

広報



あおもり

5

No.457
May
2024 [令和6年]

AOMORI City News

青森駅前がリニューアル！
広報あおもりもリニューアル！



2024年4月26日(金)オープン「JR青森駅東口ビル」

▶ CONTENTS 目次

2-3 特集1：にぎやかで楽しい街、青森市へ

4 特集2：市民力＋民間力でみんなで未来をそだてるまち予算

5-7 ビジネス情報【Biz NAVI】：匠の職人表彰

8-9 子育てひろば：定期予防接種のお知らせ

10-14 健康・医療ナビ：世界禁煙デー・禁煙週間

15-19 市からのお知らせ：犬の登録と狂犬病予防集合注射受付日程(5月)

20-23 暮らしの情報：2024ミスねぶたコンテスト

裏表紙 青森ワッツ・ラインメール青森FC

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



JR青森駅東口ビルOPEN!

旧青森駅東口駅舎跡地を活用して工事を進めていた駅ビルが、4月26日(金)に開業。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ます。

株式会社JR東日本青森商業開発が運営する「&LOVINA」、本市が設置する「青森市民美術展示館」、青森県が設置する「あおり縄文ステーションじょもじょも」についてご紹介します。



これからの「ワクワク」を
あなたと紡いでいく

画像提供:株式会社JR東日本青森商業開発

&LOVINA

1～3階にファッションや飲食、雑貨などの全21ショップが入っています。東北地方初出店や青森県内初出店の店舗もあるほか、長年にわたって市民に愛されている料理店も出店し、市のにぎわいへの貢献が期待されます。1ショップは7月初旬開店予定。



青森市民美術展示館

市民の文化芸術活動の拠点施設

本市が設置し、駅ビル4階にあります。アート発信拠点として市民の皆さんが制作した作品の展示や、各種展覧会、市の事業による特別展など、美術作品の展示及び鑑賞の機会を提供します。皆さんも作品発表などにぜひご活用ください。展示室は可動壁によって1区画から4区画まで柔軟に変えることができ、さまざまな展示に対応できます。



1階自由通路

駅ビル1階には駅の東口と西口を結ぶ広い自由通路があり、駅の東側と西側を快適に行き来できます。また、駅ビル3階の&LOVINAフロアは、青森駅2階と連絡通路を介して直結。電車から降りて改札を出たら雨雪を心配しないでビルに入ることができます。



画像提供:青森県

あおり縄文ステーション じょもじょも

青森県が設置し、駅ビル4階にあります。世界遺産「北海道・北東北の縄文遺跡群」を構成する遺跡のうち、県内8遺跡の魅力と価値を伝える情報発信拠点です。

2024年、青森市の街が進化します



青森市長 西秀記

今年は、青森市の街にさまざまな進化が起こります。その中でも最も話題性があるのは、やはり4月26日の青森駅東口ビルのオープンではないでしょうか。私自身も15年以上前から青森駅周辺のまちづくりについて多くの意見や提案をしてきたことから、それが具体的な形になることを待ち望んでいました。新しい駅ビルは、多くの市民や国内外からの観光客でにぎわい、街に活気をもたらす施設になることでしょう。皆さん、お楽しみに!

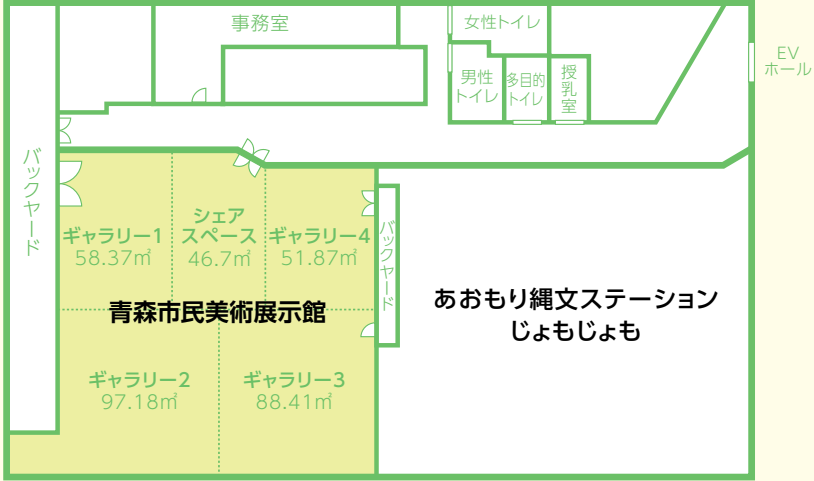
にぎやかで楽しい街、青森市へ

青森市民美術展示館オープニングイベント 市所蔵作品展覧会

オープン日の4月26日(金)11:00から、市所蔵美術品の展覧会を実施します。



青森市民美術展示館
平面図



文化学習活動推進課 唐川

展示室を可動壁で区分することにより、借りるかたのニーズに応じた柔軟な利用が可能です。駅ビル内に移転し、公共交通機関でもアクセスしやすくなりました。駅を利用するかたや買い物で駅ビルを利用するかたも、ぜひお気軽にお越しください。

