらかじめ配慮してほしいことなどを記入し、日常生活や緊急時、災害時などに周囲の人に手助けを求めたいときに掲示することで、手助けを求めやすくするカードです。ヘルプカードは、「手助けがほしい人」と「手助けできる人」をつなぐカードです。

問 障がい者支援課(☎017-734-5319)



みんなで投票に行きましょう!

全ての有権者の皆さんに気持ちよく投票していただくために、投票所に、老眼鏡、投票用紙記入補助具、投票所でよくある質問を伝えることができるコミュニケーションボードなどを用意しています。また、口頭で投票所の係員に必要な支援を伝えることが困難な場合や苦手なための「投票支援カード」を新たに市ホームページに掲載しましたので、ぜひ、ご利用ください。

選挙人に同伴する子ども(18歳未満)は投票所に入ることができます。次回の選挙は、子どもと一緒に、みんなで投票に行きましょう!

選挙事務従事者の事前登録者を随時募集しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 選挙管理委員会事務局(☎017-734-5822)



町会に宝くじの助成金

(一財)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。

- ◆佃気象台町会(6月) クリーンボックス2台、掲示板2台
- ◆桜川団地町会(6月) クリーンボックス2台
- ◆松原町会(7月) 卓球台セット5台、エアロバイク2台、ルームランナー3台

問 市民協働推進課(☎017-734-5231)



法務局地図作成事業にご協力を

法務局では、一筆の土地ごとに境界(筆界)を調査確認して公共測量を行い、現況と一致する精度の高い地図を作成しています。

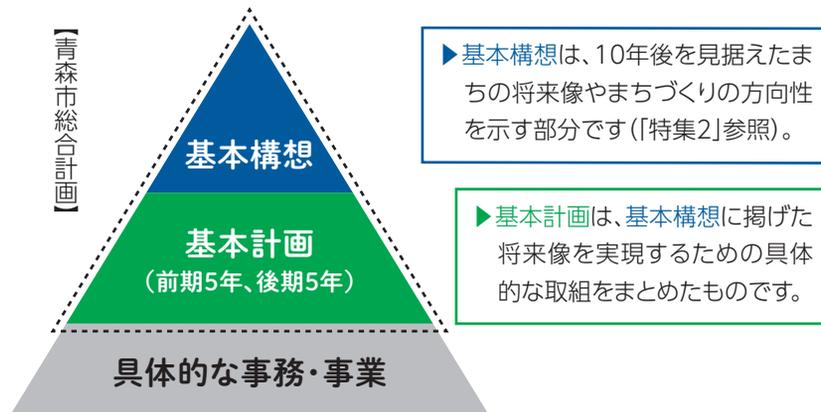
作業は令和7年2月頃まで行い、現地調査、現況測量、土地所有者立会いのもとで行う一筆地調査など、調査や測量のため、法務局と明記した腕章またはベストを着用して、皆さんの土地内に立ち入らせていただく場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

- ◆対象地区 里見一丁目・二丁目、三内字玉作、三内字稲元の一部、石江字岡部の一部、石江字三好の一部、西滝字富永の一部、西滝字菅野屋の一部、西滝字切島の一部
 - ◆計画機関 青森地方法務局
 - ◆作業機関 公益社団法人青森県公共嘱託登記土地家屋調査士協会
- 問 青森地方法務局登記部門 地図整備・筆界特定室(☎017-721-4150)

前期基本計画(素案)について意見を募集します

青森市総合計画前期基本計画(R6~R10)は、青森市総合計画基本構想に掲げた将来都市像「みんなで未来を育てるまちに」の実現に向け、具体的な取組を示したものです。

青森市総合計画は基本構想と基本計画で構成しています



▶基本構想は、10年後を見据えたまちの将来像やまちづくりの方向性を示す部分です(「特集2」参照)。

▶基本計画は、基本構想に掲げた将来像を実現するための具体的な取組をまとめたものです。

◆縦覧場所など

8/1(木)から、本庁舎2階企画調整課、本庁舎1階ロビー、本庁舎3階情報公開コーナー、駅前庁舎1階総合案内そば縦覧スペース、柳川庁舎1階柳川情報コーナー、浪岡庁舎1階閲覧コーナー、各支所・市民センター、東岳コミュニティセンター、高田教育福祉センター、浪岡中央公民館及び市ホームページでご覧いただけます。
※縦覧は閉庁・休館日を除く

◆意見を提出できるかた

- 次のいずれかに該当するかた
- ①市内に住所を有するかた
- ②市内に事務所などを有する個人・団体など
- ③市内の事務所などに勤務するかた
- ④市内の学校に在学するかた
- ⑤意見募集事案に利害関係を有する個人・団体など

◆ご意見の提出方法

8/31(土)までに、氏名・住所を記入の上、郵送、FAX、直接持参で提出していただくか、市ホームページの「青森市電子申請サービスの応募フォーム」からお送りください。なお、住所が青森市外のかたは、上記「◆意見を提出できるかた」の②~⑤のいずれに該当するかも記入・選択してください。※持参は閉庁日を除く

◆提出先

〒030-8555 企画調整課(本庁舎2階)
☎017-734-5129
※お寄せいただいたご意見は、内容を検討し、意見の概要とそれに対する市の考え方を公表します。個別に回答はしませんのでご了承ください。

問 企画調整課(☎017-734-5168)

アンケートにご協力を

市民の皆さんが感じている「暮らしやすさ」や「幸福感(Well-being)」を数値化し、今後のまちづくりの参考とするため、地域幸福度に関するアンケートのご協力をお願いします。

- 時 8/12(月)まで
- 申 二次元コードまたは市ホームページよりご回答ください。
- 問 企画調整課(☎017-734-2247)



全国家計構造調査にご協力を

全国家計構造調査は国が5年ごとに実施する基幹統計調査で、全国から無作為に選定した約9万世帯に家計簿などを記入していただく調査です。

調査のため、県知事の任命を受けた調査員(調査員証を携帯)が、8月下旬から調査対象となった世帯を訪問しますので、ご協力をお願いします。

回答は、調査票を調査員へ直接提出するほか、インターネットでも回答できます。なお、ご記入いただいた内容は、統計作成の目的以外に使用されることはありません。

問 企画調整課(☎017-763-5244)

空き家の適正管理

空き家などの所有者の皆さん、定期的に様子を確認していますか?建物などが倒壊・損壊している場合は修繕、解体、撤去などの対応を、夏期には樹木の伐採や除草、害虫駆除を行うなど、近隣に迷惑がかからないように注意しましょう。

空き家・空き地の利活用をお考えのかた「空き家・空き地バンク」に登録しませんか?詳しくは、お問合せください。

 住宅まちづくり課

(☎017-734-2385)
浪岡振興部都市整備課
(☎0172-62-1145)



河川管理にご協力を

◆清掃ボランティアを募集 (水辺サポーター制度)

県河川や海岸で清掃や草刈りなどを行う団体を支援します。

◆河川内の雑木伐採

県では、河川管理に努めていますが、十分に処理できていない実態があります。河川環境を美化したい、伐採した雑木を利用したいなど、河川内の雑木伐採を行いたいかたは、お問合せください。

 東青地域県民局河川砂防施設課
(☎017-728-0260)

青森市 スポーツボランティアを募集

市内のスポーツ大会やスポーツイベントなどのお手伝いをしていただけのかたを募集しています。

 満18歳以上(18歳未満は保護者の同意が必要)

 地域スポーツ課

(☎017-718-1431、
 chiikisupo-tsu@city.aomori.
aomori.jp)へ

民生委員・児童委員、 主任児童委員を募集

民生委員・児童委員、主任児童委員は、地域住民と同じ立場から生活や福祉全般に関する相談や、見守り活動を行い、子どもから高齢者まで幅広い方々の困りごとに対して、行政機関などへつなぐパイプ役を務めています。一部、欠員の区域があり、活動してくれるかたを募集しています。福祉活動に興味のあるかたは、ぜひ、お問合せください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

 福祉政策課(☎017-734-5314)

地域福祉サポーターを募集

高齢者支援や雪処理支援などのボランティア活動をする地域福祉サポーターを募集します。ボランティア活動1時間につき1ポイントが付与され、商品券やAOPASSポイントと交換できます。

 市内に居住または通勤、通学している満18歳以上のかた(高校生を除く)

  青森市ボランティアセンター
(青森市社会福祉協議会内、
☎017-723-1340)へ

8月26日が 「火山防災の日」 になりました



国民の皆さんに広く火山に対する防災意識を高めるため、8月26日が「火山防災の日」となりました。

火山現象のうち、大きな噴石や火砕流などは、避難までの時間的猶予がほとんどなく、命に直結する危険な現象です。

「火山防災の日」をひとつのきっかけとして、火山災害発生に備えておきましょう。

 青森地方気象台
(☎017-741-7413)

青森市男女共同参画審議会委員を募集

◆応募資格

本市に住所がある18歳以上のかた(高校在学中でないかた)/月～金曜日の昼間に開催する会議に出席できるかた/本市の他の附属機関の委員、国・地方公共団体の常勤職員、議員、公共団体の職員、政党の役員・職員、その他政治団体の関係者でないかた/男女共同参画について関心があり、次のいずれかに該当するかた

