

令和6年(2024年)

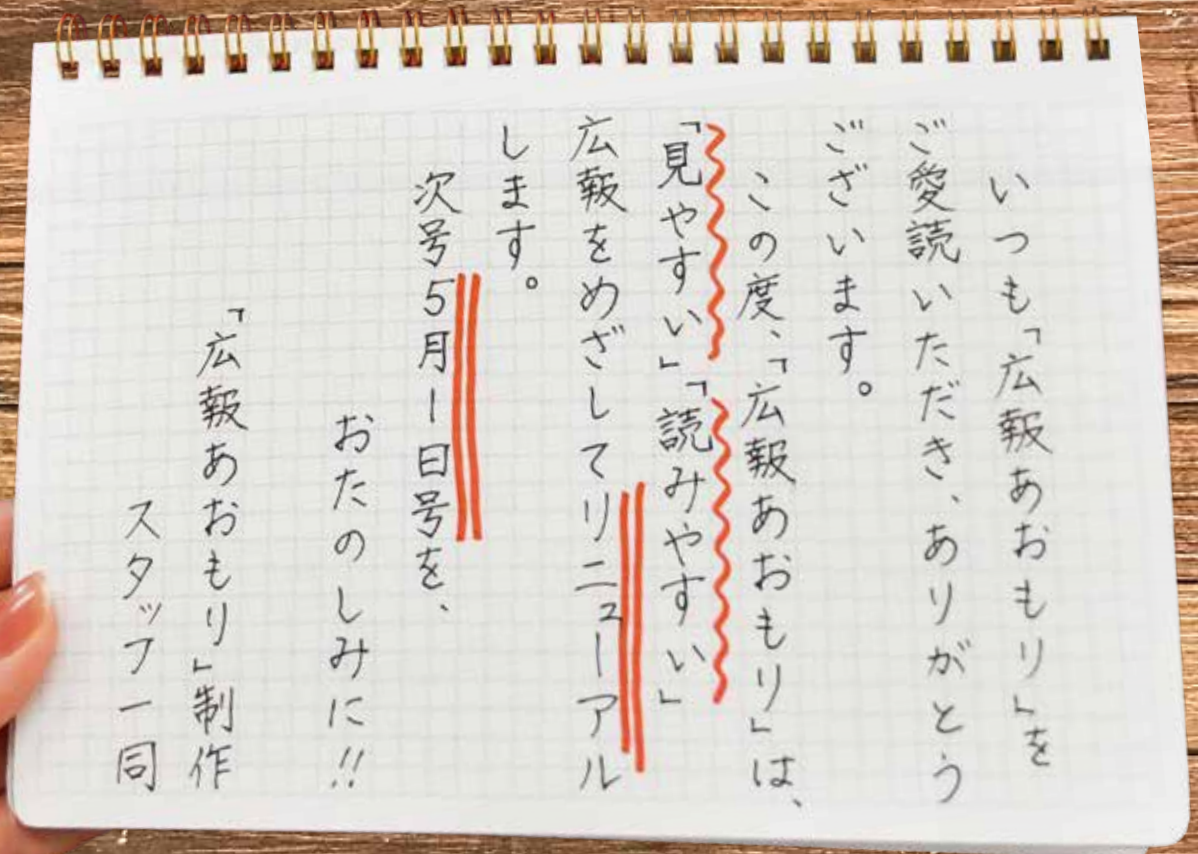
4.1

No.456

広報



あおもり



いつも「広報あおもり」を
ご愛読いただき、ありがとうございます。
この度、「広報あおもり」は、
「見やすい」「読みやすい」
広報をめざしてリニューアル
します。

次号5月1日号を、

おたのしみに!!

「広報あおもり」制作
スタッフ一同

主
な
内
容

- 04 市からの重要NEWS
住民税均等割のみ課税世帯支援給付金を支給します
- 09 2024あおもり桜マラソン交通規制のお知らせ
- 12 健康ナビ
妊娠から出産まで皆さんの子育てをしっかりとサポート
- 18 情報ひろば
公園・施設が続々オープン!
- 24 青森春まつり・なみおか桜まつり・第17回AOMORI春フェスティバル

【特集】





2011

（平成23年）



表・裏表紙がカラーに！
タブロイド判からA4判へ

東日本大震災が発生
震災のあった3月11日、防災
情報を一刻も早くお知らせす
べく、市公式X（旧Twitter）
を開設しました。



2013

（平成25年）

市公式Facebookを開設

2015

（平成27年）



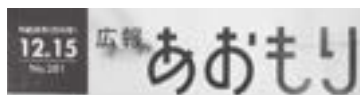
表紙デザインを一新

2016

（平成28年）

北海道新幹線開業
東北六魂祭 2016 青森開催
市公式YouTubeを開設

新しいロゴにボタンタッチ



2020

（令和2年）

青森市役所新庁舎供用開始
市公式Instagramを開設

2023

（令和5年）



西秀記市長就任

現在の表紙デザインに

そして 2024年 5月…

※次号は5月号です。

4月15日号の発行はありません。

広報あおもり、次なる舞台へ

01 | 全ページフルカラーに

全ページフルカラーに変わります。写真やイラストを多用したデザインで、「見やすい」「読みやすい」広報紙を目指します。



こんにちは！
フルカラーさん！

02 | A4判からタブロイド判に

タブロイド判（新聞紙の半分の大きさ）で、これまでより広く大きく記事を掲載しますので、知りたい情報が見つけやすくなります。また、「横書き・左開き」で、電話番号や英字も読みやすいレイアウトになります。



03 | 毎月1回発行に

毎号平均20ページから24ページになり、情報量はこれまで以上に！よりタイムリーに必要な情報を皆さんにお届けします！



次号5月号に
ご期待ください！

シンカを続ける広報あ

2024(令和6)年5月、広報あおもりは新しくなります

1952

(昭和27年)



1986

(昭和61年)



2005

(平成17年)



時代とともに
歩んできたんだね



広報あおもり創刊

当初はタブロイド判でした。

1956 (昭和31年)

青森市役所庁舎
鉄筋コンクリート4階建落成



1967 (昭和42年)

浦町に県初の横断歩道橋完成

500号を迎える

1988 (昭和63年)

青函トンネル開通



1991 (平成3年)

東北新幹線の盛岡
青森間が本格着工

1998 (平成10年)

市公式ホームページを開設

旧青森市と旧浪岡町が合併
新「青森市」がスタート

広報あおもり新スタート



白黒印刷から2色印刷に!!

号数 (No.) は1から新スタート。

「広報あおもり」の字体がポップ
テイストに変わりました。

2010 (平成22年)

東北新幹線新青森駅が開業

変わらぬ“想い”をこれからも

今から72年前の1952(昭和27)年4月、広報紙の発行が始まりました。

創刊号では発行の目的を「『市でどんなことをしているか、またどんなことをしようとしているか』を市民の皆様にお知らせしよく理解していただくこと」と書き記しています。

目まぐるしく変化する現代社会。広報広聴課では、広報紙のほか、市公式Xなどの各SNSも組み合わせた情報発信に努めています。時代は変わっても、「市民の皆さんに市政情報をお伝えしたい」その想いは変わりません。

こんな表紙ありました！



2016年4月1日号



2021年3月15日号

春爛漫！笑顔満開！

青森駅舎の移り変わりを紹介！

住民税均等割のみ課税世帯支援給付金を支給します

問福祉政策課（☎017-718-1124）

■**支給対象世帯** 令和5年12月1日に青森市に住民登録があるかたの世帯で、令和5年度市民税・県民税（住民税）において、【世帯全員が住民税均等割のみ課税世帯】または【住民税均等割のみが課税されているかたと住民税が非課税のかたのみで構成されている世帯】※「住民税均等割が課税されている者の扶養親族等」のみからなる世帯の場合は対象外

■**支給額** 1世帯当たり10万円（1世帯につき1回限り）

■**提出期限** 5月31日（金）（当日消印有効）

■**申請手続の方法など**

詳しくは、市ホームページをご覧ください。



	対象世帯	申請方法など	支給時期
(1)	令和5年6月以降に実施した「令和5年度青森市エネルギー・食料品等価格高騰負担軽減支援給付金」（1万5千円）を受給しているなど、対象となる可能性が高く、一定の要件に当てはまる世帯	原則、手続不要 ・本給付金の支給口座と振込日などを記載した「支給のお知らせ」を送付しています。	「支給のお知らせ」に記載されている振込日
(2)	世帯全員が令和5年1月1日以前から青森市に住民登録がある支給対象世帯で、(1)以外の世帯	確認書の提出が必要 ・対象となる可能性が高い世帯に「確認書」を送付しますので、記載内容を確認し、同封の返信用封筒で返送してください。	確認書または申請書が市に到着してから3週間程度（書類に不備がある場合などは遅くなります）
(3)	(1)(2)以外の住民税均等割のみ課税世帯	申請書の提出が必要 ・「申請書」に必要事項を記入し、必要書類を添付の上、提出してください。 ※他市区町村からの転入者や住民税が未申告のかたが含まれている世帯など、支給要件に該当するか不明な世帯には、「申請書」を送付します。	

令和5年度低所得者の子育て世帯への加算（こども加算）を支給します

問子育て支援課（☎017-718-1971）、浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1113）

■**支給対象者** 基準日（令和5年12月1日）に青森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、下表の（1）及び（2）に該当する世帯の世帯主
※児童本人が世帯主である単身世帯は支給対象外

■**支給額** 児童1人当たり5万円

■**申請手続の方法など**

詳しくは、市ホームページをご覧ください。



	対象世帯	申請方法など	支給時期
(1)	「物価高騰対応重点支援給付金（1世帯当たり7万円）」を受給した世帯 【令和5年度住民税非課税世帯】	原則、手続不要 ※令和5年12月2日～令和6年3月31日に生まれた新生児や、別世帯だが寮で生活している児童などを扶養している場合は申請により対象となります。申請方法は市ホームページをご覧ください。	3月28日（木）以降順次
(2)	「青森市住民税均等割のみ課税世帯支援給付金（1世帯当たり10万円）」を受給した世帯 【令和5年度住民税均等割のみ課税世帯】		5月以降順次

問企画調整課
（☎017-734-5168）

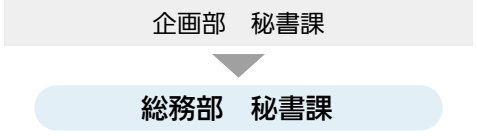
地域	日時	会場
南部	4月8日（月）18:00～19:00	大野市民センター
東部	4月9日（火）18:00～19:00	東部市民センター
中部	4月10日（水）18:00～19:00	中央市民センター
浪岡	4月11日（木）18:00～19:00	浪岡中央公民館
北部	4月12日（金）18:00～19:00	北部地区農村環境改善センター
西部	4月15日（月）18:00～19:00	西部市民センター

青森市総合計画基本構想（素案）地域説明会
地域説明会を開催し、皆さんのご意見をお伺いします。
どの会場でもご自由に参加できますので、当日、直接会場へお越しください。

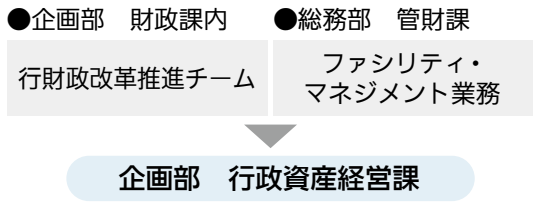
4月1日から
市役所組織の一部が変わります

問 人 事 課 (☎ 017-734-5011)

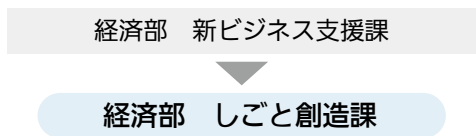
◆総務部に「秘書課」を移管
より効率的に庁内調整を行うため、秘書課を総務部へ移管します。