第1弾 4月26日(金)～5月27日(月)

関野準一郎「奥の細道」全60作品

+ 青森市出身作家作品展示(佐藤米次郎、山口晴温)

第2弾 5月29日(水)～6月29日(土)

関野準一郎「東海道五十三次」全55作品

+ 青森市出身作家作品展示(小館善四郎、山内ゆり子)

※青森市出身作家作品展示(ギャラリー1)は、一般の貸出しがある場合は休止
※5月28日(火)は入替えのため休止

青森市民美術展示館

開館時間:9:00～20:00

休館日:毎月第3月曜日、年末年始(12/29～1/3)

使用料(1日につき)

室名	展示品を販売しない場合		展示品を販売する場合	
	観覧料を徴収しない場合	観覧料を徴収する場合	観覧料を徴収しない場合	観覧料を徴収する場合
ギャラリー1	2,450円	3,200円	6,410円	8,030円
ギャラリー2	4,080円	5,340円	10,680円	13,380円
ギャラリー3	3,720円	4,870円	9,740円	12,200円
ギャラリー4	2,180円	2,850円	5,710円	7,150円
シェアスペース	1,960円	2,560円	5,130円	6,420円

※シェアスペースは、ギャラリー1～4を全て借りる場合に限り、使用できます。

問 文化学習活動推進課(☎017-718-1432)

青森駅周辺のイベント

八甲田丸 GWイベント

イベント期間中、皆さんが大事に使われた「鯉のぼり」を八甲田丸船上に掲揚します!



✳ 鉄道模型ショー

ミニチュア鉄道模型(新幹線や寝台列車など)が会場内の線路を走行します。また、子どもを対象に、鉄道模型車両(Gゲージ・HOゲージ・Nゲージ)の運転を体験できます。

時 5/3(金)～5(日) 10:00～16:00(最終日は15:00)

料 無料

✳ 元青函連絡船機関長による特別解説

青函連絡船の歴史や構造、操船方法などを解説しながら船内をご案内します。

時 5/3(金)～6(月) ①10:30～ ②13:30～ 案内時間は約60分

料 大人510円、中学・高校生310円、小学生110円(八甲田丸観覧料)

✳ JAF子ども安全免許証・クイックキャッチ体験コーナー

交通ルールをクイズで学び、その場で写真を撮って作る「子ども安全免許証」や反応速度をゲーム感覚で測定できる機材を使った「俊感性測定」を体験できます。

時 5/4(土)・5(日) ①10:00～12:00 ②12:30～15:00

料 無料

問 青函連絡船メモリアルシップ八甲田丸(☎017-735-8150)

ねぶたの家ワ・ラッセ GWイベント

✳ ねぶた囃子実演&ハネト・囃子体験

時 4/27(土)～5/5(日) ※各30分程度

①11:00～ ②13:00～ ③15:00～ ④17:00～

所 ねぶたホール

料 大人620円、高校生460円、小・中学生260円(ワ・ラッセ入場料) ※市内の小・中学生は無料



✳ ハネトンと遊ぼう

時 4/27(土)～29(月) 13:30～ 所 1階エントランスなど

✳ ワ・ラッセ工房

時 5/3(金)～5(日) ※各30分程度

①10:00～12:00(最終受付11:30) ②13:00～15:00(最終受付14:30)

所 1階エントランス 料 300円～1,000円

✳ 津軽三味線スペシャルライブ

時 5/3(金) 渋谷幸平さん・4(土) 下山昭義さん 各日14:00～14:30

所 2階イベントホール

料 無料

✳ こどもの日 ねぶたクイズラリー

小・中学生対象のクイズラリー♪正解数に応じてプレゼントをゲット!(当日先着順200人)

時 5/5(日)

所 ねぶたホール、ねぶたミュージアム

料 大人620円、高校生460円、小・中学生260円(ワ・ラッセ入場料)