- ①男女共同参画に係る活動をしているかた
- ②男女共同参画についての識見があり、熱意や意欲を持って意見を述べられるかた

◆募集人数 1人

◆任期 委嘱の日から2年間

◆会議の開催 年1～2回

◆報酬 会議1回あたり8,700円

◆選考方法 書類審査(結果は9月下旬までに応募者全員に通知)

 8/1(木)～30(金)(17:00必着)に、応募用紙(市ホームページ掲載、課に備付け)と小論文「青森市の男女共同参画社会の実現に向けて」(任意様式/800字程度 ※未発表のものに限る)を

〒030-0801 新町一丁目3-7 人権男女共同参画課

( jinken-danjo@city.aomori.aomori.jp)へ

 人権男女共同参画課(☎017-734-2296)

青森市社会教育委員を募集

◆応募資格

学校教育の関係者(学校評議員など)、社会教育の関係者(青少年、子ども会、文化など社会教育関係団体のリーダーや活動者など)、家庭教育向上に資する活動を行うかた(子育てサークルのリーダーや家庭教育に関する相談や情報提供を行う団体の活動者など)のいずれかに該当するかた/青森市民で18歳(11/21(木)時点)以上のかた/本市の他の附属機関の委員、国・地方公共団体の常勤職員、議員、政党の役員・職員、その他政治団体の関係者でないかた/月～金曜日の昼間の会議に出席できるかた

◆募集人数 2人以内

◆任期 11/21(木)から2年間

◆報酬 会議1回あたり8,700円

◆選考方法 書類審査(結果は10月中旬までに応募者全員に通知)

 9/13(金)までに、様式(市ホームページ掲載、任意作成可)に住所・氏名・ふりがな・年齢・生年月日・電話番号・職業・主な経歴・応募動機を記入の上、小論文「社会教育・生涯学習の推進に向けた私の提案」(800字程度)を添えて、〒030-0801 新町一丁目3-7 文化学習活動推進課
( bunkagakushu@city.aomori.aomori.jp)へ

 文化学習活動推進課(☎017-718-1376)

雪捨場用の空き地を募集

冬期間(11～3月)の道路除排雪作業時、市から除排雪作業を受託した事業者が運搬した雪を堆積しておく雪捨場用の空き地を募集しています。個人、法人は問いません。詳しくは、お問合せください。

※例年10月から募集している「市民雪寄せ場」とは異なります。ご注意ください。

 8/30(金)までに、道路維持課(☎017-752-8584)へ

海の事故ゼロのために

①小型船舶の発航前点検・見張りの徹底

②大型船舶の見張りの徹底・船舶間コミュニケーションの促進

③ライフジャケットの常時着用・自己救命策の確保

* 離岸流に注意!目指せ海の事故ゼロへ!

- ・海水浴シーズンには海の事故が増加傾向にあるため、青森海上保安部では、海の事故防止啓発活動を行っています。
- ・海水浴をする時は、監視員のいる決められた海水浴場や遊泳期間を守りましょう。
- ・遊泳場所によっては沖合に流される離岸流があるので、十分に注意してください。
- ・海上保安庁への緊急通報は118番

 青森海上保安部交通課(☎017-734-2422)



海上保安庁HP

『夏だ!祭りだ!火の用心!』

～露店開設の注意事項・花火の事故防止～

* 露店を開設する際、届出していますか?

イベントや催しで対象火気器具(ガスコンロ・フライヤー・発電機・ホットプレートなど)を使用する露店の開設には、あらかじめ消防署への届出が必要です。また、業務用消火器を用意することが義務付けられています。届出様式は、青森消防本部ホームページまたはお近くの消防署へお問合せください。



* 花火による事故防止

夏になり、花火を楽しむ季節になりましたが、気軽に楽しむ花火も、取扱いを誤ると大きな事故につながる可能性があります。

子どもだけで花火をするのは大変危険です。また、「中の火薬を取り出す」「たくさんの花火に一度に火をつける」などで火災や火傷を負う危険性もあります。次のことに十分注意しましょう。

- ① 広くて安全な場所を選ぶ。
- ② 水バケツを用意する。
- ③ 大人が立ち会う。
- ④ 花火に書いてある遊び方を守る。
- ⑤ 花火は安全な場所に保管する。



 消防本部予防課(☎017-775-0853)

母子生活支援施設「青森市立すみれ寮」

すみれ寮は、18歳未満の子どもを養育している母子家庭や、事情があり離婚できない家庭の母親が、様々な問題で子どもの養育を十分にできない場合に母子で入所し、就労・生活・子育てなどの支援を受けながら自立するための施設です。入所の相談など、詳しくは、お問合せください。

☎子育て支援課(☎017-734-5334)
ひとり親家庭等就業・自立支援センター(☎017-734-5817)

個人事業税の納付

個人事業税は、一定の事業を行う個人に対し、前年の所得をもとに課税される県の税金です。地域県民局県税部から送付される納税通知書で、原則8月と11月の2期に分けて納付することになりますので、期限内に納めてください。

口座振替もできますので、8月中旬までに納税者本人の通帳と預金届出印を持参の上、取扱金融機関・各県税部にお申込みください。

☎東青地域県民局県税部(☎017-734-9976)

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。
※口座振替の場合、納期限が引き落とし日

- ◆9月2日(月)納期限
①市・県民税(普通徴収分) 第2期分
②国民健康保険税(普通徴収分) 第2期分
③後期高齢者医療保険料(普通徴収分) 第2期分
④介護保険料(普通徴収分) 第2期分
⑤児童保育負担金(保育料) 第5期(8月)分
⑥市営住宅使用料 8月分
⑦市営住宅駐車場使用料 8月分
⑧放課後児童会負担金 8月分
⑨霊園管理料 全期分
 - ◆9月10日(火)納期限
⑩市・県民税(給与特別徴収分) 8月分
- ☎①～⑤⑧⑩納税支援課(☎017-734-5209)
⑥⑦住宅まちづくり課(☎017-734-5572)
⑨生活安心課(☎017-734-5277)

定額減税や給付金の支給をかたった詐欺にご注意ください

定額減税や給付金について、国や県、市が電話やメールなどで銀行の口座情報を聞き出したり、ATMの操作をお願いすることは一切ありません。不審な電話やメールがあったら、警察相談専用電話「#9110」にお電話いただくか、お近くの警察署にお問合せください。

☎市民税課(☎017-718-2156)

<広告>

法律相談は弁護士会へ 今すぐあなたの助けになりたい
青森県弁護士会所属の地元の弁護士事務所が迅速に受けられます。
受付時間/平日午前9時から午後5時
相談料/30分 5,500円(税込)
※但し法テラスの扶助が利用できる場合無料
① 悩みがある…
② 017-777-7285へ電話
③ 午前中に電話→当日15時～17時相談可能
④ ③以外の場合→弁護士を紹介します!
お申込・お問合せは：青森県弁護士会まで (TEL.017-777-7285)

市税などの納付は便利な口座振替で

口座振替は一度お申込みいただければ、ご指定の口座から市税などを自動的に振替納付する便利で簡単な制度です。県内の主な金融機関で申し込みめます。ぜひご利用ください。

☎納税支援課(☎017-734-5220)

市税は便利なキャッシュレス納付で

パソコンやスマートフォンで、納付書に印字されている「地方税統一QRコード」や「バーコード」を読み取ることで、クレジットカード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。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎納税支援課(☎017-734-5208)

市税の督促手数料と延滞金

市税の督促手数料や延滞金は、納期限を過ぎてから納付した場合に、本税額や経過した日数に応じて加算されます。

また、市県民税などの納付書に印字されている「地方税統一QRコード」を使用し、納期限が過ぎてから金融機関窓口やクレジットカードなどで納付した場合には、本税額分のみの納付となるため、督促手数料や延滞金は、後日、別途請求となります。

市税は地域を支える貴重な財源です、納期内に忘れずに納めましょう。

☎納税支援課(☎017-734-5209)

お困りごと相談窓口 無料

8月の市民相談

予約不要

所 市民なんでも相談室(駅前庁舎1階)
☎017-734-5249

[一般相談]

- 市民なんでも相談室
時 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)
8:15～18:30
※来庁または電話で受付

[特別・専門相談] ※各相談10人程度

- 人権相談
時 5(月)・19(月) 10:00～15:00
- 行政相談
時 1(木)・8(木)・15(木)・22(木)・29(木) 10:00～15:00
- 司法書士相談
時 5(月)・13(火) 10:00～14:00
- 不動産相談
時 1(木)・8(木)・15(木)・22(木)
10:00～15:00
- 不動産鑑定士相談
時 27(火) 13:00～15:00
- 土地家屋調査士相談
時 5(月) 10:00～14:00
- 行政書士相談
時 9(金)・16(金)・23(金) 10:00～15:00

要予約

- 法律相談
時 13(火)・26(月) 13:00～15:00
人 各5人(申込順)
申 事前に、生活安心課(☎017-734-5250)へ
13日分は1日から、26日分は14日から
予約受付(8:30～)
※相談は、1回まで(1人20分間)