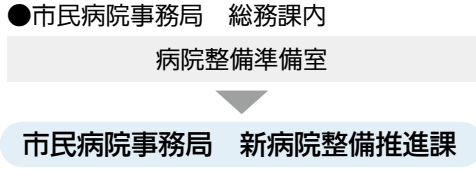
◆企画部に「行政資産経営課」を設置
財政課から行財政改革推進チームを移管するとともに、管財課のファシリティ・マネジメント業務を担当させ、行財政改革と保有資産の活用などを効果的に推進するため、「行政資産経営課」を新たに設置します。



◆経済部に「しごとと創造課」を設置
本市の更なる経済活性化と市民所得の向上、地域産業の再生や経済循環を高めるための連携強化戦略など、新しい産業を振興すべく、「しごとと創造課」を新たに設置します。



◆市民病院に「新病院整備推進課」を設置
青森県立中央病院と青森市民病院の統合を加速させるため、事務局総務課の課内室である病院整備準備室を改編し、「新病院整備推進課」を新たに設置します。



水道メーターを
交換します

4月から10月にかけて、委託業者が敷地内に入り、令和6年度中に有効期限（8年）を迎える水道メーターを交換します。対象区域のご家庭には、チラシなどで日程をお知らせしますので、ご協力をお願いします。

問 水道部給排水課
(☎ 017-774-1234)

下水道未整備地域などの
合併処理浄化槽設置を補助

下水道や農業集落排水施設が整備されていない区域で、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。補助限度額など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



▲市ホームページ

問 廃棄物対策課
(☎ 017-718-1162)

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。

問 水道部施設課
(☎ 017-777-4255)

障害者外出介護サービスの
利用料が変わります

4月1日（月）から、障害者外出介護サービスの利用料が変わります。変更後の料金は次のとおりです。詳しくはお問合せください。

個別支援型	グループ支援型
1時間当たり196円 以降30分につき98円加算	1時間当たり137円 以降30分につき68円加算

問 障がい者支援課
(☎ 017-734-5327)

連載 共同経営・統合新病院
整備に向けて（第7回）

第3回共同経営・統合新病院整備に係る有識者会議の開催

2月23日に開催した「第3回共同経営・統合新病院整備に係る有識者会議」についてご紹介します。青森県と青森市による共同経営・統合新病院に係る基本構想・計画の策定に当たり、専門的かつ多角的なご意見をいただきました。主なご意見は以下のとおりです。

- 共同経営・統合新病院整備に係る基本的事項の見直し（案）について
<地域医療連携推進法人>
 - ・最初から地域の病院などに入っていたら、良い形で統合も進み、青森地域保健医療圏の医療としても良い方向に進むのではないかと。

有識者会議は一般傍聴席を設け開催し、会議の様子は資料と合わせて、市民病院のホームページで公開しています。

問 新病院整備推進課 (☎ 017-753-0240)



▲市民病院ホームページ



介護保険料が変わります

青森市高齢者福祉・介護保険事業計画第9期計画を策定

問介護保険課 (☎017-734-5360)

高齢者人口がピークを迎える令和12年(2030年)を見据え、本計画(計画期間:令和6~8年度)を策定しました。地域包括ケアシステムの更なる充実を図るため、5つの基本方向を掲げ、施策を総合的に推進していきます。

計画の策定に当たり、令和5年11月27日から12月26日までご意見を募集しましたが、ご意見はありませんでした。

策定した計画は、市ホームページに掲載するほか、右記縦覧場所でご覧になれます。

基本理念

住み慣れた地域で人と人とのつながり・支え合い
高齢者が安心して自立した暮らしができるまちを創る
～地域包括ケアシステムの更なる充実～

基本方向

①生きがいづくり・介護予防の推進 ②地域における支援体制の充実
③認知症施策の推進 ④権利擁護の推進 ⑤介護サービスの充実

縦覧期間

4月1日(月)~30日(火)
※閉庁・休館日を除く

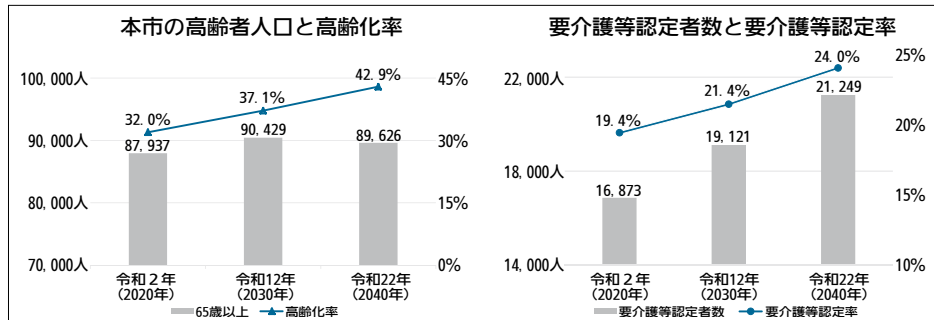
縦覧場所

駅前庁舎1階介護保険課・高齢者支援課・総合案内そば縦覧スペース／浪岡庁舎1階浪岡振興部健康福祉課・閲覧コーナー／本庁舎1階ロビー・3階情報公開コーナー／柳川庁舎1階柳川情報コーナー／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／各地域包括支援センター

令和6年度からの介護保険料

問介護保険課 (☎017-734-5365)

第9期(令和6~8年度)の介護保険料基準額(月額)は6,824円となります。介護報酬改定やサービス利用量の増加などにより、第8期から145円(2.2%)増となりました。



【第9期計画の介護保険料】保険料年額は基準額(年額)81,890円×割合(100円未満切捨て)で算定

段階	割合	保険料年額	対象者
第1段階	0.285	23,300円	生活保護受給者、市民税非課税世帯(老齢福祉年金または課税年金収入額+合計所得金額が80万円以下)
第2段階	0.485	39,700円	市民税非課税世帯(課税年金収入額+合計所得金額が80万円超120万円以下)
第3段階	0.685	56,000円	市民税非課税世帯(課税年金収入額+合計所得金額が120万円超)
第4段階	0.85	69,600円	本人市民税非課税(世帯に課税者がいる)(課税年金収入額+合計所得金額が80万円以下)
第5段階	1.0	81,800円	本人市民税非課税(世帯に課税者がいる)(課税年金収入額+合計所得金額が80万円超)
第6段階	1.1	90,000円	本人市民税課税(合計所得金額が120万円未満)
第7段階	1.3	106,400円	本人市民税課税(合計所得金額が120万円以上210万円未満)
第8段階	1.5	122,800円	本人市民税課税(合計所得金額が210万円以上320万円未満)
第9段階	1.7	139,200円	本人市民税課税(合計所得金額が320万円以上400万円未満)
第10段階	1.9	155,500円	本人市民税課税(合計所得金額が400万円以上600万円未満)
第11段階	2.1	171,900円	本人市民税課税(合計所得金額が600万円以上800万円未満)
第12段階	2.3	188,300円	本人市民税課税(合計所得金額が800万円以上1,000万円未満)
第13段階	2.5	204,700円	本人市民税課税(合計所得金額が1,000万円以上)

※第1~3段階は、公費により保険料の減額を行っています。

はり・きゅう・マッサージ
施術受療券を交付

◆対象
市内に居住する70歳以上の
前年度市民税非課税のかた
◆交付枚数
年10枚まで ※7月以降の
申請は1か月ごとに交付枚
数が減ります。
〔4月1日(月)から、本人確
認ができるもの(健康保険
証など)を持参の上、高齢
者支援課または浪岡振興部
健康福祉課へ
※4月8日(月)以降は、各
支所・情報コーナーでも
申請できます(受療券は
後日郵送)。
問高齢者支援課
(☎017-734-5326)
浪岡振興部健康福祉課
(☎0172-62-1134)



青森市障がい者基幹相談支援センター

当センターでは専門職を配置し、障がいのあるかたやそのご家族、地域の関係機関などからの相談に対して、障がいの種別を問わない相談対応を行うとともに、相談支援事業者への専門的指導・助言を行うことで、障がいのあるかたやそのご家族が地域で安心して暮らしていけるよう、地域の相談支援体制の充実・強化を図ります。

◆主な役割

①総合的・専門的な相談支援

障がい種別を問わない、専門性の高い相談支援の実施

②地域の相談支援体制の強化の取組

地域の関係機関などと連携・協働する体制の構築

③地域移行・地域定着

入院しているかたなどの地域移行に向けた取組の支援

④権利擁護・虐待防止

成年後見制度に関する相談や、虐待防止の取組の実施

◆開設時間 月～金曜日（祝日を除く）8：30～18：00

◆開設場所 駅前庁舎 1階障がい者支援課内
問障がい者支援課（☎017-718-1076）

事業者による障がいのあるかたへの合理的配慮の提供が義務化されます

障害者差別解消法の改正により、4月1日（月）から事業者による障がいのあるかたへの合理的配慮の提供が、過重な負担がない範囲において義務化されます。

「青森市障がいのある人もない人も共に生きる社会づくり条例」の目的である、障がいの有無によって分け隔てられることなく、誰もが互いを尊重し、支え合い、地域で安心して暮らしながら、生きがいを持って参加できる共生社会の実現のため、事業者の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

詳しくは、市ホームページ（右記二次元コード）をご覧ください。



◆出前講座を実施します

合理的配慮や障がいの特性など、事業所などに出向いて分かりやすく説明します。ぜひご利用ください。

問障がい者支援課（☎017-734-5319）

助産制度

生活保護世帯や市民税非課税世帯など、経済的理由によって医療機関で出産できない妊産婦を対象に、指定病院での出産費用を助成する制度です。要件など詳しくは、お問合せください。

問子育て支援課

（☎017-734-5334）

浪岡振興部健康福祉課

（☎017-2-62-1113）

青森市奨学金 令和6年度の募集受付

経済的理由により、修学が困難な生徒や学生に対して、奨学金を貸与します。詳しくは、お問合せください。

対象▼高等学校などに在学し、一定の要件を満たすかた
貸与月額▼高等学校など：月額1万6千円

大学など：月額3万3千円
申請期間▼4月1日（月）～5月31日（金）

問学務課（☎017-718-1414）

浪岡教育課

（☎017-2-62-3003）

西秀記の



コラム



2月26日 JR青森駅東口ビル開業に関する四者（東日本旅客鉄道（株）・市・県・青森商工会議所）合同記者会見。青森駅周辺のにぎわいづくりと交流人口の創出を目指して、今後も四者で連携を図ってまいります。

2月26日、中新町山手地区の再開発事業施設建築物（センター棟）新築工事竣工式に出席。当地区の再開発は、市民力と民間力、行政が力を結集して進めてきました。青森駅周辺地区がにぎわい、人を呼び込み、活気にあふれることで生まれる経済効果にも期待を寄せています。

同日、JR青森駅東口ビル開業に関する四者合同記者会見。いよいよ4月26日にJR青森駅東口ビルが開業します。同ビル4階には市民美術展示館がオープンし文化芸術活動の拠点に。これまで整備を進めてきた駅ビル内自由通路も3月30日に供用開始となり、快適に通行ができるようになります。

2月28日、（株）MOSPAあさむし共創プラットフォーム様が来庁。浅虫温泉の3つの旅館が4月19日のリニューアルオープンに向けて改修を進めていること、また、浅虫温泉のアクセスの良さを生かし、八甲田ロープウェーや、県内5美術館を結ぶ移動プランを検討しているとのことでした。浅虫地域内の人材や地元企業等との連携により、同地区の面的再生が大きく動き始めています。

今後も官民一体となったまちづくりを進めてまいります。

ひとり親家庭の母または父の就業を支援します。

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

	自立支援教育訓練 給付金事業	高等職業訓練 促進給付金等事業	高等学校卒業程度認定試験 合格支援給付金事業
内容	雇用保険の教育訓練給付制度対象講座の受講経費の一部（上限あり）を支給します。	看護師・准看護師など、就職の際に有利になる資格取得を目的とする養成機関での修業中、生活の負担を軽減するため、月額7万500円～14万円の給付金などを支給します。	高等学校卒業程度認定試験合格のための講座（通信制講座含む）の受講経費の一部を支給します。ひとり親家庭の児童（給付金請求時で20歳未満）も対象となります。
対象	市内に住所を有し、次の要件を全て満たすかた		
	▼講座の受講が、適職に就くために必要であると認められること	▼所得制限あり ▼養成機関で6か月以上のカリキュラムを修業し、資格の取得が見込まれること ▼就業または育児と修業の両立が困難と認められること	▼高卒認定試験合格が、適職に就くために必要と認められること