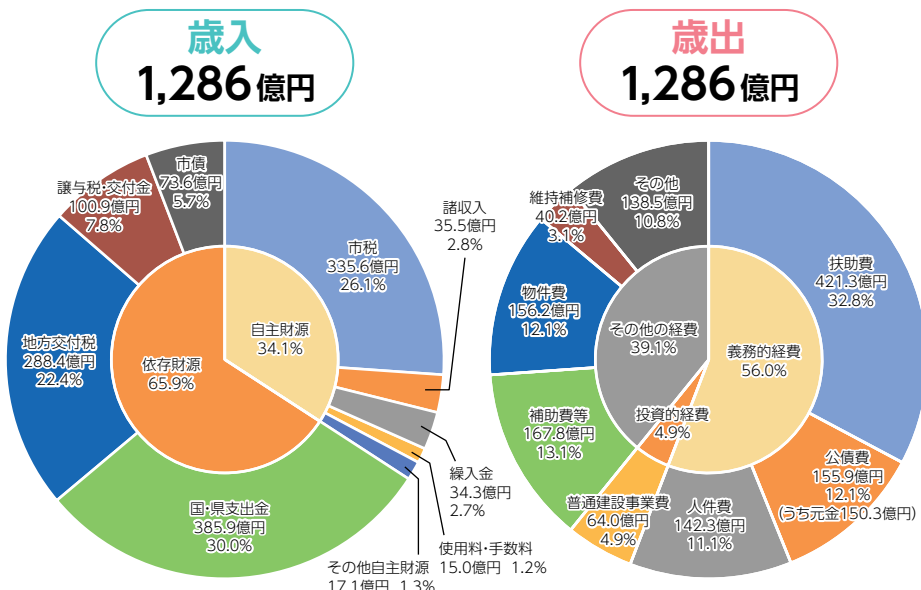
※市内の小・中学生は無料

問 ねぶたの家ワ・ラッセ(☎017-752-1311)

令和6年度一般会計当初予算のあらまし

令和6年度の青森市一般会計当初予算額は、1,286億円です。青森市アリーナプロジェクト推進事業の減などがあるものの、定額減税補足給付金給付事業などの国の予備費関連給付金事業、借換債の増に伴う公債費（元金償還）、青森市清掃工場火災対策整備事業などの増により、一般会計予算額は前年度より増加しました。 問 財政課（☎017-734-5187）

令和6年度 一般会計当初予算額 **1,286億円**（対前年度：+57.2億円）



扶助費…生活保護費、児童福祉費、障害者福祉費など
人件費…職員の給料や退職手当など
補助費等…一部事務組合への負担金や各種助成金など
維持補修費…施設の維持管理や除排雪に係る経費
公債費…市の借金を返済するための経費
普通建設事業費…学校や道路の整備費など
物件費…消耗品費、光熱水費、通信運搬費、委託料など
その他…貸付金、積立金など

義務的経費 719億6千万円 (対前年度：+32.3億円)

[増減の主な内容]

- 人件費+6.5億円 … 会計年度任用職員への勤勉手当支給開始などによる増
- 扶助費+3.1億円 … 児童手当の拡充などによる増
- 公債費+22.7億円 … 過去借入れ分の借換増による増（借換分を除くと△2.5億円）

補助費等 167億8千万円 (対前年度：+33.8億円)

[増減の主な内容]

- 定額減税補足給付金給付事業 (+23.3億円)
- 令和6年度非課税化及び令和6年度均等割のみ課税化給付金給付事業 (+6.8億円)

普通建設事業費 64億円 (対前年度：△20.4億円)

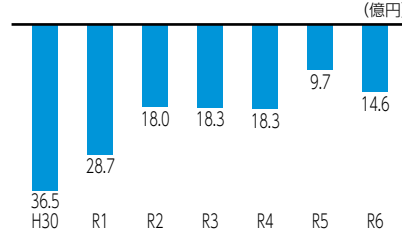
[増減の主な内容]

- 青森市清掃工場火災対策整備事業 (+11.3億円)
- 旧青森国際ホテル跡地地区第一種市街地再開発事業 (+5.7億円)
- 青森市アリーナプロジェクト推進事業 (△37.3億円)

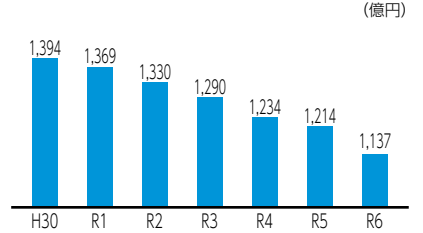
＊予算の概要

令和6年度予算は、可能な限り一般財源の圧縮に努めた結果、財源調整のための基金取崩額は14.6億円と、青森市財政プランより改善しています。また、市債の発行額を償還額未満に抑制し、市債残高は1,137億円と前年度末見込みに比べ、76.7億円の減少となり、引き続き平成17年度の新市移行後最少額となります。