浪岡地区 人権相談・行政相談

時 8/1(木)・15(木) 9:00～15:00
所 浪岡総合保健福祉センター
☎浪岡振興部健康福祉課
☎0172-62-1113

市税などの 平日夜間納付相談

[青森地区]
時 8/19(月)～22(木)・26(月)～29(木) 20:00まで
所 納税支援課(駅前庁舎)
☎017-734-5209

[浪岡地区]
時 8/27(火)～30(金) 20:00まで
所 浪岡振興部納税支援課
☎0172-62-1141

ひとり親家庭などの 無料法律相談 要予約

離婚・養育費などの相談に弁護士がお応えします。

時 9/5(木) 13:00～15:00
所 子育て支援課(駅前庁舎2階)
人 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。
申 岡9/2(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

女性のための 専門相談 要予約

◆法律に関する問題に、女性弁護士がアドバイスします。
相談時間は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

時 ①8/6(火)・②27(火)
13:00～15:00
所 アピオあおもり 人 3人(申込順)
申 ①は8/1(木)までに、②は8/22(木)までに、県男女共同参画センター相談室(☎017-732-1022/水曜日を除く9:00～16:00)へ

◆こころの悩みに、女性公認心理師が応じます。
相談時間は50分。申込時に相談内容をお知らせください。

時 8/15(木) 13:00～15:00
所 アピオあおもり 人 2人(申込順)
申 8/13(火)までに、県男女共同参画センター相談室(☎017-732-1022/水曜日を除く9:00～16:00)へ

「こどもの人権相談」強化週間

期間中は相談時間を延長し、土・日曜日でも電話相談を行います。相談は無料で、秘密は守ります。ひとりで悩まず、相談してください。

【こどもの人権110番】
☎0120-007-110(相談ダイヤル・通話無料)
【LINEじんけん相談】
@linejinkensoudan(SNS相談アカウント)



時 8/21(水)～23(金)・26(月)・27(火)
8:30～19:00
8/24(土)・25(日)
10:00～17:00
※通常の相談時間は、月～金曜日(祝日を除く)の8:30～17:15
☎青森地方法務局人権擁護課
☎017-776-9024

様々な事情で暮らしに お困りのかたの相談

経済的に困窮し、暮らしにお困りのかた(生活保護受給者を除く)の自立に向けた支援を行っています。

●自立相談支援事業
相談に応じて支援計画を作成し、関係機関と連携しながら、生活の安定や就労促進などを支援します。

●住居確保給付金の支給
退職や自営業の廃業または休業などに伴う収入の減少により、経済的に困窮し、住宅の喪失やそのおそれのあるかたに対し、家賃相当分の住居確保給付金を支給します。※その他要件あり

時 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)
8:30～17:00
所 青森市福祉増進センター(しあわせプラザ)
☎青森市社会福祉協議会(☎017-723-1340、a_shakyo@mars.plala.or.jp)

暮らしの情報

Living Information

ふるさとを知る、演じる、考える演劇公演 『青森市ものがたり～進め!八甲田丸～』

中学生・高校生が、青森市の歴史や文化を題材にした演劇公演を行います。今年「青函連絡船 八甲田丸」にまつわる物語です。皆さん、ぜひご鑑賞ください。

構成・演出 畑澤聖悟さん(劇団「渡辺源四郎商店」店主)

時 8/11(日) 15:00~16:00

所 リンクモア平安閣市民ホール

問 リンクステーションホール青森(☎017-773-7300)



農業を身近に感じよう! 青森市農業フェア

野菜やバレイショの収穫体験(有料)、藍染体験(有料)、スマート農業機器の展示相談会、ドローン飛行シミュレーターやラジコン草刈機の操作体験、場内スタンプラリー、あおもりマルシェ実行委員会やキッチンカーの出店による野菜・花の販売や飲食コーナーなど

ハーブ苗のプレゼント (11:00~50人、13:00~50人当日先着順)も!

時 8/10(土) 10:00~14:00

所 農業振興センター

問 農業振興センター(☎017-754-3596)、農業政策課(☎0172-62-1156)



鉄道模型ショー2024「日本列島鉄道で繋がり バリエーターに富む列車大集合」

実物の1/20、1/80、1/150の鉄道模型が大集合! 協力:青森鉄道模型クラブ

時 8/10(土)~12(月) 10:00~16:00(最終日は15:00)

所 中央市民センター3階 集会室 中会議室①②

問 中央市民センター(☎017-734-0164)



A-Paradise2024 in アスパム ~これまでの10年、これからの10年~

A-Paradise10年間の活動を記録映像などで振り返りながら、音楽・ダンスなどのステージやアート・ライブペイントなどを楽しむ参加型のイベントです。

時 8/17(土) 12:00~18:00

18(日) 10:00~18:00

所 青森県観光物産館アスパム

問 あおもりアートカウンスル事務局 (☎017-773-7304)



青森市の地元スポーツチームを応援しよう!

青森ワッツ (バスケットボール)

第12回 TOHOKU CUP 2024 in AOMORI 開催決定! シーズン開幕前に東北6県にある B.LEAGUEクラブによって争う「TOHOKU CUP」今シーズンは9年ぶりの青森開催

開催日程 9/14(土)~16(月) 青森ワッツは15日が初戦です。

@カクヒログループスーパーアリーナ(青森市総合体育館) 大会詳細やチケットの購入方法は青森ワッツ公式サイトをご覧ください。

問 青森スポーツクリエイション株式会社(☎017-763-0551)



ラインメール青森 (サッカー)

ラインメール青森は地域との交流を大切にしています!保育園訪問・老人ホーム訪問などで地域の皆さんと交流を深めたり、市内のイベントに積極的に参加しています。

今シーズンはホーム戦平均入場者数2,000人を達成するため、毎週選手たちが市内各地でチラシ配布もしています!

選手たちを身近に感じて、ピッチで活躍する姿をぜひスタジアムへ見に来てください!



問 ラインメール青森フットボールクラブ(☎017-729-0411)



問 地域スポーツ課(☎017-718-1431)

第32回青森県民駅伝競走大会 青森市代表チームをみんなで応援しよう!

県内の市町村の代表チームが、「健脚でつなげ郷土の和と心」をスローガンに、熱戦を繰り広げます。

【コース】アスパム前 ~カクヒログループアスレチックスタジアム(全9区間 計26.1Km)

時 9/1(日) 12:00スタート 問 地域スポーツ課(☎017-718-1431)

第3回青森ユース(U-18) サッカーフェスティバル開催!

青森山田高校をはじめ、全国の強豪チームが青森市に集結! ハイレベルな戦いを、ぜひご観戦ください!

時 8/15(木)~18(日) ※決勝戦:8/18(日) 11:00予定

所 カクヒログループアスレチックスタジアムなど

問 地域スポーツ課(☎017-718-1431)

あおもり街てくツアー

青森駅周辺を無料で案内するボランティアガイド団体「あおもり街てく」は、期間限定で「青森開港400年記念」街歩きツアーを実施中です。

時 10月末までの金~日、祝日 ①10:30~11:30 ②13:30~14:30

料 無料(傷害保険加入の場合1人200円)

申 問 2日前までに公式ホームページまたは、前日17:00までにあおもり街てく(観光交流情報センター内☎017-723-4670)へ

ねぶたの家ワ・ラッセ 展示大型ねぶた総入れ替りリニューアルオープン!

「ねぶたの家 ワ・ラッセ」は青森ねぶた祭2024に出陣し、見事賞を獲得したねぶたに総入れ替りして8/11(日)リニューアルオープン!ぜひお越しください♪ ※8/9(金)・10(土)入替のため休館

問 ねぶたの家 ワ・ラッセ(☎017-752-1311)

国際交流員異文化理解講座

台湾と日本の教育

台湾の学校教育制度は、日本の影響を受けながら、戦後独自に発展しました。陳さんと、台湾と日本の学校教育の相違点などを学びましょう。

時8/24(土) 10:00~11:30 所 商工会議所1階 対 20人程度

8/16(金)までに 要予約



台湾No.1の女性画家 陳進について

青森の友好都市である台湾新竹県出身の陳進は、台湾で学び日本へも留学した画家です。陳進の活動と作品を学びながら、当時の台湾と日本の関係性を紹介します。

時 9/7(土) 10:30~12:00 所 国際芸術センター青森(ACAC) AVルーム 対 20人(抽選)

8/23(金)までに 要予約



ワークショップ「墨で団扇に絵をかいてみよう」

大学院で日本画を専攻していた陳さんと、台湾の水墨画と日本画の違いを学びながら、墨でうちわに絵をかいてみましょう。

時 9/14(土) 10:00~12:00 所 沖館市民センター 創作陶芸室 対 小学5年生以上 対 10人(抽選) 料 200円

8/30(金)までに 要予約



韓国人を知ろう! 韓国人の人間関係は?