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

ひとり親家庭のための

自立支援給付金事業

子育て支援課（☎017-734-5334）



令和6年4月分～	区分	月額（改定前との比較）
子ども1人の場合	全部支給	45,500円（+1,360円）
	一部支給	45,490円～10,740円（+1,360円～+330円）
子ども2人目の加算額	全部支給	10,750円（+330円）
	一部支給	10,740円～5,380円（+330円～+170円）
子ども3人目以降の加算額	全部支給	6,450円（+200円）
	一部支給	6,440円～3,230円（+200円～+100円）

※月額額は所得に応じて異なります。

児童扶養手当の月額が4月分から変わります
児童扶養手当の月額が改定され、4月分から変わります。次回の支給日5月10日（金）は、3月分（改定前）と4月分（改定後）を支給します。

子育て支援課

浪岡振興部健康福祉課

（☎0172-621113）

応援しよう！ラインメール青森FC

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

岡地域スポーツ課（☎017-718-1431）

🎟チケット情報・サポーターズクラブ入会などのお問合せは、ラインメール青森FC（☎017-729-0411）へ



🏠ホームゲーム開幕戦

4月14日（日）13:00 会場未定

対戦チーム ヴィアティン三重

🏟ラインメール青森FC県内開催試合

ラインメール青森FC▲ホームページ

日程	対戦チーム	会場
5/19（日）13:00	栃木シティFC	新青森県総合運動公園球技場
6/9（日）13:00	ソニー仙台FC	カクヒログループアスレチックスタジアム
6/22（土）13:00	ウェルスバ大分	
7/7（日）15:00	FCティアモ枚方	
7/14（日）15:00	ミネバアミツミFC	新青森県総合運動公園球技場

春の全国交通安全運動

岡生活安心課（☎017-734-5258）

期間 4月6日（土）～15日（月）

※4月10日（水）は「交通事故死ゼロを目指す日」

運動の重点

- ①こどもが安全に通行できる道路交通環境の確保と安全な横断方法の実践
- ②歩行者優先意識の徹底と「思いやり・ゆずり合い」運転の励行
- ③自転車・電動キックボード等利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守

こどもの通行量が多い学校や公園周辺、高齢者を見かけたときなどは、徐行運転・一時停止をするなどの思いやりのある運転を心掛けましょう。

歩行者、自転車利用者も交通ルールを守り交通事故防止に努めましょう。



カクヒログループスーパーアリーナ 青い森セントラルパーク 使用許可申請受付開始

7月に供用開始するカクヒログループスーパーアリーナ（青森市総合体育館）と青い森セントラルパークの使用許可申請を4月1日(月)から受付します。

◆申請方法 申請書（カクヒログループスーパーアリーナで配布、施設ホームページ掲載）に必要事項を記入し、カクヒログループスーパーアリーナへ

※青い森セントラルパークについても、7月から利用開始となるため、6月30日(日)までは利用できません。

使用許可申請手続きなどで来館する際は、現場案内に従い、ご利用いただくようお願いします。

◆申請受付時間 9：00～18：00

※7月以降は開館時間の9：00～22：00

◆休館日 毎月第3月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌日)
年末年始(12月29日～1月3日)

☎カクヒログループスーパーアリーナ
(☎017-762-7105) ※4月1日(月)から

2024あおもり桜マラソン 交通規制のお知らせ

大会を安全に運営するために、ご理解とご協力をお願いします。

時 4月21日(日)

交通規制予定時間 8：35～14：30 頃

※おおよその時間のため、変更になる場合があります。

※交通規制に伴い、市営バスなどの運休または発着場所が変更になる場合があります。

区間ごとの規制時間など詳しくは、大会ホームページをご覧ください。

☎あおもり桜マラソンお問合せ窓口
(☎017-718-5513)
あおもり桜マラソン実行委員会事務局
(地域スポーツ課内、☎017-718-1431)
※いずれも月～金曜日(祝日を除く) 9：00～17：00



春は山火事にご注意を

春は空気が乾燥し、風が強い日も多く、山火事が発生しやすい時期です。たき火やたばこなど、火の取扱いには十分ご注意ください。

☎農地林務課
(☎017-2-62-1146)

☎消防本部予防課
(☎017-775-0853)

▲Xアカウント @Aomori_FD

▲消防本部ホームページ

◆防災バトロール出動式
時 4月8日(月)午前9時30分
所 アスパム前広場

◆火災予防キャンペーン
時 4月13日(土)午前11時～午後2時(予定)
所 サンロード青森

※内容の変更や中止は、青森地域広域事務組合消防本部公式X(旧ツイッター)や、消防本部ホームページでお知らせします。

4月8日(月)～14日(日)
春の火災予防運動

町(内)会で活動しませんか？

町(内)会に加入して、住みよいまちづくりに参加しませんか。「どこの町(内)会に加入したらいいかわからない…」という場合は、お住まいの地域の町(内)会へご案内しますので、お気軽にお問合せください。

☎青森地区
市民協働推進課
(☎017-734-5231)
青森市町会連合会
(☎017-734-2584)

浪岡地区
浪岡振興部地域づくり振興課
青森市浪岡町内会連合会
(☎0172-62-1147)

広告入り公用共通封筒の無償提供者を募集

☎会計課
(☎017-734-5606)

広告を募集・掲載した封筒を作製し、市に無償提供していただける事業者を募集します。

封筒は、各種文書の発送など公用共通封筒として使用します。封筒規格や応募方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

◆募集期間 4月15日(月)～30日(火)

市民活動活性化事業補助金の対象事業を募集

☎市民協働推進課
(☎017-734-5231)

市民活動団体が自ら行う、地域課題の解決や地域の人材づくり活動を支援します。

対象団体や対象事業など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

◆募集期間 4月1日(月)～26日(金)

◆補助金額 補助率2／3以内(限度額30万円) ※同一対象団体の同一対象事業への補助金の交付は3回まで

青森市営霊園・墓園のご案内

問生活安心課（☎017-734-5277）

浪岡振興部市民課（☎0172-62-1140）

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

●一般墓地区画の申込受付

八甲田霊園の新規区画の使用許可申請は通年で受け付けています。

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

申込期間など、詳細が決まり次第、お知らせします。

●月見野霊園合葬墓の申込受付

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

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



管理事務所は4月1日から開所

冬期間閉所中の三内・月見野・八甲田霊園の各管理事務所を4月1日（月）から開所します。

積雪で利用できない場合がありますので事前にお問合せください。なお、今年度から各管理事務所の受付時間が次のとおり変更となります。

【各管理事務所の受付時間】

変更前 8:00～17:00

変更後 8:30～16:00

●霊園・墓園への埋葬

埋葬の前に、各管理事務所（浪岡墓園は浪岡振興部市民課）に「霊園使用許可証」と火葬後の「埋・火葬許可証」を提出してください。

新市民美術展示館

オープン

JR青森駅東口ビル4階への移設工事を進めていた青森市民美術展示館が、4月26日（金）午前11時にオープンします。6月30日（日）まで、オープンングイベントとして、市所蔵美術品の展覧会を開催します。ぜひお越しください。ギャラリーの使用料など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

開館時間▶午前9時～午後8時
休館日▶毎月第3月曜日、年末年始



▲市ホームページ

問文化学習活動推進課

（☎017-718-1432）

退任人権擁護委員への 法務大臣感謝状の贈呈

令和5年12月末に人権擁護委員を退任された岩谷直子さん、櫻庭雅子さんに法務大臣感謝状が贈られました。

岩谷さんは平成27年から9

年間、櫻庭さんは平成24年から12年間、青森地区の人権擁護委員を務め、地域住民の人権擁護と人権尊重の普及・高揚に尽力されました。

問青森地方法務局人権擁護課
（☎017-776-9024）

食品関係施設への衛生 指導などを行います

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

計画は市ホームページや、市保健所生活衛生課、市役所各庁舎でご覧ください。

問生活衛生課

（☎017-765-5293）

給与所得者異動届出書 の提出を忘れずに

市民税・県民税の特別徴収対象者として給与支払報告書を提出した後で、退職・休職・転勤などの異動があった場合には「給与所得者異動届出書」の提出が必要です。

◆4月1日までの異動分は：4月15日（月）までに提出してください。

◆提出が遅れると…

既にいない従業員が税額が通知されたり、普通徴収に切替え後の納付回数が少なくなり、納税義務者（従業員）の一回当たりの負担が大きくなる場合があります。

問市民税課

（☎017-734-5197）

法人市民税の減免申請

収益事業を行っていない、次のいずれかに該当する法人は、法人市民税が減免されます。4月30日（火）までに、法人市民税減免申請書、均等割申告書、決算書、その他関係資料を提出してください。

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

- 特定非営利活動促進法第2条第2項に規定する法人

問市民税課
（☎017-734-5192）

国民年金保険料の納付はスマホアプリで

国民年金保険料はスマートフォンアプリを利用した電子（キャッシュレス）決済で納付できます。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。



▲日本年金機構ホームページ

問青森年金事務所

☎017-734-7495

※音声案内2番を押し、再度2番を押してください。

固定資産税納税通知書を発送します

4月中旬に、令和6年1月1日（賦課期日）現在の所有者のかたに発送します。

◆課税明細書をご確認ください

昨年、取り壊した物置が課税されている、新築した車庫が課税されていない、住宅用地特例の軽減が入っていないなど、土地・家屋の現況と異

なっていないか、必ずご確認ください。

問資産税課

☎017-734-5200

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

【4月30日（火）納期限】

①固定資産税第1期分

②児童保育負担金（保育料）

第1期（4月）分

③市営住宅使用料4月分

④市営住宅駐車場使用料4月分

⑤放課後児童会負担金4月分

【5月10日（金）納期限】

⑥市・県民税（給与特別徴収分）4月分

問①・⑥納税支援課

☎017-734-5209

②子育て支援課

☎017-734-5330

③・④住宅まちづくり課

☎017-734-5572

⑤子育て支援課

☎017-734-5348

各種相談

4月の市民相談

◆予約が不要な相談

所岡市民なんでも相談室（駅前庁舎1階）☎017-734-5249

一般相談（市民なんでも相談室）☎月・金曜日（祝日、

年末年始を除く）午前8時15分～午後6時30分※来庁または電話で受付

●人権相談 ☎1日（月）・15日（月）午前10時～午後3時

行政相談 ☎4日（木）・11日（木）・18日（木）・25日（木）

午前10時～午後3時

司法書士相談 ☎1日（月）・9日（火）午前10時～午後2時

不動産相談 ☎4日（木）・11日（木）・18日（木）・25日（木）

午前10時～午後3時

不動産鑑定士相談 ☎23日（火）午後1時～3時

土地家屋調査士相談 ☎1日（月）

行政書士相談 ☎12日（金）・19日（金）・26日（金）午前10時～午後3時

●予約が必要な相談

法律相談 ☎8日（月）・22日（月）午後1時～3時

5人（申込順）申事前に電話で、生活安心課（☎017-734-5250）へ。8日分は1

日から、22日分は9日から受付（午前8時30分～）※相談は1回まで（一人20分間）

浪岡地区の相談

所浪岡庁舎 2階小会議室

●人権相談・行政相談 ☎4日（木）・18日（木）午前9時～午後3時

問浪岡振興部健康福祉課 ☎0172-62-1113

市税などの平日夜間・休日納付相談

市税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付に関する相談を受付。電話相談もできます。

●平日夜間納付相談

・納税支援課（駅前庁舎）☎017-734-5209

時4月16日（火）～18日（木）・22日（日）～25日（木）・30日（火）午後8時まで

・浪岡振興部納税支援課

☎0172-62-1141

時4月24日（水）～26日（金）・30日（火）午後8時まで

●休日納付相談

・納税支援課（駅前庁舎）☎017-734-5209

時4月6日（土）・7日（日）午前9時30分～午後5時

●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。

所男女共同参画プラザ「カダール」企画ワーク室2

内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？」などの悩みや疑問について気軽に話してみませんか。聴くだけでも大丈夫です。

問男女共同参画プラザ「カダール」☎017-776-8800

時5月2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。

所申問4月26日（金）までに、電話で、ひとり親家庭等就業・自立支援センター（☎017-734-5817）へ

「不動産鑑定評価の日」

不動産鑑定士による土地の評価価格や取引などに関する相談会を開催します。

時4月15日（月）午後1時30分～3時30分

所駅前庁舎 1階駅前スクエア

備予約不要、当日直接会場へ問（公社）青森県不動産鑑定士協会（☎017-752-0840）

カダールなんでも座談会

時4月19日（金）午前10時～11時30分 ※偶数月第3金曜日

の同時刻に開催

所男女共同参画プラザ「カダール」企画ワーク室2

内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？」などの悩みや疑問について気軽に話してみませんか。聴くだけでも大丈夫です。

問男女共同参画プラザ「カダール」☎017-776-8800

妊娠から出産まで皆さんの子育てをしっかりとサポート

※産後ケアに宿泊型を追加します

☎あおもり親子はぐくみプラザ（☎017-718-2983）

産後1年未満のお母さんが安心して育児をし、子どもが健やかに成長できるよう、母子への心身のケアや育児などの支援を行う「産後ケア事業」に令和6年4月1日から新たに宿泊型が追加となります！

【対象】青森市に住民票がある出産後1年未満のお母さんと赤ちゃん

	宿泊型	デイサービス型	訪問型
実施場所	市内ホテル（ホテル青森、リッチモンドホテル青森）の客室※食事提供なし		ご自宅
利用時間	15：00～翌日10：00までの1泊2日	11：00～15：00までの4時間	日中3時間程度
内容	助産師が、ママの体調や希望に合わせてケアプログラムを作成し、ケアを行います。 ケア内容…お母さんの体調チェック、乳房ケアや授乳のアドバイス、赤ちゃんの身長・体重など身体測定、沐浴やおむつ交換などの育児手技のアドバイス、育児サポートによる休養の機会の提供、育児に関するお悩み相談 など		
利用回数	出産後1年未満の間に、宿泊型・デイサービス型・訪問型あわせて5回まで利用可		
料金	課税世帯…1回7,000円 市民税非課税世帯・生活保護世帯…1回3,500円	課税世帯…1回3,500円 市民税非課税世帯・生活保護世帯…1回1,750円	課税世帯…1回1,000円 市民税非課税世帯・生活保護世帯…1回500円

☎利用希望日の1週間前までに、利用申請書（市ホームページからダウンロード可）を郵送または直接、〒030-0962 佃二丁目19-13 あおもり親子はぐくみプラザ、または浪岡振興部健康福祉課窓口へ

※新生児聴覚検査に係る費用の公費負担を実施します

先天性の聴覚障害を早期発見し、早期療育につなげるため、新生児聴覚検査に係る費用の公費負担を実施し、子どもの健やかな発育・発達を支援します。

【新生児聴覚検査とは】

生まれて間もない赤ちゃんに行う「きこえ」の検査です。赤ちゃんが眠っている間に音を聞かせて、その反応を記録する方法で、赤ちゃんに痛みや負担なく行うことができます。

対象者▶青森市に住所を有する令和6年4月1日以降に出生した新生児

公費負担の対象となる検査▶初回検査及び確認検査（初回検査にて要再検となった場合に実施）

実施方法▶妊娠届出時などに受診票を交付し、指定医療機関において公費負担による新生児聴覚検査を実施します。

※指定医療機関以外で受検した場合は、保護者の申請により新生児聴覚検査に係る費用の一部を助成します。

※既に妊娠届出をされたかたについては、出産時期によって受検方法が異なりますので、詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎☎あおもり親子はぐくみプラザ
（☎017-718-2984）
浪岡振興部健康福祉課
（☎0172-62-1114）へ



※不妊治療に係る費用を助成します

不妊治療（生殖補助医療）を受けているかたの経済的負担を軽減するため、保険診療の自己負担分の一部について助成を行います。

対象者▶婚姻関係にある夫婦（事実婚含む）で、①～④全てに該当するかた

- ①医療保険適用となっている生殖補助医療を行っていること
- ②申請時点において、夫婦またはいずれか一方が青森市に住所を有し、居住実態があること
- ③夫婦ともに申請時点において、本市に納付すべき市税などの滞納がないこと
- ④同一の治療により他の自治体から同様の助成を受けていない、また受ける予定がないこと

助成対象治療▶令和6年4月1日以降に開始した、医療保険適用となっている生殖補助医療（体外受精、顕微授精、男性不妊治療）

助成額▶1回の治療に要した自己負担額（高額療養費、付加給付の額を控除）の3分の2※上限50,000円

申請期限▶令和7年3月31日（月）

※申請に必要な書類など、詳しくは、市のホームページをご覧ください。

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



お気軽にご参加
ください♪

ご利用ください♪

健康に関するイベント・講座

講座名	日時／場所／内容	人員／料金／備考	申込み／問合せ
みんなと一緒に歩いて (オシャレして)みませんか 「無料で“ただ歩くだけ” です!」	①4/12②4/26③5/10④5/24⑤6/14⑥6/28⑦7/12⑧7/26⑨8/9⑩8/23⑪9/13⑫9/27⑬10/11⑭10/25の金曜日 各日10:30~11:30(雨天中止)／青森県総合社会教育センター「屋外ウォーキングコース」(県立図書館奥にある屋外コース)／ウォーキング	無料／動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物持参。スポーツ保険加入なし	当日直接会場へ ※都合の良い日のみの参加可能 全日本ノルディック・ウォーク連盟 公認指導員・あおもり健康づくりリーダー 渋谷(☎090-4633-7465)
「桜川の桜」の開花状況を楽しもう! 「桜川の桜」ウォーク	4/15(月)・22(月) 各日13:00~14:00 桜川福祉館(桜川五丁目19-3)集合／桜川町会内や駒込川土手の桜をウォッチングしながらのウォーキング(開花状況によりコース変更あり)	各10人／無料／動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物持参。スポーツ保険加入なし。駐車場なし。公共交通機関でお越しください。	当日直接会場へ 全日本ノルディック・ウォーク連盟 公認指導員・あおもり健康づくりリーダー 渋谷(☎090-4633-7465)
健康C&C(Check & Challenge) in 駅前スクエア	4/17(水) 10:00~15:00(14:30受付終了)／駅前スクエア(駅前庁舎1階)／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)	50人／無料  	前日までに、電話または直接、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ
令和6年度 東部市民センター体力づくり教室(全12回)	①4/17②5/15③6/19④7/17⑤8/21⑥9/18⑦10/16⑧11/20⑨12/18⑩R7.1/15⑪R7.2/19⑫R7.3/19の水曜日 各日13:30~15:00／東部市民センター／筋力トレーニング及びストレッチ	各20人／無料／ヨガマットなどの敷物、汗拭きタオル、飲み物持参。公共交通機関でお越しください。	4/16(火)までに、電話または直接、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ ※全12回分をまとめて申込み ※キャンセル待ちの受付も可能
あおもり健康づくりリーダーと健康チャレンジ! 「桜川の桜並木ウォーキング」	4/18(木) 9:30~12:00／中筒井分館集合(筒井字桜川87-4)／健康チェック・ウォーキング※雨天時は館内で体操	15人(申込順)／100円(保険料など)／汗拭きタオル、傘、飲み物持参	4/11(木)までに、電話または直接、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ
あおもり健康づくりリーダーと健康チャレンジ! 「春の花岡のんびりウォーキング」	4/19(金) 10:00~12:00／健康の森花岡プラザ駐車場集合(浪岡大字女鹿沢字野尻14-1)／途中アップルヒルで休みながらのんびり歩きます!※雨天時は花岡農村環境改善センターで運動	20人(申込順)／100円(保険料など)／動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物持参	4/12(金)までに、電話または直接、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ
三内まちかどかんたん健康チェック	4/26(金) 10:00~12:00／ユニバース三内店くつろぎコーナー／血圧測定、血管年齢測定、握力測定	無料／お買い物に訪れた際に、お気軽にお立ち寄りください。	当日直接会場へ 健康づくり推進課(☎017-718-2912)
リーダーと運動しよう! 体力づくり講座	①5/7②5/14③5/21④5/28の火曜日 各日10:00~11:15／元気プラザ／椅子に座って筋力トレーニング及び健康体操	各35人／無料／公共交通機関でお越しください。	5/2(木)までに、①~④から2つまで選択し、電話または直接、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ
西部地区体力づくり講座	5/8(水) 10:00~11:30／西部市民センター3階／①椅子に座って筋力トレーニング及び健康体操②健康相談(予約優先)	各40人(申込順)／無料／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。	前日までに、①②両方またはどちらかを選択し、電話または直接、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ
中央地区リーダー企画 ロコトレ講座	5/9(木) 10:00~11:30／県民福祉プラザ2階多目的室2A／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／動きやすい服装、スポーツタオル、飲み物、内履き持参	4/1(月)~5/8(水)に、電話または直接、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ
あおもり健康づくりリーダーと健康チャレンジ! 「春の健康ウォーキング~野木和公園を散策しよう!」	5/10(金) 10:00~13:00／油川市民センター2階和風実習室集合・解散／春の野木和公園に咲く花をながめながら、楽しくウォーキングしましょう!※雨天時は市民センターで運動	40人(申込順)／100円(保険料など)／動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物、昼食(昼食なしの参加可)、レジャーシート、帽子持参	5/2(木)までに、電話または直接、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ



あおもり親子はぐくみプラザプレイルームの講座・発達相談 つどいの広場「さんぽぽ」4月のイベント案内 料いずれも無料

★あおもり親子はぐくみプラザ

〔プレイルーム開館時間〕8:30～18:00(土・日、祝日も開館)

講座(電話予約)	開催日時	対 象
①よちよち広場 ～ふれあい遊びや保護者同士の交流～	4/13(土) 10:30～11:30	0歳～1歳児の 子どもと保護者
②あつまれ！わんぱくっ こたち ～親子で運動遊びとふれあい遊び～	4/19(金) 10:30～11:30	1歳6か月～概 ね3歳の子ども と保護者
③おはなし広場 ～絵本や紙芝居の読み聞かせ～	4/23(火) 10:30～11:30	0歳～就学前の 子どもと保護者
④パパと遊ぼう ～ふれあい遊びやパパ同士の交流～	4/28(日) 10:30～11:30	0歳～就学前の 子どもと保護者

▼子どもの発達相談

相談内容	開催日時・対象
◆「楽しくあ・そ・ぼ！」 ことばなどの発達に心配のあるお子さん と保護者を対象とした集団あそびや 相談専門員による個別相談	4/8(月)・25(木) 10:00～11:30 概ね1歳～3歳
◆「はぐくみ相談」 集団生活の困りごとや構音・吃音など ことばの心配ごとがあるお子さんと保 護者を対象とした相談専門員による個 別相談	4/10(水)・15(月) 10:00～11:30 概ね3歳～就学前
◆「医師相談」 医師によるお子さんの発達に関する 相談	4/17(水) 14:00～15:30

※いずれも2日前までに要予約

申問あおもり親子はぐくみプラザ
(佃二丁目 元気プラザ内、☎017-718-2975) へ

★つどいの広場「さんぽぽ」

〔開館時間〕9:00～18:00(土・日、祝日は17:00まで)