上下関係に厳しいかどうかなど、裴さんと一緒に、韓国人の家族や友人との人間関係について学びましょう。

時 9/8(日) 10:00~11:30 所 八甲田丸 多目的(大)ホール 対 20人程度

8/30(金)までに 要予約



韓国文化サロン「オソンドソン」 当日直接会場へ

裴さんと、言葉や文化などについて、日本語・韓国語でカジュアルに話しませんか。【第2水曜日:韓国語で話したいかた向け/第4水曜日:韓国語初心者向け】

時 毎月第2・第4水曜日(8/14は休み) 18:30~19:30 所 本庁舎1階 ロビー 対 高校生以上

申 各締切日までに、氏名・年齢・住所・電話番号を、各申込みフォームまたは交流推進課(☎017-734-5235、✉kouryuu-suishin@city.aomori.aomori.jp)へ

交流型日本語教室 テーマ「防災」

地域に住む外国人のかたと一緒に「やさしい日本語」を使って、防災について学んでみませんか。

時 8/10(土) 9:30~12:00 所 東部市民センター 対 10人(申込順) 申 二次元コードまたは(公社)青森県観光国際交流機構(☎017-735-2221)へ



国際音楽交歓コンサート2024

ピアノやヴァイオリンなどの海外の一流音楽家によるコンサートを開催します。

時 10/7(月) 18:30~(開場18:00) 所 リンクモア平安閣市民ホール 申 9/7(土)までに、往復はがきで申込み ※当日消印有効 鑑賞の可否は、9/24(火)までにお知らせ ※往信表面の住所:

〒030-0862 古川一丁目21-12 セントラルビューあおもり2F (株)東奥アドシステム内 国際音楽交歓コンサート2024開催事業実行委員会事務局 (青森県地域生活文化課内 ☎017-734-9207) 県HP



<p>往信表面</p> <p>63 030-0862</p> <p>往信</p> <p>古川一丁目21-12 セントラルビューあおもり2F 株東奥アドシステム内 「国際音楽交歓 コンサート」係</p> <p>(何も記入 しないで ください)</p>	<p>返信表面</p> <p>63 000-0000</p> <p>返信</p> <p>応募者の 郵便番号 住所・氏名を ご記入ください</p>	<p>往信裏面</p> <p>①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④電話番号 ⑤鑑賞希望者数 (最大4人まで) ⑥その他 (車いすの使用など)</p>	<p>返信裏面</p>
---	---	---	-------------

アコール階段ギャラリー 「一枚の折り紙でできる 切り紙絵の世界 横山瞳」

風景や動物など四季折々の作品を展示。子どもから大人まで楽しめる、切り紙絵の世界をぜひご覧ください。

時 8/10(土)~30(金) 9:00~18:00 ※8/11(日)休館 所 働く女性の家「アコール」(☎017-723-1700)

カダールなんでも座談会

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?」など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OKです!

時 8/16(金) 10:00~11:30 所 男女共同参画プラザ「カダール」企画ワーク室2 対 男女共同参画プラザ「カダール」(☎017-776-8800)

「カダールフェスタ」参加説明会

カダールフェスタ(R7.1/25(土)~2/2(日)開催予定)に参加してみませんか?様々な市民団体が男女共同参画の視点で、それぞれの個性を活かした活動企画を発表する、カダールの冬の一大イベントです!設備や会場の使用は無料です。お気軽にご参加ください。

時 8/22(木) 13:30~15:30 所 男女共同参画プラザ「カダール」研修室 対 カダール登録団体や市内で活動する団体・グループ、大学や学校のサークルなど(2人以上で活動し営利的ではない団体) 申 事前に、所属団体名・参加者氏名・電話番号を、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「参加説明会」と記入

サークル体験講座 「すぐできる!一枚の折り紙で作る切り紙絵講座」

初心者大歓迎!切り紙絵で「お月見うさぎ」を作ってみませんか?

時 8/29(木) 13:00~16:00 所 働く女性の家「アコール」3階 会議室 対 10人 料 500円 備 ハサミ持参 申 8/25(日)までに、氏名・電話番号を、働く女性の家「アコール」(☎017-723-1700、✉acor-kouza@kadar-acor.jp) 9:00~受付へ ※Eメールは件名に「サークル体験」と記入

カダール映画の日2024 モーニングシアター 「あのこと」無料上映会

ヴェネチア国際映画祭金獅子賞受賞。望まぬ妊娠をした大学生のアンヌが、自らが願う未来をつかむために、たった一人で戦う12週間が描かれる。(2021年/フランス/100分)日本語字幕版上映。

時 8/25(日) 9:15~10:55 所 男女共同参画プラザ「カダール」AV多機能ホール 対 15歳以上 対 150人 申 事前に、氏名・電話番号を、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「あのこと」と記入

カダール映画の日2024 vol.3「おくりびと」 無料上映会

第81回米国アカデミー賞(外国語映画賞部門)受賞。納棺師の見習いとして働きだした大悟。そこには、様々な人の様々な境遇のお別れが待っていた。愛することと生きることを紡ぎ出す異色の感動作。(2008年/日本/131分)

時 8/29(木) ①10:00~12:15 ②13:30~15:45 ③18:30~20:45 所 男女共同参画プラザ「カダール」AV多機能ホール 対 各150人 申 事前に、氏名・電話番号・希望時間(①~③)を、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「おくりびと」と記入

川柳入門講座 ~17音で心のストレッチ~ 第1回

誰もが親しみやすく、それでいてとても奥が深い「川柳」の世界をのぞいてみませんか?初心者のかたに、詠み方を丁寧に伝えます。

講師:野沢省悟さん (川柳触光舎青森句会主宰) 時 8/31(土) 13:30~15:30 所 男女共同参画プラザ「カダール」小会議室 対 20人 申 事前に、氏名・電話番号を、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「川柳入門講座」と記入

アジサイせん定講習会

実際に県病通り赤川沿いのアジサイをせん定し、アジサイのせん定方法や管理の仕方を学びます。

講師:緑花相談員 時 8/31(土) 10:00~11:30 ※荒天中止、小雨決行 所 県病前遊歩道緑地内あずま屋集合 対 25人 備 せん定ばさみ、軍手持参 申 8/23(金) 必着で、はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入の上、〒030-8555 公園河川課へ ※申込後の連絡はありませんので、直接集合場所へ 対 公園河川課(☎017-752-8334)



企画展「こけ写真展」
～こけを楽しむ～

時 8/10(土)～9/29(日)
津軽植物の会の澤田満さんが色々な環境でたくましく育つこけを紹介

＊ギャラリートーク
「道草苔散歩」

時 8/10(土) 10:00～11:00
津軽植物の会の澤田満さんが「苔」はどんな生き物か？苔の魅力をお話します。

料 一般250円、高校生・大学生130円(中学生以下・70歳以上は無料)
所 森林博物館 (☎017-766-7800)

処暑トレッキング 要予約
～秋の気配を求めて山歩き～

講師:青森森林インストラクター会

時 8/25(日) 8:30～12:00
所 月見野森林公園
備 トレッキングシューズか長靴、飲み物、雨具、筆記用具持参

時 8/19(月)までに、イベント名・住所・氏名・年齢・電話番号をはがき・Eメール・FAXで、〒038-0012 柳川二丁目4-37 森林博物館(☎017-766-7803、info@aomori-shi.shinrinhakubutsukan.jp)へ
＊申込後の連絡はありませんので、直接集合場所へ
所 森林博物館 (☎017-766-7800)

自然森林教室
「蔦沼のコケ探訪」 要予約

講師:澤田満さん(津軽植物の会)

時 9/21(土) 8:00～17:00
所 十和田八幡平国立公園「蔦沼」
＊森林博物館集合(7:30～受付)
人 20人(抽選) 料 5,000円
備 長靴、ルーペ、飲み物、昼食、雨具、筆記用具持参

時 9/9(月)必着で、往復はがき(1枚2人まで)にイベント名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、〒038-0012 柳川二丁目4-37 森林博物館へ
所 森林博物館 (☎017-766-7800)



中世の館 サマーコンサート

～夏の一時を音楽で～
出演:青森吹奏楽団

時 8/11(日) 14:00～15:30
所 中世の館ホール 入 396人
料 300円(高校生以下無料)
問 中世の館(☎0172-62-1020)

市民一掃きデー

家族そろってご参加ください。
＊清掃用具一式は当日貸出し
＊参加者全員にりんごジュースをプレゼント

時 8/17(土) 9:00から1時間程度
＊雨天中止
所 中央西公園(浦町小学校東隣) 集合
問 清掃管理課(☎017-718-1179)

あおもり歴史

トリビアを読む会 要予約

【テーマ】球聖・久慈次郎と青森
講師:工藤大輔(歴史資料室長)

時 8/21(水) ①14:00～15:00
②18:30～19:30 ＊①②同内容
所 市民図書館 8階会議室2
人 各回20人
時 8/1(木)から、歴史資料室
(☎017-732-5271/祝日を除く月～金9:00～17:00受付)へ

目の見えない方、
見えにくい方のための
福祉展

生活を支える便利グッズ・様々な用具を展示し、ご紹介します。

時 9/1(日) 10:00～15:00
所 ウエディングプラザ・アラスカ 4階 ダイアモンド
＊視覚障がいをお持ちのかたや見えにくいかたやご家族、福祉関係者、視覚障がいに関心のあるかた
問 青森県視覚障がい者情報センター(☎017-782-7799)

パソコン教室 要予約

カレンダー、ポストカードの作成など初心者向けのパソコン教室

時 ①9/7(土) ②10/5(土) ③11/2(土)
各日13:00～15:00
所 青森市総合福祉センター2階(青森市ふれあいの館)
＊知的障がいなどがあるかたで、会場まで通うことが可能なかた 人 各7人
時 各開催日の前日17:00までに、青森市ふれあいの館(大橋☎017-777-1778)へ

第18回かかしロード280



工夫を凝らし作成された「かかし」を国道280号線バイパス沿いに展示。散歩や車での移動の際に、稲穂の成長とともに「かかし」のある風景をお楽しみください♪
好きなキャラクターや人物など好きな題材のオリジナルかかし(1～2m程度)を作ってみませんか?かかし用の骨組木材は1体あたり2本まで無料提供!