イベント	日 時・備 考
①赤ちゃん待ち合わせ (0歳児の育児についての情報交換 と交流の場)	4/10(水)…1～4か月 4/22(月)…5～8か月 4/25(木)…9～11か月 いずれも10:30～11:15
②初めてのさんぽぽ (ブレマブレババ・初めてご利用 するかた・妊婦さん楽しく交流しま しょう)	4/13(土) 10:30～11:15
③転勤族おしゃべり会&交流会 (青森に転入された親子の交流の場)	4/16(火) 10:30～11:15
④ハイハイレースinさんぽぽ (元気に成長している赤ちゃんの交 流を楽しむ場)	4/19(金) 10:00～10:30 10組(申込順) ハイハイできる歩く前のお 子さま(ずりばいでも可)

所対駅前庁舎2階／0歳～3歳の乳幼児
申問④は4月1日(月) 9:00から電話で、
つどいの広場「さんぽぽ」(☎017-721-4005) へ

駅前庁舎ご来庁の際は、託児をご利用できます

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

時月～金曜日(祝日を除く) 9:00～18:00

土曜日、第2日曜日 9:00～17:00

対概ね1歳から就学前まで



マタニティ講座

問あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984)

①ウェルカムベビー！講座

時4月21日(日) 10:00～12:00(受付9:30～)

対なるほど！赤ちゃんの世界、Let'sオムツ交換&抱っ
こ！ ほか

②お口のケアと食育講座

時4月24日(水) 13:30～15:30(受付13:00～)

対ママと赤ちゃんを守る歯とお口のケア【講師：歯科医
師】、いいこといっぱい！母乳育児 ほか

①②いずれも

所あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)

対本市に住民票がある妊婦とそのご家族

対料各16組(申込順)／無料

備母子健康手帳、筆記用具持参

申4月15日(月)～19日(金)に、電話で、あおもり親子
はぐくみプラザへ

オンライン講座

①沐浴編 時4月30日(火) 10:00～10:30

対沐浴

②育児準備編 時4月30日(火) 10:45～11:15

対オムツ交換、抱っこの仕方、新生児の特徴

③マタニティライフ編 時4月30日(火) 11:30～12:00

対早産予防、栄養

①～③いずれも

対対人料本市に住民票がある妊婦とそのご家族。「Zoom」
を利用できるかた／各5組(申込順)／無料

申4月26日(金)までに、氏名・電話番号・Eメール
アドレス・出産予定日・受講希望講座を、Eメール
で、あおもり親子はぐくみプラザ(✉hagukumi-
plaza@city.aomori.aomori.jp) へ



手話・点字教室・手話通訳者養成講座

①手話教室

時 5月14日～令和7年3月の火曜日 10:00～12:00
内前半…入門編(全20回)、後半…基礎編(全21回)
入料30人(抽選)/4,290円(テキスト代)、動画視聴システム※別途有料

②点字教室

時 5月18日～12月の土曜日 10:00～12:00(全12回)
入料30人(抽選)/660円(テキスト代)

③手話通訳者養成研修事業【手話通訳Ⅰ】

時 4月30日～10月の火曜日 10:00～14:00(1日2講座)※時間変更の場合あり
対入料手話教室の基礎課程を修了または同程度の知識と技術を有するかた/16人(抽選)/5,060円(テキスト代)
所申間①は4月23日(火)、②は4月20日(土)必着で、往復はがきに住所・氏名・生年月日・電話番号・希望の教室名を記入し、〒030-0822 中央三丁目16-1 総合福祉センター(☎017-722-4517)へ。③は4月16日(火)までに、申込書(総合福祉センター・障がい者支援課に備付け)を総合福祉センターへ



4月の子育て相談などの日程

対料妊産婦と子育て中のかた/無料

子育て相談	
◆あおり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内) 保育士による相談…毎日(年末年始を除く) 8:30～18:00(予約不要)(☎017-718-2975) 保健師などによる相談…月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 8:30～18:00(予約不要)(☎017-718-2983)	
◆浪岡総合保健福祉センター 4/11(木) 9:30～11:00(前日までに電話で、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)へ)	
ハミガキ相談 (歯ブラシ持参) 仕上げみがきの仕方、親子ふれあい遊び、絵本など	◆あおり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2975) 4/17(水) 9:30～12:00 ※1週間前までに電話予約



医師による不妊専門相談

時 4月25日(木) 13:15～14:00
所対象者には別途お知らせします。
入料2組(申込順)/無料
申間4月18日(木)までに、電話で、あおり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984 土・日、祝日を除く)へ



まちなかいきいきサロン

【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
浪岡老人福祉センター (多機能室(大広間))	①4/3(水) ②4/17(水) ③5/1(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! ③元気に体と頭の体操
ラ・セラ東バイパス ショッピングセンター (1階 フードコート)	①4/8(月) ②4/22(月) 10:30～11:30	①運動で、心も体もリフレッシュ! ②ちょっと寄り道、みんなで体操!
イトーヨーカドー 青森店 (1階 フードコート)	①4/10(水) ②4/24(水) 10:30～11:30	①チャレンジ!ストレッチと筋トレ ②初めての運動教室
アウガ (駅前庁舎 1階 駅前スクエア)	①4/11(木) ②4/18(木) ③5/2(木) 11:00～12:00	①ずっと元気で い体操(いたいぞう!) ②ロコトレでいきいき元気! ③ずっと元気で い体操(いたいぞう!)
県民生協コスモス館 (イトインスペース)	①4/12(金) ②4/23(火) 10:30～11:30	①②元気に体力づくり
サンロード青森 (1階サンホール)	4/23(火) 11:00～12:00	ロコトレでいきいき元気!

料間無料/高齢者支援課(☎017-734-5326)



地域健康教室

料無料
備人数を制限する場合がありますので、ご了承ください。
申間事前に、電話で、青森保健生活協同組合(☎017-762-5888)へ

開催日時	場 所	内 容
4/16(火)10:00～	すみれ会館	健康教室
4/17(水)14:00～	東部市民センター	バランスボール
4/26(金)14:00～	東部市民センター	ストレッチ



健康診査受診券を発送

40歳以上の青森市国民健康保険被保険者及び後期高齢者医療被保険者のかたに、1年に1回無料で受けられる健康診査の受診券を4月19日(金)～23日(火)までに郵送します。3～5月に国民健康保険に加入届を出されたかた、または後期高齢者医療に異動されたかたの受診券は、届出の翌月末に発送しますので、到着後受診してください。間国保医療年金課(☎017-773-0181)





集団健診・検診(5/16～6/15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。咳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	5/18(土)・24(金)・27(月)午前のみ、6/1(土)・5(水) 午前の部 8:30～9:30 午後の部 12:30～13:30
浪岡総合保健福祉センター	6/8(土) 午前の部 7:00～8:30 午後の部 12:00～13:00

各種健康診査(R 6. 4. 1～R 7. 3. 31に下記の年齢になるかた)

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

がん検診など(R 6. 4. 2～R 7. 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	1,020円	1,430円	
	60歳以上	無料	410円	
骨粗しょう症検診※4	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	510円	510円	午前・午後の部
ABC胃がんリスク検診	40歳になるかた	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5年度に市の胃内視鏡検査を受診したかたは、令和6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。申込みや料金等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ことがあります。

●市ホームページ…「青森市 がん検診申込み」で検索

●市LINE公式アカウント…下記二次元コードから友だち登録し、「手続・便利」のタブを選択▶「健診・検診申込」から申込み



●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

◎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、生活保護受給者のかたは、検診が無料になります。市民税非課税世帯のかたは、事前にお申し出ください。

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(5月の日程) ㊞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
5/10(金)	8:30～9:00	「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫駐車場
	9:30～10:00	久栗坂町民会館前
	10:30～11:00	東陽小学校地域・学校連携施設前
	11:30～12:00	ほろがけ福祉館前
	13:30～14:30	マエダストア虹ヶ丘店駐車場

検診日	受付時間	場所
5/31(金)	8:30～9:30	大野市民センター前
	10:00～11:00	イトーヨーカドー青森店 正面付近
	13:00～14:00	ハッピードラッグ佃店駐車場(成田本店隣)



4月から

「地域外来・検査センター（新型コロナウイルス感染の疑いのあるかたを診療・検査）」は、
「急病センター（比較的軽度な急病患者への応急処置）」へ移行します

4月からは診療日が変わります。

月・水・金曜は休診日となります。（3月4日時点）

※今後、休診日が診療日へ変更となる場合には市ホームページや青森市LINE公式アカウントなどのSNSでお知らせします。受診の際は市ホームページなど、または下記お問合せ先にご確認ください。

◎青森市急病センター

◆診療科目 内科・小児科・外科

◆診療日 火・木・土・日曜 5月3日～5日、12月29日～1月3日

◆診療時間 19：00～22：00（受付は21：30まで）※予約不要

☎青森市急病センター（☎017-773-6477）



急病診療案内

☎保健予防課（本庁舎、☎017-734-5770）

救急医療施設の確認は…◎救急病院紹介 消防本部 ☎017-722-2211

◎あおもり医療情報ネットワーク <https://www.qq.pref.aomori.jp>

子どもの病気やケガに関するご相談は…

◎こども医療でんわ相談 ☎#8000 または ☎017-722-1152

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

夜間のお薬相談は…

◎夜間お薬相談 ☎090-5849-4348 ※毎日19：00～23：00



▲あおもり
医療情報
ネットワーク

初期救急医療施設案内

時間帯や症状に応じて初期救急医療施設をご利用ください

○夜間や日曜日・祝日の比較的軽度な急病患者への応急処置は、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。右表を確認し、ご利用ください。

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

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

■休日救急歯科（9：00～12：00）

- ・当番医は変更となる場合があります。受診の際は救急病院紹介（消防本部、☎017-722-2211）へご確認ください。
- ・休日救急歯科を受診する際は、事前に電話で予約をしてから受診してください。

時間帯	月～土曜日	日曜日、祝日
日中 （日曜・祝日の歯科は9：00～12：00）	医療機関 （診療時間は診療所に直接ご確認ください。）	休日救急歯科
18：00～8：00	夜間在宅当番医など （救急病院紹介（消防本部）へ問合せ）	
19：00～22：00	青森市急病センター （火・木・土・日曜日に診療）	



診療科目	医院名	電話番号	所在地
▼4月7日（日）			
歯科	熊谷歯科	017-776-5124	古川三丁目
▼4月14日（日）			
歯科	長谷川歯科医院	017-774-3268	奥野三丁目
▼4月21日（日）			
歯科	塩崎歯科医院	017-741-3338	桜川五丁目

診療科目	医院名	電話番号	所在地
▼4月28日（日）			
歯科	とやま歯科医院	017-762-7275	蛸沢三丁目
▼4月29日（月）			
歯科	渡辺歯科クリニック	017-764-6474	大野前田





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。

待ちに待った春が
やってきた♪

公園・施設が続々オープン!



※積雪状況により、オープンが遅れる場合があります

施設名	内容	申込み/問合せ
浅虫海づり公園	開園期間…4/27(土)～10/14(月) 9:00～17:00※10/1(火)～14(月)は16:00まで。毎週火曜日と浅虫温泉花火大会開催日は休園。 入園料…大人150円、小人70円(別途つり台利用料あり) ※釣り竿の貸し出しあり♪詳しくはお問合せください。	浅虫海づり公園 (☎017-752-2810) (一社)浅虫温泉観光協会 (☎017-752-3250)
小牧野遺跡 「小牧野の森・どんぐりの家」	世界文化遺産に登録された「北海道・北東北の縄文遺跡群」の構成資産の一つである小牧野遺跡。ストーンサークルを主体とした縄文時代の遺跡を見学できます! 開園期間…4/27(土)～11/15(金)	縄文の学び舎・小牧野館 (☎017-757-8665)
八甲田憩いの牧場	開園期間…4/16(火)～11/15(金) 9:00～17:00 主な施設…パターゴルフ場、ラジコンサーキット場、多目的広場、レストラン(4/27(土)～オープン予定)	管理事務所 (☎017-728-2501)
浅虫温泉森林公園	10kmの林間歩道や陸奥湾展望所など見所もたくさん♪また、テニスコート3面や運動広場もあり、スポーツも楽しむことができます! 開園期間…4/29(月)～10/31(木)	管理事務所 (☎017-752-2628)
月見野森林公園	無料のキャンプ場(野外調理で心配のない屋根付きの炊事場あり)・林間広場・林間歩道があり、自然に親しみながらバーベキューなどのレクリエーションを楽しむことができます♪ 開園期間…4/29(月)～10/31(木)	管理事務所 (☎017-743-5226)
合子沢記念公園	野鳥観察施設・芝生広場・林間歩道があり、野鳥観察施設には観察のための望遠鏡や公園内の野鳥の模型が展示されているほか、青森市街・八甲田連峰などの景色を楽しむことができます! 開園期間…4/29(月)～11/15(金)	管理事務所 (☎017-728-5875)

お知らせ・募集案内

春の 地域花いっぱいまちづくり 事業活動団体を募集	募集する活動…街路樹柵や公園・緑地などの花だんへの花植えと管理 活動団体に対する市の支援…花苗の一部支給、花だんづくりの講師派遣など 申込 4/1(月)～17(水)に、申請書類(市ホームページに掲載または窓口で配付)を直接、公園河川課または浪岡振興部都市整備課へ/公園河川課 (☎017-752-8334)
浅虫海浜公園大清掃 ボランティア募集	時所 4/20(土) 10:00～サンセットビーチあさむし管理棟前集合/参加者には「浅虫温泉の素」をプレゼント 申込 (一社)浅虫温泉観光協会 (☎017-752-3250) ※悪天候の場合4/21(日)に延期
青い森ネイチャーガイド協会 ボランティアガイド募集	申込 6～10月に八甲田ロープウェイ山頂駅周辺で訪れたかたへの自然と草花のガイド/山岳観光が好きなかた 申込 4/1(月)～30(火) 9:00～16:00に、電話・FAX・はがきで、〒030-0943 幸畑阿部野163-4 青森市八甲田山雪中行軍遭難資料館内 青い森ネイチャーガイド協会 (☎080-3338-1585、☎017-728-7063) へ
ぼくの・わたしの ストーンサークルコンテスト	時所 4/27(土)～29(月) 各日 9:00～17:00/縄文の学び舎・小牧野館 1階ホール/自由にストーンサークルを作ろう! 優秀作品には図書カードなどをプレゼント♪/小学生 申込 縄文の学び舎・小牧野館 (☎017-757-8665)
AOMORI CONNECTION 春のスタンプラリー	時所 4/27(土)・28(日) 各日 10:00～16:00/ねぶたの家ワ・ラッセ、市民美術展示館、県観光物産館アスパムなど/JR青森駅東口ビル開業を記念し、青森駅新町周辺でスタンプラリーを開催♪スタンプを集めて景品をゲットしよう! ※景品が無くなり次第終了 関東日本旅客鉄道株式会社 (☎019-652-7877)
青森市少年少女発明クラブ員 募集	創造力を活かしたものづくりを行う、青森市少年少女発明クラブ員を募集します! 時 5/12(日)～R7.3/9(日)の原則第2・4日曜日(年25回程度) 各日 9:00～12:00※4/28(日)開講式 所 中央市民センター/基礎教室…小学3～4年生30人、応用教室…小学5年生～中学2年生30人 料 年会費7,000円/4/13(土)の10:00～11:00に、年会費を持参の上、中央市民センター3階集会室へ 申込 青森市少年少女発明クラブ事務局(富所、☎080-1829-4755)
青森高等技術専門学校 令和6年度 在職者 訓練生募集 詳しくはこちら▶	時 ①第二種電気工事士学科試験事前講習(上期)…5/14(火)～17(金)、②土木技術者のための逆打ち基礎講習…5/22(水)・23(木) ①②各日 9:00～16:00 対人 ①在職者で第二種電気工事士上期筆記試験を受験するかた②土木建設業に従事する在職者で測量経験が少ないかた/①25人②10人/①2,200円②1,000円 所 申込 ①は4/8(月)～22(月)に、②は4/15(月)～26(金)に、青森高等技術専門学校 (☎017-738-5727) へ
JEED青森支部 転職・再就職・ スキルアップを応援! 職業訓練を受けませんか?	時 ①初心者OK! 基礎から学べる広報担当者養成科(eラーニング)…5/23(木)～8/22(木)、 ②パソコン活用科(託児)…5/27(月)～8/26(月) 9:10～14:50 所 ①ジョブトレ青森校②懶ソフトアカデミーあおもり 入料 ①20人②15人/無料(テキスト代は自己負担) 申込 ①は4/24(水)まで、②は4/30(火)までに、ハローワーク青森(☎017-776-1561)へ 詳しくはこちら▲

国記載のものは申込順（一部除く） ほかは当日直接会場へ 国記載のないものは無料
※掲載の内容は、3月4日時点の情報をとに、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。



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
あおり歴史トリビアを読む会【テーマ】津軽為信の遺言ー外浜築城を語ったか？	4/17(水) ①14:00~②18:30~ ※①②同内容/市民図書館 8階会議室2/講師: 工藤大輔(歴史資料室長)	各回20人	—	4/1(月)から、歴史資料室(☎017-732-5271 月~金曜日9:00~17:00受付)へ
令和6年度韓国語講座(1年生募集)	4/17~R7. 2月の水曜日各日18:30~20:00※月2回程度(全20回)/市内会議室(申込時にお知らせ)/※詳しくはあおりコリアネットホームページをチェック!	16人	年額20,000円(学生半額)/指定テキスト(2,310円)を持参	事前に、Eメールで、あおりコリアネット事務局(☎080-6006-6500、✉a_hanguls@yahoo.co.jp)へ
初心者向け菊づくり講習会	4/20(土) 13:30~15:00/柳川庁舎2階大会議室/鉢選びや土づくりなどの基本的な育て方・季節ごとの手入れ方法など	10人	講師: 青森菊花研究会	4/17(水)までに、氏名・電話番号を直接、公園河川課(☎017-752-8334)へ
山菜料理講座	4/21(日) 9:30~12:00/浪岡細野山の家/地元で採取した山菜を使い、料理と保存方法について学びます。	10人	1,000円/エプロン持参	4/8(月)~13(土)に、電話で、浪岡細野山の家(☎0172-62-3129)へ
第21回登山教室	★座学...①5/9②6/13③8/8の木曜日各日19:00~20:30/中央市民センター/山の基礎知識を身につける★実技...①5/18(土)②6/16(日)③7/7(日)④7/27(土)各登山口集合/①バリカン山②離岳③八甲田大岳④樹ヶ峯/地図とコンパスの使い方を身につける	30人	座学...500円、実技...無料※傷害保険は自己負担/基本的に全課程参加(欠席は1回まで)	5/2(木)までに、住所・氏名・電話番号・生年月日を、Eメールまたは往復はがきで、〒030-0919 はまなす二丁目11-15 青森勤労者山岳会(成田、☎017-726-2050、✉mirai@kb4.so-net.ne.jp)へ
初めての登山入門~基礎を学んで山に出かけよう~	5/18(土) 9:00~14:30/座学...森林博物館、実習...眺望山/講師: 村松栄一さん(県立自然ふれあいセンター館長)※実施要綱は返信はがきで送付	18歳以上で自家用車などで眺望山へ移動可能な20人(抽選)	500円/登山に適した服装、昼食持参	4/29(月)必着で、このイベント名・住所・氏名・年齢・電話番号を、往復はがき(1枚2人まで)に、〒038-0012 柳川二丁目4-37 森林博物館(☎017-766-7800)へ



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
アコル階段ギャラリー「子どもを性暴力から守るために、私たちができること」パネル展	4/2(火)~29(月)各日9:00~18:00※4/14(日)は休館日/働く女性の家「アコル」/若者を取り巻く「性暴力被害」の現状について展示	—	—	働く女性の家「アコル」(☎017-723-1700)
第1回市民一掃きデー	4/13(土) 9:30~1時間程度※雨天中止/合浦公園/参加者全員にりんごジュースプレゼント! 青森市環境保全シンボルキャラクター「エコル」くんも参加します♪	—	清掃用具は当日貸出します。	清掃管理課(☎017-718-1179)
アフタヌーン・コンサート	4/20(土) 14:00~15:30/中世の館/『青森吹奏楽団 アンサブルコンサート』出演: フルート、クラリネット、サクソフォン、金管の4チーム	—	大人300円※高校生以下無料	中世の館(☎0172-62-1020)
中央卸売市場「水産の朝市!」	4/20(土) 7:00~9:00/中央卸売市場/今年最初の新鮮な水産物の一般販売! 振る舞い「おでん(数量限定8:00~)」も♪	—	—	中央卸売市場管理課(☎017-738-1101)
①野木和公園の植物観察会~ヤナギの花を見よう~ ②野鳥の声に親しむ会 ③春の山野草観察会 ④春の森前庭観察会 ※いずれも申込後の連絡はありませんので当日直接お越しください。	①4/27(土) 9:50野木和公園駐車場集合12:00終了予定/講師: 澤田満さん(津軽植物の会)②4/29(月) 9:50眺望山管理棟駐車場集合12:00終了予定/講師: 針生倭吉さん(日本野鳥の会青森県支部顧問)③5/6(月) 9:50浅虫温泉森林公園管理事務所側駐車場集合12:00終了予定/講師: 米田豊さん(津軽植物の会)④5/11(土) 9:50森林博物館集合12:00終了予定/講師: 津軽植物の会	—	①長靴・ループ・飲み物・雨具・筆記用具持参②飲み物・雨具・筆記用具・双眼鏡持参③④長靴・飲み物・雨具・筆記用具持参	①②は4/22(月)まで、③④は4/29(月)までに、参加したい観察会名・住所・氏名・電話番号を、はがき・FAX・Eメールで、〒038-0012 柳川二丁目4-37 森林博物館(☎017-766-7800、✉017-766-7803、✉info@aomori-shi.shinrinhakubutsukan.jp)へ
「縄文の学び舎・小牧野館」開館9周年記念スペシャルデイ	4/27(土) 10:00~15:00/縄文の学び舎・小牧野館/縄文時代や自然をテーマにしたワークショップやカフェを楽しもう♪	—	施設の開館時間は9:00~17:00	縄文の学び舎・小牧野館(☎017-757-8665)
ゆ〜さ浅虫誕生祭	4/28(日)・29(月) 各日9:00~/「道の駅」浅虫温泉ゆ〜さ浅虫本館1階お土産コーナー、ゆ〜さ市場/日替わりで人気商品を特別価格で販売(数量限定)	—	—	「道の駅」浅虫温泉ゆ〜さ浅虫(☎017-737-5151)
第18回津軽三味線日本一決定戦	5/3(金)・4(土) 各日9:30開場10:00開演/リンクステーションホール青森/入場整理券は配布しませんので直接お越しください。	—	—	津軽三味線日本一決定戦実行委員会事務局(☎017-762-7010)
ゴールデンウィークはモヤヒルズへ! ①ダッチオーブン料理体験 ②雲谷高原の山菜教室 ③そば打ち体験会	いずれもモヤヒルズで開催 ①5/3(金) 10:00~14:00/この機会にダッチオーブンを使った料理を楽しんでみませんか?②5/4(土) 10:00~13:00/収穫した山菜を天ぷらにして食べます。③5/5(日)・6(月) 各日10:00~11:30~13:30~/モヤヒルズ産そば粉を使って練りから切りまで!	①家族15組 ②30人 ③各回8組	①1組4,000円 ②1,000円(小学生以下800円) ③1組2,200円(1組4人まで)	①~③いずれも、4/15(月)9:00~、電話で、モヤヒルズ(☎017-764-1110)へ