《かかしロード280サポーター大募集!》
運営費を支援するサポーターを募集します。
支援金は1口1,000円から。詳しくは、お問合せください。

時 9/1(日)～28(土)
問 かかしロード280実行委員会(永井☎017-788-5656)

青森県立保健大学キャンパスオープンデー

多くのかたに大学を知ってもらい、キャンパスの雰囲気を感じてもらうため、自由に構内を見学できるキャンパスオープンデーを開催します。

時 8/5(月)～8(木) 10:00～15:00
所 青森県立保健大学 対 中学生・高校生ほか、どなたでも
備 当日、管理・図書館棟1階 事務局教務学生課で受付
＊受付後に入構許可証とキャンパスマップを配布
申 団体(5人以上)での見学は、事前に県立保健大学(gakubo@ms.auhw.ac.jp)へ
問 青森県立保健大学 教務学生課 学生募集担当(☎017-765-2061、gakubo@ms.auhw.ac.jp)



青森県立保健大学
公開講座・大学院公開ゼミ 要予約

＊公開講座

【テーマ】青森の未来へつなぐ
～人を育てる、地域をつくる～

時 13:00～15:30(12:00～受付) 人 各300人



回	開催日時	内容
第1回	9/28(土)	テーマ「地域の健康:こどもの肥満と訪問看護」 ◆青森県の児童生徒は肥満なのか痩せなのか 熊谷貴子助教 ◆訪問看護ってなに? 小野恵子准教授
第2回	10/26(土)	テーマ「地域の福祉:共生社会と介護事情」 ◆地域共生社会づくりに挑む社会福祉士の養成 小山幸講師 ◆介護の生産性と質のイノベーション ～青森県内の介護事情～ 工藤英明教授
第3回	11/10(日)	テーマ「地域と専門職:採血検査と管理栄養士養成」 ◆採血検査を正しく知ろう、正しく受けよう 小池祥太郎准教授 ◆地域の栄養と食を支える管理栄養士育成 齋藤長徳教授

＊大学院公開ゼミ

【テーマ】青森の健康を科学する
～本学における研究と社会貢献～

対 高校生以上

＊講義・演習1・2、ディスカッションは通しの受講です。



開催日	内容	時間	テーマ・講師
第1回 8/22(木)	研究室ツアー	13:00～13:40	井澤弘美准教授
	講義・演習1	13:50～14:20	子どもの成長とアレルギー 谷川涼子教授
	講義・演習2	14:30～15:00	あなたの知らない「健康食品」の世界 井澤弘美准教授
第2回 11/9(土)	ディスカッション	15:10～15:40	2名の講師とディスカッション
	研究室ツアー	13:00～13:40	篠原博教授
	講義・演習1	13:50～14:20	高齢者のフレイル予防:自宅でも入院中でも 出貝裕子教授
	講義・演習2	14:30～15:00	健康長寿の秘訣:活動性が高い超高齢者の 身体機能分析からの提案 篠原博教授
ディスカッション	15:10～15:40	2名の講師とディスカッション	

所 青森県立保健大学
備 中止、変更は、大学ホームページでお知らせ
申 開催日の7日前までに、住所・氏名(ふりがな)・年齢・職業(学校名)・電話番号・メールアドレス・希望する回を申込フォームまたは青森県立保健大学(☎017-765-2021)へ
問 青森県立保健大学 キャリア開発・研究推進課(☎017-765-4085)

国際芸術センター青森(ACAC)からのお知らせ

青森公立大学 国際芸術センター青森(☎017-764-5200)

◆イベント キュレーターツアー

展示会「currents/undercurrents-いま、めくるめく流れは出会う」を企画した学芸員と一緒に、たまに感想を共有し合いながら、ギャラリー内で作品を鑑賞します。



時8/3(土)10:30~11:30 所展示棟 ギャラリーA入口

◆イベント「見えない建築」ツアー

青森公立大学 国際芸術センター青森の建築を中心に市民ガイドのご案内します。



時8/25(日)10:30~11:30

所展示棟 ギャラリーA入口

あおもり わがまち魅力再発見川柳 募集!



市町村賞(青森市)1作品とその他応募作品の中から5作品を選定。入賞者には第一生命保険(株)より賞品を贈呈!(市町村賞(青森市)への応募は、青森市おすすめワード「ねぶた」「りんご」「ウォーキング」を含む川柳に限る)

備 入選作の発表は雅号(ペンネーム)で行い個人名は公表しませんが、性別・年齢・お住いの都道府県名を公表する場合があります。なお応募作品の著作権(著作権法第27条・第28条に定める権利を含む)、その他の一切の権利を応募をもって第一生命保険(株)・青森県に譲渡し、応募作品に関して著作者人格権を一切行使しないことを承諾の上ご応募ください。

事情により予告なく内容の変更や中止の場合があります。

第一生命保険(株)・青森県は応募作品を「あおもりわがまち魅力再発見川柳」の運営(募集・発表)に使用します。

入選作品は2025年1月全国発表予定の「2024年サラ川全国優秀100句」の選考対象とし、ともにPRします。

対 青森県内在住または県内にお勤めの成人

申 8/30(金)までに二次元コード、または応募用紙(健康づくり推進

課に備付け)に必要な事項を記入の上郵送で、

〒030-0822 中央一丁目22-8日進青森ビル8階

第一生命保険(株)青森支社「ジモサラ担当窓口」へ

問 第一生命保険(株)青森支社(☎017-734-3191)



①あさむしマルシェ

②あさむし盆踊り祭

①イベントでしか味わえない飲食店が多数出店!手軽にテイクアウトできます♪

②三味線と歌の生演奏にのせて浅虫で踊りましょう!

時8/25(日)

①11:00~16:00 ②17:00~19:30

※荒天の場合は中止

所 「道の駅」浅虫温泉ゆ〜さ浅虫

問 浅虫まちおこし応援団がっちゃんこ(井上☎080-9014-9169)

ゆ〜さ市場 お盆の市

お盆商品の販売のほか、切花、組花の販売。期間中は営業時間を延長して営業します。

時8/10(土)~13(火) 8:00~18:00

所 ゆ〜さ市場

問 「道の駅」浅虫温泉 ゆ〜さ浅虫(☎017-737-5151)



親子で楽しむ 要予約

窯焼きピザ作り体験講座

講師:米坂恵子さん

時8/17(土) 9:00~13:00

所 浪岡細野山の家

人 8組(申込順) 料1,000円

申 問8/2(金)~9(金)に、浪岡細野山の家(☎0172-62-3129)へ



第49回 青森県ファミリーオートキャンプ大会 要予約

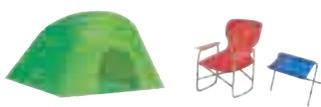
子ども向け体験や、キャンプグッズの販売、大抽選会、八甲田牛の牛肉試食も!初心者への手伝い可、テントなどのレンタル有り。

時8/24(土)・25(日) 所モヤヒルズ 料1組1サイト6,000円(モヤヒルズオートキャンプ場のサイト料を含む)

備 ペット同伴可

申 青森県オート・キャンプ協会のホームページをご覧ください。

問 青森県オート・キャンプ協会事務局(☎017-744-7447)



移動図書館「はまなす号」巡回日程

貸出冊数 1人5冊まで(市民図書館・市民センターなどの貸出しと合わせて10冊まで)

利用者カード 市民図書館や市民センターなどと共通

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、市民センターなどでも受付)



市民図書館HP

問 市民図書館(☎017-776-2455)

Table with columns: 駐車場所, 駐車時間, 8月, 9月, 10月, 11月. Lists various locations and their visit dates.