総合福祉センター 令和6年度 さわやか趣味講座



講座名	人員	受付日時	講座日程			
			回数	曜日	時間	期間
1 コーラス	40人	4月8日(月) 9:30~12:00	10		10:00~12:00	5~11月
2 社交ダンス(B)	30人		10	月	13:30~15:30	
3 和紙ちぎり絵	20人		10		13:00~15:00	
4 華道	20人		10	火	13:30~15:00	5~12月
5 川柳	18人		10		13:00~15:00	
6 絵画	20人		10	木	13:00~15:00	
7 民謡(おどり)	20人		10		10:00~11:30	5~11月
8 健康体操(松)	30人		10	金	10:00~11:30	
9 書道	30人		10		13:00~15:00	
10 社交ダンス(A)	30人	4月10日(水) 9:30~12:00	10	月	10:00~12:00	5~11月
11 ヨガ(A)	30人		10		13:30~15:00	
12 健康体操(竹)	30人		10	水	10:00~11:30	5~10月
13 短歌	20人		10		13:00~15:00	
14 七宝焼	20人		10	木	10:00~12:00	5~11月
15 レザークラフト	20人		10		10:00~12:00	
16 版画	20人		10	土	10:00~12:00	5~10月
17 園芸	20人		10		13:00~15:00	
18 新舞踊	20人	4月12日(金) 9:30~12:00	10	水	13:00~15:00	5~10月
19 太極拳	30人		10		13:30~15:00	5~11月
20 料理	16人		7		10:00~12:30	5~12月
21 俳句	25人		10	木	13:00~15:00	
22 ヨガ(B)	30人		10		13:30~15:00	5~11月
23 陶芸(松)	14人		13	火	10:00~12:00	
24 陶芸(竹)	14人		13	木	13:30~15:30	
25 陶芸(梅)	14人		13	金	10:00~12:00	

◆対象…市内在住の

60歳以上のかた

◆料金…無料(講座により、自己負担あり)

【申込方法】各受付日時に、直接、総合福祉センターへ来館

【問合せ】総合福祉センター 中央三丁目16-1

(☎017-722-4517)

※申込みは1人1講座まで(申込者多数の場合抽選)。受講決定は後日郵送で通知。

※代理人による申込みも可能(受講者本人の住所・氏名・生年月日・電話番号などを記入し提出)。

※松・竹・梅及びA・Bは、技術や経験年数などで区別しているものではありません。

※日程などは変更となる場合があります。

市民センターのおはなし会

主催：青森市
読書団体連絡会

料無料

岡市民図書館

(☎017-776-2455)



日時	場所	対象
4/13(土) 10:30~11:30	油川市民センター 3階創作活動室	3歳~小学3年生と保護者
4/14(日) 11:00~11:30	中央市民センター 2階茶華道室	
4/14(日) 11:00~11:30	東部市民センター 2階和室(大)	
4/19(金) 15:15~15:30	西部市民センター 1階和風学習室1	
4/27(土) 10:30~11:00	横内市民センター 1階和室(小)	
4/28(日) 10:30~11:00	大野市民センター 1階和室(小)	
4/28(日) 11:00~11:30	戸山市民センター 1階和室(小)	未就学児と保護者
4/23(火) 10:30~11:00	古川市民センター 1階和風学習室(A)	



スポーツ教室

申込みは会場への来館のみ ★詳細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)
●みちぎんどリームスタジアム ☎017-765-6200				
初心者のための弓道教室(全10回)	5/8～6/7の水・金曜日19：00～21：00	18歳以上10人	3,800円	4/16(火)～5/2(木)
カーリング感謝DAY 無料体験会	5/19(日) 10：00～12：00	小学4年生以上32人	無料	4/16(火)～5/15(水)
カーリング感謝DAY シート無料開放	5/19(日) 13：00～16：00	1団体 1シート1時間まで	無料	
●大進建設スポーツ広場 ☎017-764-5525				
テニス プレイ&ステイ(全10回)	5/9～6/27(予備日含む)の火・木曜日 17：00～18：30	小学生20人	4,000円	4/1(月)～
●カクヒログループスタジアム ☎017-743-3361				
中高齢者運動塾(全3回)	毎週木曜日10：00～12：00	介護認定を受けていない 50～70代のかた10人程度	1,500円	随時
バドミントン教室(全8回) 【初心者対象プログラム】	5/8～6/24の月・水曜日19：00～21：00 ※5/15・20・29、6/5・12・17を除く	小学生以上16人	4,000円	4/16(火)
硬式テニス教室初級(全10回) ※市営庭球場(雨天時市民体育館)	5/10～6/25の火・金曜日10：00～12：00 ※5/14・24・31、6/14を除く	18歳以上30人	5,000円	

掲載のものは申込順（一部除く） ほかは当日直接会場へ
※掲載の内容は、3月4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。

移動図書館「はまなす号」巡回日程

青森市市民図書館（☎017-776-2455、<https://www.library.city.aomori.aomori.jp/acl/index.html>）

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

利用者カード…市民図書館や市民センターなどと共通

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返却受付）

いよいよ

4月9日（火）

から！

お楽しみに！

駐車場所	駐車時間	4月	5月	6月	7月
浅虫温泉駅前	11:00～11:40				2日（火）
野内小学校	13:00～13:40	9日（火）	7日（火）	4日（火）	16日（火）
青森県磯野公舎駐車場	14:00～14:40	23日（火）	21日（火）	18日（火）	30日（火）
東青森ステーションショッピングセンター駐車場	15:00～15:50				
生協つくだ店駐車	16:10～17:00				
高田教育福祉センター前	11:00～11:40				3日（水）
金沢小学校	13:00～13:50	10日（水）	8日（水）	5日（水）	17日（水）
ユニバーサル大野店駐車	14:10～15:00	24日（水）	22日（水）	19日（水）	31日（水）
出町町会集会所	15:20～15:50				
生協あやめ館駐車	16:10～17:00				
ツルハドラッグ青森港町店	11:00～11:40				
東陽小学校	12:50～13:40	11日（木）	9日（木）	6日（木）	4日（木）
自由ヶ丘町民会館前	14:00～14:50	25日（木）	23日（木）	20日（木）	18日（木）
小柳小学校	15:10～15:50				
生協あじさい館駐車	16:10～17:00				
盛運輸サンドーム駐車	11:00～11:40				
すみれ遊園地	13:00～13:40	12日（金）	10日（金）	7日（金）	5日（金）
ユニーライフ芙蓉前駐車	14:00～14:40	26日（金）	24日（金）	21日（金）	19日（金）
県営住宅幸畑団地C棟駐車	15:00～15:50				
南奥野市民館前	16:10～17:00				

駐車場所	駐車時間	4月	5月	6月	7月
生協コスモス館駐車	11:00～11:40				
北小学校	13:00～13:50	16日（火）	14日（火）	11日（火）	9日（火）
青森市役所後潟支所駐車	14:10～14:40	30日（火）	28日（火）	25日（火）	23日（火）
油川小学校	15:10～15:50				
生協はまなす館駐車	16:10～17:00				
県営住宅南桜川団地3号棟南側駐車	11:00～11:40		2日（木）	13日（木）	11日（木）
原別小学校	12:50～13:50	18日（木）	16日（木）	27日（木）	25日（木）
本泉市民館前	14:10～14:40				
市営住宅小柳第1団地E棟北側駐車	15:00～15:50				
生協ひまわり館駐車	16:10～17:00				
イオンタウン浪岡ショッピングセンター	10:40～11:20				
三内西小学校※	12:50～13:50		17日（金）	14日（金）	12日（金）
鶴亀温泉北側駐車	14:10～14:40	19日（金）	31日（金）	28日（金）	26日（金）
県営住宅平和台団地集会所前駐車	15:00～15:50				
ケースデンキ青森西店南側調整池前	16:10～17:00				

※4月19日（金）のみ三内西小学校は沖館川多目的遊水地（リバーランドおきだて）に駐車場所が変更となります。



青森競輪日程（4月開催）

青森競輪場（☎017-787-2020）

※は安方前売SCでのみ発売

宇都宮（FⅠ）場外	1日（月）～3日（水）
玉野ナイター（FⅠ）場外	2日（火）～4日（木）
川崎記念（GⅢ）場外	4日（木）～7日（日）
和歌山（FⅠ）場外	4日（木）～6日（土）
いわき平ナイター（FⅠ）場外	5日（金）～7日（日）
立川（FⅠ）場外※	8日（月）～10日（水）
小田原（FⅠ）場外※	
高知記念（GⅢ）場外	11日（木）～14日（日）
松阪（FⅠ）場外	11日（木）～13日（土）
奈良ナイター（FⅠ）場外	
松山（FⅠ）場外	17日（水）～19日（金）

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。

函館ナイター（FⅠ）場外	18日（木）～20日（土）
西武園記念（GⅢ）場外	20日（土）～23日（火）
岐阜（FⅠ）場外	20日（土）～22日（月）
平塚ナイター（FⅠ）場外	23日（火）～25日（木）
高知（FⅠ）場外	24日（水）～26日（金）
青森ミッドナイト（FⅡ）	25日（木）～27日（土）
伊東温泉（FⅠ）場外	26日（金）～28日（日）
久留米ナイター（GⅠ）場外	
富山（FⅠ）場外	27日（土）～29日（月）
【いわき】日本選手権（GⅠ）場外	30日（火）～5月5日（日）
四日市ナイター（FⅠ）場外	30日（火）～5月2日（木）