りんご狩り 要予約

26種類のりんごを栽培しています。時期により収穫できるりんごの品種が異なります。

時8/1(木)~11/15(金) 9:00~16:30(16:00受付終了)

所 青森観光りんご園 料1人350円 ※りんご2個付き

申 問 希望日の前日までに、氏名・電話番号を、東青地域G・B・T推進協議会(青森観光りんご園 川村☎017-738-3047)へ



青森観光りんご園HP

ふれあい農園加工体験講座

①藍染め体験 要予約

時8/1(木)~9/30(月)

10:00~15:00 ※1時間程度

所 市内産の藍葉を使った藍染め体験講座です。

人 各日6人

料 ハンカチ800円、バンダナ1,200円

申 希望日の一週間前までに、ふれあい農園(☎017-761-3082)へ

②笹餅づくり 要予約

時8/31(土) 10:00~12:00

所 もち粉を使い笹の葉で包む笹餅づくり体験講座です。

人 12人 料1,000円

申 8/21(水)必着で、住所・氏名・電話番号を、往復はがき(1人1枚)で、〒030-1261 四戸橋字磯部243-342

ふれあい農園「笹餅づくり」へ

問 ふれあい農園(☎017-761-3082)

浪打銀座商店会夏祭り

浪打銀座通りを歩行者天国にして開催!浪打小学校鼓隊部のパレードを合図に、屋台の出店、ビアガーデン、カラオケ大会、バンド演奏などを実施予定♪

時 8/8(木)・9(金) 14:00~21:00
※ 荒天中止、両日ともに13:00から交通規制あり
所 浪打銀座通り
問 浪打銀座商店会
(玉熊 ☎017-741-3002)

第29回新城まつり &ふれあい盆踊り大会

地域住民による歌やダンスなどのステージイベントのほか、夜は盆踊りや打上花火といった家族で楽しめるイベントを開催予定♪

時 8/17(土) 13:00~18:00
※ 一部イベントは11:00から
所 西部市民センター前広場
問 新城商工振興会
(渡部 ☎090-3640-1187)

marché la yanagimachi (マルシェ・ラ・ヤナギマチ)

産直やクラフト雑貨、飲食テイクアウト、棒パンなど、柳町通り歩道を会場としたマルシェを開催!今年はキッチンカーも参加!開催状況や出店者情報は柳町商店街Instagramに掲載。出店者随時募集。

時 8/21・28、9/11・18・25の 水曜日 17:00~20:00
※ 荒天中止
所 柳町通り東側歩道
問 柳町商店街振興組合
(☎017-722-2750)



YANAGIMACHI.AOMORI

しんまちふれあい広場

よさこい演舞やねぶた囃子が披露されるほか、飲食ブースの出店などイベントが盛りだくさん!

時 8/25(日) 11:00~14:30
※ 小雨決行、当日交通規制あり
所 新町通り (八甲通り交差点~柳町通り交差点)
問 しんまちふれあい広場実行委員会
(新町商店街振興組合内 ☎017-775-4134)

AOMORI 楽市楽座

AOMORI楽市楽座×新町商店街ビアガーデンの異空間プロジェクト!本殿では善知鳥神社伝統の雅楽などが披露されるほか、境内では様々な出店やワークショップも開催!

時 8/30(金) 17:00~21:00
8/31(土) 10:00~21:00
所 善知鳥神社
問 青森市新町商店街振興組合
(☎017-775-4134)

浪岡舞台演劇公演 「嬢(かかあ)の言い分」

本日は妻の一周忌法事。娘と本家のあん様夫婦とお寺さんを待っていた。そこへ現れたのが…

時 9/6(金) 18:30
9/7(土) 14:00/18:30
所 中世の館
料 大人1,000円、小中高校生500円 (当日200円増)
問 中世の館(☎0172-62-1020)

おとなの映写会

「キング・コング」
映画撮影のため、地図には載らない伝説の島へと向かった撮影クルー。しかし、そこは怪物「キングコング」が潜む髑髏島(ドクロトウ)だった。(1933年作品・吹替版)

時 8/23(金) 10:00~11:40
所 中央市民センター 4階小ホール
入 50人(当日先着順) 備 内履き持参
問 中央市民センター
(☎017-734-0164)

夏休み こどもの映写会(8月)

「ジャックと豆の木 ほか3つ (世界の名作童話1より)」

時 8/9(金) 14:30~15:30
入 72人(当日先着順)
所 問 荒川市民センター
(☎017-739-2343)

「ムーミン -落ちてきた星の子-」

時 8/25(日) 10:00~10:30
入 50人(当日先着順)
所 問 中央市民センター
(☎017-734-0164)

未来の奥入瀬講座 要予約

現在、奥入瀬渓流エリアでは、青楓山バイパスの整備が進められています。工事完成後はマイカー交通規制が敷かれる予定で、観光利用のスタイルが一変します。青森を代表する観光地・景勝地である奥入瀬渓流の観光がどうなっていくのかを知っていただく講座です。

時 8/24(土) 13:00~14:30
所 アピオ青森大研修室1
入 50人程度
申 問 事前に、メールアドレス・電話番号・住所・氏名・人数を申込みフォーム、または奥入瀬アカデミー事務局(☎0176-74-1233、info@oiken.org)へ



出張ミニ展示 「缶詰王国あおもり ~缶詰の歴史と食文化~」

食べておいしい、知って楽しい缶詰の歴史と文化を、戦前の美しいラベル(複製)や缶詰料理(模型)を通じてご紹介します。

時 10/23(水)まで 9:00~17:00
所 青森県立図書館2階
問 青森県立郷土館
(☎017-777-1585/土・日、祝日を除く9:00~17:00)



外来生物から 国立公園を守ろう

十和田八幡平国立公園では、特定外来生物のオオハンゴンソウの在来種への影響が心配されています。住宅地や道路脇などにも生育するため、見かけたら、駆除や拡散の防止にご協力をお願いします。詳しくは、二次元コードをご覧ください。

問 十和田八幡平国立公園管理事務所
(☎0176-75-2728)



令和6年度第25回あおもりシニアフェスティバル 総合開会式・文化イベント

時 9/7(土) 10:00~15:00 所 県民福祉プラザ

◆総合開会式 11:00~12:00 ◆文化イベント 10:00~15:00
(1) 青森県警察音楽隊による記念公演(要事前申込み) 13:30~15:00
(2) 県内企業商品紹介、健康関連計測体験、シニア作品展物販、福祉施設物販(野菜、加工品など)、eスポーツ体験
(3) キッチンカー・飲食店コーナー
(4) スタンプラリー(先着プレゼント・参加記念品あり)
申 問 「青森県警察音楽隊による記念公演」は、8/30(金)までに、青森県長寿社会振興センター(☎017-777-6311)へ



県長寿社会振興センターHP

放送大学「2024年度10月入学生募集」

放送大学は、BS放送やインターネットで授業を行う通信制の大学です。「大学を卒業したい」「働きながらスキルアップを目指したい」「家事・育児をしながら学びたい」「リタイア後の学びを楽しみたい」など、それぞれの目的で、様々な年代や職業のかたが学んでいます。

備 申込締切 9/10(火)まで
問 放送大学青森学習センター(☎0172-38-0500)



放送大学HP

青森競輪日程(8月)

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。 ※1は青森前売SCのみ発売。

松戸記念(GIII) 場外	1日(木)~4日(日)	 青森競輪場イメージキャラクター 葵 萌輪
久留米ナイター(FI) 場外	1日(木)~3日(土)	
岸和田(FI) 場外 ※1	3日(土)~5日(月)	
小田原(FI) 場外 ※1	6日(火)~8日(木)	
佐世保ナイター(FI) 場外 ※1	7日(水)~9日(金)	
【松山】施設整備協賛(GIII) 場外	8日(木)~11日(日)	
西武園(FI) 場外	10日(土)~12日(月)	
青森(FI)	13日(火)~15日(木)	
福井(FI) 場外	13日(火)~15日(木)	
オールスター(GI) 平塚ナイター場外	13日(火)~18日(日)	
前橋(FI) 場外	16日(金)~18日(日)	
名古屋(FI) 場外	16日(金)~18日(日)	
青森モーニング(FII)	19日(月)~21日(水)	
岸和田(FI) 場外	19日(月)~21日(水)	
川崎ナイター(FI) 場外 ※1	20日(火)~22日(木)	
取手(FI) 場外 ※1	21日(水)~23日(金)	
青森モーニング(FII)	24日(土)~26日(月)	
小田原記念(GIII) 場外	24日(土)~27日(火)	
高松(FI) 場外	24日(土)~26日(月)	
京王閣ナイター(FI) 場外	25日(日)~27日(火)	
小松島(FI) 場外	28日(水)~30日(金)	
富山記念(GIII) 場外	29日(木)~9月1日(日)	
青森ナイターガールズ(FI)	30日(金)~9月1日(日)	

問 青森競輪場(☎017-787-2020)

チャレンジ! パソコン講座 要予約

番号	講座名	内容	日時
Word&Excel操作が初めてのかた向けの講座			
A15	Wordの基礎を覚えよう	文字の装飾やレイアウトなどの基本を学びながら簡単なご案内文書を作成	9/12(木)・13(金) (全2回) 10:00~12:00
A16	Excelの基本的な文書作成	Excelの編集操作(文字の装飾・レイアウトなど)を学習し、簡単な日誌やカレンダーなどを作成	9/14(土) 10:00~15:00 (昼休み休憩12:00~13:00)
A17	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	9/28(土) 10:00~15:00 (昼休み休憩12:00~13:00)
文字入力のできるかた向けの講座(応用)			
A18	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	9/19(木)・20(金) (全2回) 10:00~12:00
A19	Excel関数 ステップアップ(IF編)	Excel関数を学ぶ上で重要なIF系関数を学習し、関数の活用について理解を深める	9/21(土) 10:00~15:00 (昼休み休憩12:00~13:00)