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 明輪



申込みは各開催場所へ(申込順※一部抽選)／少数中止

／受講キャンセルは開始1週間前まで／は子ども・親子が参加できる講座

／申込方法★については23ページ参照

講座名	開催日時	対象／人員	料金	申込方法
中央市民センター ☎017-734-0164				
心安らぐ写経と法話～心穏やかに自分と向き合う～	5/8(水) 10:00～12:00	18歳以上20人	無料	★
体験してみよう!フィットネス ～運動習慣づくり はじめの一歩～	5/10・17の金曜日10:00～12:00	18歳以上30人	無料	
超わかりやすい簡単家計診断	5/16(木) 10:00～12:00	18歳以上30人	無料	
これから定年を迎える方へ～知って得する退職金の使い方セミナー～	5/18(土) 10:00～11:30	18歳以上30人	無料	
予測ができない地震に備える!もしものときのアクションプラン	5/21(火) 10:00～11:30	18歳以上30人	無料	
マシュー先生の楽しい英会話教室～日常的に使う英会話編～	5/22・29の水曜日13:30～15:30	18歳以上30人	無料	
 クッキング「カフェで人気の『ミックスサンド』と『いちごみるく』を作ろう!」	5/11(土) 10:00～12:00	小学3～6年生12人	700円	
 フローリスト「母の日のプレゼントに♡ミニブーケのフラワーバッグアレンジ」	5/11(土) 13:00～15:00	小学3～6年生15人	1,000円	
 サイエンス「『本物みたいなぶちぶちくら』と『つかめる水』を作ってみよう!」	5/12(日) 13:00～15:00	小学生30人	無料	
 国際交流員ベン先生と一緒に「体育館で誕生会をやろう!アメリカの『氷鬼』や『ピニャータ』などゲームたっぷり!」	5/18(土) 10:00～12:00	小学生20人	無料	
 空手道「心と体と技を磨く!キッズ空手道場」	5/18・25の土曜日13:00～15:00	小学生20人	無料	★
 パティシエ「おしゃれでかわいい!『グラスケーキ』を作ろう」	5/25(土) 10:00～12:00	小学3～6年生12人	700円	
西部市民センター ☎017-788-2491				
Let'sチャレンジ フラダンス盆踊り	5/1～15の水曜日13:00～15:00	18歳以上20人	無料	4/7(日)9:00～来館
呼吸で変わるいきいき太極拳	5/13～27の月曜日10:00～12:00	18歳以上30人	無料	4/7(日)9:00～来館
 母の日ステキなお花アレンジ	5/6(月) 10:00～12:00	小学生10人	1,000円	4/7(日)10:00～料金持参で来館
 運動会が楽しみになるかけっこ教室2024	5/11・18の土曜日10:00～12:00	小学1～3年生20人	無料	★
東部市民センター ☎017-736-6255				
シナプソロジー®で脳を活性化	5/14・28の火曜日13:00～14:30	18歳以上10人	無料	4/23(火)9:00～来館・電話
スマホのセキュリティ対策講座①	5/15(水) 10:00～12:00	18歳以上10人	無料	5/2(木)9:00～来館・電話
初めての3B体操	5/16～30の木曜日10:00～11:30	15人	無料	4/25(木)9:00～来館・電話
大野市民センター ☎017-739-6228				
香りのワークショップ	5/13(月) 13:00～15:00	18歳以上10人	1,000円	4/1(月)9:00～電話・来館
基本を学ぼう!春のスマホ教室	5/14・21の火曜日10:00～12:00	60歳以上15人	無料	4/1(月)9:00～電話・来館
横内市民センター ☎017-738-8723				
シニア向けスマートフォンセキュリティ講座	4/17(水) 13:30～15:00	60歳以上10人 (抽選)	無料	4/3(水)10:00～4/10(水)20:00に電話・来館受付 4/11(木)13:00～抽選 当選者のみ電話連絡
春のお花の寄せ植え教室	4/20(土) 10:00～12:00	18歳以上20人	1,300円	4/5(金)10:00～電話・来館
ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ	4/22(月) 10:00～12:00	18歳以上15人	無料	4/8(月)10:00～電話・来館
健康教室「睡眠」と「健康」の知恵袋	4/26(金) 10:00～12:00	18歳以上20人	無料	4/10(水)10:00～電話・来館
 母の日のお花アレンジ	5/11(土) 10:00～12:00	小学生以上15人	800円	4/25(木)10:00～電話・来館
戸山市民センター ☎017-743-0720				
シニア向けスマートフォン教室～基本と応用～	4/10～24の水曜日10:00～12:00	60歳以上20人	無料	4/1(月)9:00～電話・来館
認知症サポーター養成講座	5/8(水) 10:00～12:00	18歳以上20人	無料	4/7(日)10:00～電話・来館
津軽塗!研ぎ出し体験～マイ箸～	5/14(火) 10:00～12:00	18歳以上8人	2,000円	4/13(土)10:00～料金持参で来館
大人の健康体操～脳年齢を上げよう～	5/23・30の木曜日18:00～20:00	18歳以上15人	無料	4/14(日)10:00～電話・来館
 小・中学生の卓球教室 ※5/19除く	5/5～6/2の日曜日9:30～11:30	小学生～中学生16人	無料	4/6(土)10:00～電話・来館
油川市民センター ☎017-788-1201				
LINEを始めてみよう	4/19・26の金曜日10:00～12:00	60歳以上10人	無料	4/2(火)9:00～電話・来館
体幹を整えるバレエストレッチ	4/27(土)、5/4(土)・12(日)・18(土) 10:00～12:00	18歳以上10人	無料	4/3(水)9:00～電話・来館
やさしい着付け教室	5/7～6/4の火曜日10:00～12:00	18歳以上15人	無料	4/8(月)9:00～電話・来館
古川市民センター ☎017-776-8082				
リズム体操とストレッチ ※5/4除く	4/13～5/18の土曜日10:00～11:30	中学生以上60人 (抽選)	無料	4/6(土)9:00～9:30来館 受付 9:30～抽選
ペン字講座～くせ字を正して美しい文字を書く～ ※5/28、6/4除く	5/14～6/25の火曜日10:00～12:00	18歳以上20人	1,000円	4/23(火)10:00～電話・来館
 ねぶた囃子・①手振りがね②笛(横笛持参の場合無料)③太鼓(ばち持参の場合無料) ※5/19、6/16除く	5/12～6/23の日曜日10:00～12:00	各小学生10人	①無料 ②3,500円 ③4,000円	4/16(火)10:00～電話・来館

掲載のものは申込順（一部除く） ほかは当日直接会場へ

※掲載の内容は、3月4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。

講座名	開催日時	対象／人員	料金	申込方法
荒川市民センター ☎017-739-2343				
パーソナルカラー講座～自分に似合う色を見つけよう！～	4/20(土) 10:00～12:00	高校生以上15人	無料	4/5(金) 9:00～電話・来館
食命人のパン作り教室～春～	4/26(金) 10:00～13:00	18歳以上8人 (抽選)	800円	4/12(金)～14(日) 電話・来館 4/17(水) 当選者のみ電話連絡
初めての陶芸教室～箱庭のような鉢～	5/8・15、6/12、7/3の水曜日 18:30～20:30	高校生以上10人	1,500円	4/24(水) 9:00～電話・来館
知って！使おう！はじめてのスマホ教室	5/13・20の月曜日10:00～12:00	18歳以上15人	無料	4/24(水) 9:00～電話・来館
親子でスマホ教室～安全な使い方を学ぼう！～	4/27(土) 10:00～12:00	小・中学生と保護者 10組20人	無料	4/15(月) 9:00～電話・来館
沖館市民センター ☎017-761-4161				
今こそ学ぼう「新二一サ」～どんな年代も知って得する画期的制度～	4/20・27の土曜日10:00～12:00	18歳以上20人	無料	4/2(火) 9:00～電話・来館
北部地区農村環境改善センター ☎017-754-2244				
「相続登記義務化スタート」しないとうなる？	4/24(水) 10:00～12:00	18歳以上20人	無料	4/1(月) 9:00～電話・来館
梅ちゃん先生の「太巻きずし&紅いなりずし」	4/27(土) 10:00～13:00	中学生以上12人 (抽選)	600円	4/1(月)～10(水) 9:00～ 電話・来館受付 4/15(月) 9:00～当選者の み電話連絡・掲示
体が硬い人向けストレッチ	5/9～23の木曜日10:00～12:00	18歳以上20人	無料	4/10(水) 9:00～電話・来館
山城探訪「尻八館西路と製鉄遺跡」(フィールドワーク)	5/20(月) 9:00～14:00	18歳以上25人	無料	4/10(水) 9:00～電話・来館
子供が“おかわり”する山菜料理を！	5/21(火) 10:00～13:00	18歳以上16人 (抽選)	500円	4/14(日)～20(土) 9:00～ 電話・来館受付 4/26(金) 9:00～当選者の み電話連絡・掲示

申込方法欄が★の講座は下記の方法でお申込みください（応募者多数の場合抽選）

【申込方法】 4/15(月)必着で、必要事項を記入の上、下記の方法でお申込みください。※4/22(月)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(小・中学生のみ) ⑧FAX番号(FAXでお申込みのかたのみ)

【申込み先】 〒030-0813 松原一丁目6-15 中央市民センター ☎017-775-7048

✉center-koza@city.aomori.aomori.jp

【問合せ先】 中央市民センター（☎017-734-0164）

中央市民センターのイベント

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

◆こどもの映画会

時 4月28日(日) 10:00～10:30(開場9:50～)

内 世界の童話 ピーターパン ねむりの森のひめ

料 料 50人(当日先着順)／無料／内履き持参

◆おとなの映画会

時 4月26日(金) 10:00～12:08(開場9:30～)

内 「緑園の天使」…馬をこよなく愛する少女の物語。彼女は村一番の暴れ馬を手に入れ、グランド・ナショナルに出場することになるが…(1944年作品・吹替版)

料 料 50人(当日先着順)／無料／内履き持参

◆4月のプラネタリウム

料 160円(中学生以下無料／障害者手帳提示80円)

星空の時間	土曜日①11:00 ②13:30
北極星を見つけよう！ (約50分)	日曜日・祝日 13:30 (21日を除く)

プラネくんと星空さんぽ 絵話「ななつのほし」 (幼児向け・約40分)	日曜日・祝日 11:00 (21日を除く)
--	--------------------------

体調の悪いかたは
ご参加を
お控えください



自衛官など募集 問 自衛隊青森地方協力本部青森募集案内所（☎017-783-2995）

募集種目	応募資格	受付期間	試験日	試験会場
一般曹候補生(第1回)	18歳以上33歳未満	5月7日(火)まで	5月中旬	青森駐屯地
自衛官候補生(第1回)			6月中旬	

春だー桜を見に行こう

青森

まっり 春

なみおか

まっり 桜

★合浦公園会場 4/13(土)～29(月)
案内所…8:30～19:00
駐車料金…1日600円
露店…8:30～21:00
※4/21(日)は、あomorい桜マラソン終了後の営業となります。
主なイベント…開会式(4/13(土) 9:00～)、
木登り体験(4/28(日)・29(月)) など

★野木和公園会場 4/24(水)～29(月)
案内所…9:00～16:00
駐車料金…無料
露店…8:30～21:00

同時開催 春の緑と花の市
4/13(土)～29(月) 各日10:00～16:00
※雨天中止。21日はあomorい桜マラソンのため
出店はなし。最終日は15:00まで。
所合浦公園多目的広場
①花・木などの販売(期間中2～4店舗出店)
②緑と花の交換所・緑と花の相談所(4/13・
27の土曜日各日10:00～15:00)
③花苗無料プレゼント(4/13・27の土曜日
各日8:30～整理券配布、9:00～11:00
引換え※当日先着100人)
園公園河川課 (☎017-752-8334)

【問合せ】青森春秋まつり実行委員会事務局 (パークメンテ青い森グループ、☎017-741-6634)
※期間中は周辺道路・駐車場の混雑が予想されますので、バスなどの公共交通機関をご利用ください。
※イベント内容など変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

★国指定史跡「浪岡城跡」会場 4/20(土) 主なイベント…オープニングセレモニー、
ステージショー ほか
開催時間…10:00～
駐車料金…無料
露店…開催時間内
※雨天時は中世の館で開催

【問合せ】浪岡観光協会事務局 (浪岡商工会内、☎0172-62-2511)

第17回
AOMORI 春
フェスティバル
4/28(日)

ねぶたやよさこい演舞、ペリーダンスが中心商店街を華やかに彩ります。
今年も楽しいイベントが盛りだくさん！ぜひお越しください♪

会 場	時 間	内 容
新町通り	10:00～16:00	オープニングパレード、大型ねぶた展示、よさこい演舞、グルメコーナー、自衛隊車両展示 など
柳町通り	12:00～16:00	ストリートライブ(バンド・ダンス)、飲食テラス
昭和通り	10:00～16:00	よさこい演舞、ミュージックライブ、キッチンカー
新町キューブ	13:00～14:30	ねぶたミニシンポジウム
バサージュ広場	11:00～16:00	青い森鉄道グッズ販売、津軽三味線演奏
ワ・ラッセ西の広場	10:00～16:00	よさこい演舞、飲食・出展ブース
八甲田丸北側	10:00～16:00	自衛隊艦艇の入港(午前：一般公開、午後：体験航海) など

※内容及びスケジュールは変更となる場合があります。
※中心商店街では5/6(月)まで豪華賞品が当たるレシートウォークラリーも開催！
※詳しくはAOMORI春フェスティバル公式ホームページをチェック♪

【問合せ】AOMORI春フェスティバル実行委員会 (青森商工会議所内、☎017-734-1311)
※会場となる次の道路は交通規制(車両通行止め)となりますので、ご協力をお願いします。
昭和通り(青森銀行古川支店⇄THREE北側)・新町通り(協働社ビル⇄柳町交差点)
いずれも9:30～16:30

《広告》

**役目を終えた
リコール 積水製ポータブルトイレ
ご家庭に眠っていませんか？**

**対象品を新品の改良品と
無料で交換いたします**

発見場所の一例
☒ 押入れ
☒ 倉庫 ☒ 車庫

対象品の一例
1996年～2002年に販売

**ひじ掛けと背もたれの
すき間(約10cm)に
身体の一部を
挟まれる危険あり**

連絡先はこちら
0120-011-578
 受付時間/9:00～17:00
 (土・日・祝日・年末年始除く)

積水化学工業株式会社
東京都港区虎ノ門2-10-4
 積水ポータブルトイレ 検索

詳細はこちら

■青森市役所 ☎017-734-1111・☎0172-62-1111 (浪岡) / FAX 017-734-6855
本庁舎 〒030-8555 中央一丁目22-5
駅前庁舎 〒030-0801 新町一丁目3-7
三好庁舎 〒038-8505 柳川二丁目1-1
浪岡庁舎 〒038-1392 浪岡大字浪岡字稻村101-1