対 18歳以上 入 各15人(いずれも抽選、申込者少数時中止あり) 料 各1,500円
備 OSはWindows10、ソフトはoffice2019を使用。共催:NPO法人IT支援ネットあおもり
申 往復のはがき(1講座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・氏名を記入の上、中央市民センターへ(8/15(木)必着) ※抽選結果は8/22(木)以降に通知
所 問 中央市民センター(☎030-0813 松原一丁目6-15 ☎017-734-0164)

掲載の内容は、7月23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。

市民センターの講座

申込場所:各開催場所(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/●は子ども・親子が参加できる講座
申込方法:★マークについてはページ下部参照/料金の記載のないものは無料

中央市民センター
☎017-734-0164

初めてでも大丈夫!
中村先生のすっきりエアロビクス & リラクゼーションストレッチ
時9/3(火)10:00~12:00
対18歳以上 対20人 申★

幻想的でうっとり☆
手づくりひょうたんランプづくり
時9/3・10・17(火)18:00~20:00
対18歳以上 対15人 料3,500円 申★

マシュー先生の楽しい
英会話教室 ~道案内・交通編~
時9/4・11(水)13:30~15:00
対18歳以上 対30人 申★

ねぶた写真に見える
青森市の生活史~街と人~
時9/5(木)10:00~11:30
対18歳以上 対30人 申★

津軽の民俗神
一オシラサ入門
時9/12(木)13:30~15:30
対18歳以上 対30人 申★

初めてでも大歓迎!好きなだけ
刺して完成するこざんフレーム
時9/7(土)13:00~15:00
対中学生以上 対15人 料1,000円 申★

ココロとカラダを整えるヨガ
時9/18・25(水)10:00~12:00
対18歳以上 対20人 申★

お家でも作れるちょっと
オシャレな本格イタリアン教室
時9/19(木)10:00~13:00
対18歳以上 対20人 料1,500円 申★

知っておきたい終活の話
~幸せな遺言・相続について~
時9/21(土)13:30~15:00
対18歳以上 対30人 申★

お得なふるさと納税
時9/24(火)10:00~12:00
対18歳以上 対30人 申★

●新体操「スポーツの秋!
新体操にチャレンジしてみよう!」
時9/1・8・22・29(日)、10/5(土)
10:00~12:00(9/8のみ13:00~15:00)
対小学生 対20人 申★

●津軽こぎんざし「初めてでも
大歓迎!『りんご模様のくるみ
ボタンストラップ』を作ろう!」
時9/7(土)10:00~12:00
対小学3~6年生(3年生は保護者同伴)
対15人 料500円 申★

●親子でもOK!満月みたいな
『かぼちゃもち』でお月見を迎えよう
時9/7(土)10:00~13:00
対小学生以上(小学生は保護者同伴)
対15人 料800円 申★

●キッズダンス「一緒に踊ろう!
K-pop GirlsグループDANCE」
時9/7・14・21・28(土)
11:30~12:30
対小学生 対20人 申★

●パティシエ
「ひんやりアイスとフルーツ
たっぷりの『パフェ』を作ろう!」
時9/14(土)10:00~12:00
対小学3~6年生 対12人
料600円 申★

●フローリスト「アロマ香る
フラワー石膏2個セット」
時9/21(土)13:00~15:00
対小学3~6年生 対15人
料1,000円 申★

●キッズセラピスト
「県産ヒバ、リンゴの香りで
オリジナルルームスプレーを
作ってみよう」
時9/22(日)13:00~15:00
対小学3~6年生 対10人
料500円 申★

●クッキング「みんな大好き
ふわトロオムライス」
時9/28(土)10:00~12:00
対小学3~6年生 対12人
料700円 申★

西部市民センター
☎017-788-2491

身体の不調チェック歪み整う
背骨コンディショニング®
時9/5・12・19(木)10:00~12:00
対18歳以上 対20人
申8/10(土)9:00~来館

●ハンドメイドで
絵本の世界に入り込もう
時9/7(土)10:00~12:00
対5歳以上 対20人 料1,500円
申8/10(土)10:00~料金持参で来館

●楽しい伝統芸能ワイワイ手踊り
(大人も参加可能)
時9/14・28(土)10:00~12:00
対5歳~小学6年生 対10人 申★

東部市民センター
☎017-736-6255

藍の生葉染体験
~藍のシルク・ストールづくり~
時8/28(水)13:00~15:00
対18歳以上 対12人(抽選)
料2,000円
申8/8(木)9:00~料金持参で来館
定員を超えた場合10:00~抽選

●お金の教養講座③
必ずやってくる
「相続で失敗しない方法」
時9/9(月)10:00~11:30
対18歳以上 対20人
申8/19(月)9:00~来館・電話

●お金の教養講座④
何歳からでも始められる
「簡単な資産形成」
時9/10(火)10:00~11:30
対18歳以上 対20人
申8/19(月)9:00~来館・電話

ヨガで心も身体も
ととのえる「夜の部」
時9/10・17・24(火)18:30~20:00
対18歳以上 対15人
申8/21(水)9:00~来館・電話

季節を歌う④
木村先生の「うたごえ教室」
時9/11(水)10:00~12:00
対18歳以上 対15人
申8/22(木)9:00~来館・電話

特殊詐欺の手口と対策
時9/13(金)10:00~12:00
対18歳以上 対20人
申8/22(木)9:00~来館・電話

代謝アップ講座
~簡単な筋トレとストレッチを学ぶ~
時9/14(土)・23(月)・28(土)
10:00~11:30
対18歳以上 対20人
申8/23(金)9:00~来館・電話

●初心者のシニアスマホ教室③
時9/17(火)・18(水)10:00~12:00
対60歳以上 対10人
申9/3(火)9:00~来館・電話

●読書団体スイートポテトの
~昔っこおはなし会~
時9/8(日)11:00~12:00
対20人
申8/25(日)9:00~来館・電話

大野市民センター
☎017-739-6228

【地域力アップ講座】
元気に長生き!
健康寿命を延ばそう!!
時9/3(火)10:00~12:00
対18歳以上 対20人
申8/5(月)9:00~電話・来館

煎茶道でお茶を愉しむ
時9/4・11・18・25(水)
10:00~12:00
対18歳以上 対10人 料1,200円
申8/1(木)9:00~電話・来館

転ばない体を目指す
体幹トレーニングをしよう
時9/6・13・20・27(金)
18:00~20:00
対18歳以上 対12人
申8/1(木)9:00~電話・来館

水回りをスッキリ保つ
整理収納のコツ
時9/10(火)13:00~15:00
対18歳以上 対20人
申8/5(月)9:00~電話・来館

横内市民センター
☎017-738-8723

ロコモ予防体操で
いきいきエンジョイ
時8/19(月)10:00~12:00
対18歳以上 対15人
申8/5(月)10:00~電話・来館

●藍の染め物教室
~オリジナルTシャツを作ろう!~
時9/8(日)10:00~13:00
対18歳以上 対12人(抽選)
料500円
申8/25(日)10:00~31(土)20:00
電話・来館、9/1(日)13:00~抽選
当選者へのみ電話連絡

初めてのスマホ教室
時9/10(火)・11(水)
13:30~15:30
対18歳以上
対10人
申8/27(火)
10:00~電話・来館



戸山市民センター
☎017-743-0720

やさしいボディメイク
時9/6・13・20・27(金)
10:00~12:00
対18歳以上 対15人
申8/10(土)10:00~電話・来館

シニアスマホ教室
~スケジュールと健康管理~
時9/17・24・10/1(火)
13:30~15:30
対60歳以上 対20人
申8/11(日)10:00~電話・来館

油川市民センター
☎017-788-1201

発掘調査成果から見た
器の変遷と食文化
時8/28(水)10:00~12:00
対18歳以上 対30人
申8/1(木)9:00~電話・来館

心と身体を整える太極拳入門
時8/31・9/7・14・21・28(土)
10:00~12:00
対18歳以上 対10人
申8/2(金)9:00~電話・来館

古川市民センター
☎017-776-8082

太極舞とストレッチ
時8/10・17・24・31・9/7(土)
10:00~11:30
対中学生以上 対30人(抽選)
申8/3(土)9:00~9:30来館受付、
9:30~抽選

シニア向けスマホ初歩講座
ざ・基本編
時9/10・24(火)10:00~12:00
対65歳以上 対10人(抽選)
申8/20(火)~26(月)来館受付、
8/27(火)10:00~抽選、9/2(月)
までに電話・来館で結果確認

プールで楽しく健康づくり・水曜日
時9/25・10/2・9・16・23・30、
11/6・13・20・27(水)
10:00~12:00
対18歳以上 対25人(抽選)
料2,000円

一般水泳教室・木曜日
時9/26・10/3・10・17・24・31、
11/7・14・21・28(木)
10:00~12:00
対18歳以上 対50人(抽選)
料4,000円

集中水泳教室・金曜日
時9/27・10/4・11・18・25、
11/1・8・15・22・29(金)
13:30~14:30
対18歳以上(25m以上泳げるかた)
対10人(抽選) 料5,000円

プールで楽しく健康づくり・月曜日
時9/30・10/7・21・28、
11/11・18・25、12/2(月)
10:00~12:00
対18歳以上 対25人(抽選)
料1,600円

●夏休みお助け講座
~オリジナルバッグに
トピアリーを添えて~
時8/11(日)10:00~12:00
対小学生 対10人 料1,000円
申8/2(金)10:00~電話・来館

荒川市民センター
☎017-739-2343

草木染教室~藍~
時8/22(木)10:00~12:00
対18歳以上 対16人 料500円
申8/8(木)9:00~電話・来館

梅ちゃん先生のお料理教室
~大人のお肉料理~
時8/24(土)10:00~13:00
対18歳以上 対12人(抽選)
申8/8(木)~10(土)電話・来館、
定員を超えた場合抽選

初めての陶芸教室
~お正月飾り~
時8/28・9/4・10/2・30(水)
13:30~15:30
対18歳以上 対10人 料1,500円
申8/15(木)9:00~電話・来館

知って!使おう!
はじめてのスマホ教室
時9/2・9(月)10:00~12:00
対18歳以上 対15人
申8/19(月)9:00~電話・来館

ストールでおしゃれを楽しもう!
~ストールの巻き方&活用レッスン~
時9/14(土)10:00~12:00
対高校生以上 対15人
申8/30(金)9:00~電話・来館

●ファミリーフィットネス
~家族で楽しく運動しよう!~
時9/8(日)10:00~12:00
対3歳以上とその家族
対20組60人
申8/21(水)9:00~電話・来館

沖館市民センター
☎017-761-4161

年中飾れるこざん刺し
フレームづくり
時8/27・9/3・10(火)
10:00~12:00
対18歳以上 対15人
料1,600円
申8/2(金)9:00~電話・来館

北部地区農村環境改善センター
☎017-754-2244

シニア向けスマホ講座
時8/20・27・9/3(火)
10:00~12:00
対50歳以上 対10人
申8/1(木)9:00~電話・来館

為信の津軽平定と西浜の豪族
時8/24(土)10:00~12:00
対18歳以上 対25人
申8/1(木)9:00~電話・来館

幸子さんの「くるみ餅づくり」
時9/8(日)10:00~13:00
対18歳以上 対12人(抽選)
料600円
申8/1(木)~7(水)9:00~電話・来館、
8/14(水)9:00~受講決定者のみ
掲示・電話

家族介護のためのストレスケア
時9/12(木)10:00~12:00
対18歳以上 対20人
申8/6(火)9:00~電話・来館

梅ちゃん先生の「簡単!お酒のつまみ」
時9/21(土)10:00~13:00
対18歳以上 対12人(抽選)
料1,000円
申8/6(火)~12(月)9:00~電話・来館、
8/17(土)9:00~受講決定者のみ
掲示・電話

【申込方法欄が★の講座は下記の方法でお申込みください(応募者多数の場合は抽選)】

- 【申込方法】** 8/15(木)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。 ※8/22(木)から結果通知
 - 申込用紙(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(コンビニなど不可) ●Eメール(件名「講座名」申込)
- 【必要事項】** ①郵便番号・住所 ②氏名(ふりがな) ③年齢(学年) ④性別 ⑤電話番号 ⑥講座名 ⑦学校名 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 講座担当宛 ☎017-775-7048 ㊟center-koza@city.aomori.aomori.jp
- 【問合せ先】** 中央市民センター(☎017-734-0164)



Eメール

第36回 浪岡北畠夏まつり

浪岡北畠まつり実行委員会事務局
(青森市浪岡商工会内 ☎0172-62-2511)

溪流魚手づかみ大会

プールに放流された溪流魚のつかみ取りにチャレンジ!



時 8/14(水) 9:45～ 所 浪岡中央公民館駐車場
対 中学生以下 人 100人(当日先着順) 料 1,000円
問 青森市浪岡商工会(☎0172-62-2511)へ

協賛事業
浪岡キッズなまつり



水遊び専用プールで
おもいきり水遊び♪

浪岡八幡宮夜宮

時 8/14(水) 18:00～
所 浪岡八幡宮境内



泣き相撲大会

時 8/15(木) 9:30～
所 浪岡八幡宮境内



浪岡戦没者慰霊祭

時 8/16(金) 10:00～
所 浪岡八幡宮境内(悠忠神社)



「火の玉探検」 - 神秘体験 -

梵珠山に登り、見た人には御利益があると伝えられている伝説の「火の玉」の出現を待ちます。

時 8/11(日)・12(月) 22:00～翌2:00
20:30～21:00 青森県立自然ふれあいセンター集合 ※雨天時(前日も含む)中止の場合あり
所 県民の森 梵珠山 対 小学生以上(小学生は保護者同伴)
人 30人(申込順) 料 3,000円、小学生1,500円(保険料・記念品代など)
備 懐中電灯、雨具、一人用シート持参、登山に適した服装でお越しください。
申 問 事前に、青森市浪岡観光協会事務局(☎0172-62-2511 ☎0172-62-2512/土・日、祝日を除く)へ

雲谷高原夏祭り

時 8/13(火)～16(金) 10:00～15:00
所 問 モヤヒルズ(☎017-764-1110)

スイカチャレンジ! (8/13・14 11:00～)

スイカ割り・スプーンで早食い・スイカの種の数当てクイズの3種目の合計で勝負!
対 小学生以下 人 10人 料 500円

バッタのジャンプ大会 (8/13・14 13:00～)

バッタのジャンプ飛距離で勝負!
対 小学生以下 人 16人 料 500円

カブトムシ木登り大会 (8/15・16 11:30～)

制限時間内に木に登った高さで勝負!
対 小学生以下 人 20人 料 500円

夏祭りビンゴ大会 (8/16 13:00～)

ラジコン、水鉄砲、スイカ、カブトムシなどが当たる!!
人 100人 料 100円

ゴンチャンスイカ重量当て (8/13～16)

スイカの重量を当てたかた(ピッタリ賞)にケビンハウス無料宿泊券をプレゼント♪
※当選者はホームページに掲載、宿泊券は後日発送

木登り体験 (8/14・15 10:00～)

ロープを使った木登り技術「ツリーイング」を体験しよう!
料 500円

※バッタとカブトムシは主催者側で用意します。参加者の持参でも参加可 ※イベントは全て当日受付、当日先着順

<広告>

「わんタク」往復利用限定 大漁舟盛膳

期 2024年 2025年
問 6月1日～3月31日

必ず、タクシーレシートをチェックイン時にご提示ください。※タクシーレシートのご提示がない場合、通常料金となります。

	通常料金	わんタク利用プラン料金
1名1室	18,850円	17,750円
2名1室	17,750円	16,650円
3名1室	16,650円	15,550円
4名以上1室	15,550円	14,450円
小学生	9,900円	8,800円
幼児	5,500円	4,400円

海峽側客室

龍飛崎温泉 **ホテル 竜飛** スマホサイトにアクセス!

☎030-1711 青森県東津軽郡外ヶ浜町字三蔵龍飛 54-274
☎0174-38-2011(代)

「わんタク」片道料金(お1人様)
■大人(中学生以上) 500円 ■小学生以下 300円
●「わんタク」は事前にお客様ご自身でご予約願います。

モデルコースのご案内
津軽線 青森駅 13:23発 蟹田駅 14:04着 14:20発 15:37着
ホテル電飛 14:04着 14:20発 15:37着
津軽線 蟹田駅 11:50着 12:10発 12:58着
青森駅 10:33発

※乗合タクシーのため、他のお客様の予約状況によりご希望の時間に沿えなかったり、通常よりお時間がかかる場合があります。時間に余裕をもってご予約ください。

●わんタクご予約電話
050-3135-2258 (8:00～20:00受付)
※ご予約は、乗車の1週間～当日の60分前まで

●営業時間 9:00～17:00
料金等、サービスの概要はこちらからご参照頂けます

WEB予約(24時間受付)はこちら
<https://wantaku.jp/>

WEBでのご予約は、前日までとなります。

●「わんタク」を利用せず、マイカー等の場合、通常料金でご予約できます。
ご宿泊予約時、「広報あもりの広告をみています」とお申し出ください
(ご宿泊予約・お問い合わせ受付時間)9:00～17:00

令和6年8月号 No.460

【編集・発行】青森市企画部広報広聴課
☎017-734-5106 ☎https://www.city.aomori.aomori.jp

【発行日】毎月1日

青森市役所 ☎017-734-1111・☎0172-62-1111(浪岡)

・本庁舎 ☎030-8555 中央一丁目22-5 ・柳川庁舎 ☎038-8505 柳川二丁目1-1
・駅前庁舎 ☎030-0801 新町一丁目3-7 ・浪岡庁舎 ☎038-1392 浪岡大字浪岡字稲村101-1



【人口と世帯数 令和6年7月1日現在】

男性 123,677人(-143) 世帯数 136,575世帯(-70)
女性 141,296人(-135)
合計 264,973人(-278)

※住民基本台帳調べ()内は前月との増減
次号9月号の配布日は、8月26日(月)～30日(金)です。