財源調整のための基金取崩額の推移 (億円)



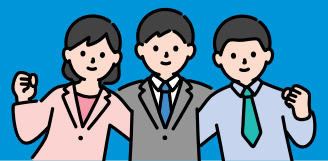
市債残高の推移 (億円)



※R6の取崩額は、地方交付税の前倒し分の額を含んでいない。

「市民力＋民間力でみんなで未来をそだてるまち予算」

令和6年度予算は、DXを推進しつつ、仕事づくりや未来を担う人材育成・子育て支援の充実、安全で快適な暮らしの創出など、市民力・民間力を高め、未来を育む事業に重点的に配分して編成しました。



令和6年度 青森市の主な取組

仕事をつくる

●国直轄港湾整備事業負担金 (油川地区 基地港湾) 2億4,000万円

洋上風力発電事業における風車の設置・メンテナンスを行うために必要な基地港湾整備費の一部を負担します。



●新しい働き方担い手誘致・東青地域移住促進事業 1,438万円



首都圏での移住相談会の開催に加え、新たに市内中心部に移住体験施設を設置します。

●浪岡地区移住・定住促進事業 1,211万円

浪岡地区への移住・定住の促進のため、空き家をリノベーションした移住・ワーケーション体験施設の整備・運営などを実施します。

●青森市立小・中学校給食費の全額公費負担 10億6,641万円



市立小・中学校の児童生徒に提供する学校給食の全額公費負担を令和6年度も継続実施します。

●新生児聴覚検査事業 1,164万円

先天性の聴覚障害を早期発見・早期療育につなげるため、新たに新生児聴覚検査に係る費用を公費負担します。



●ねぶたアートフェスティバル2024 開催事業 2,099万円

ねぶた独自の美意識や技、創造性をリスペクトし、ねぶたの技法を活かしたクラフトアートイベントを開催します。

人をまもり・そだてる

まちをデザインする

●旧青森国際ホテル跡地地区第一種市街地再開発事業 (補助金) 5億7,015万円

にぎわいのある空間形成と青森駅前活性化を目的として、閉店したホテルと老朽化した中小小売店舗・飲食店舗を共同化・集約化し、商業・業務施設と集合住宅による複合施設を一体的に整備する事業を支援します。

●デマンド交通運行実証実験事業



●青森地区 433万円

公共交通の小規模需要地域などを対象として、満足度・利便性・費用などについて既存の路線バスと比較検証し、利用者ニーズに対応した持続可能な公共交通を検討するため、AIデマンド型交通の実証実験を期間限定で実施します。

●浪岡地区 5,490万円

公共交通空白地区の解消及び高齢者などが利用しやすい公共交通サービスの提供を図るため、利用者が事前に予約し、乗り合い運行するAIデマンド交通の実証実験を実施します。

●自治体DX推進事業 2,323万円

住民異動届や証明書交付などの申請書類の記載を一部省略化できる、マイナンバーカード等読取機器を市民課窓口を導入し、「書かない窓口」の運用を開始します。また、ペーパーレス化を推進するための会議システムなどを導入します。



●スマートシティ推進事業 322万円

ICTなどの先端技術を活用し、地域課題の解決やまちの魅力を高めるスマートシティについて、有識者の活用やワーキンググループなどにより地域課題の抽出や取り組むべき対策を検討します。

政策を実現するために



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、さまざま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。

3月22日、本庁舎1階ロビーで 令和5年度青森市匠の職人表彰式を行いました



【蝦名 伸治さん】 (理容師／カットプロセスライズ)

父の勧めと「手先を使う仕事がしたい」という思い、そして友人にヘアセットを喜んでもらったことがきっかけで理容師の道を歩み始めたという蝦名さん。20歳で就職した理美容サロンの対馬省三さんのもとで基本を学び、青森県理容生活衛生同業組合の教育部長だった風晴林一郎さんのもとでお客様との関わり方や大会に関する技術を磨いた結果、**平成3年と平成5年の二度、青森県理容競技大会で優勝に輝きました。**

自らもくせ毛とのことで、工夫を凝らした鋏の使い方・切り方を模索するほか、**ツイストパーマの技法について、技術者の負担を軽減しながらしっかりとパーマのかかる器具を開発し、平成29年には特許を取得しました。**

自分のカットを気に入り、遠くからでも来てくれるお客様の存在が喜びにつながると話す蝦名さん。一人ひとりの髪の悩みを解消してあげることができ、笑顔になってもらえることがうれしいそうです。

体の動く限り仕事を続けたいという気持ちのもと、一人でも多くのお客様を輝かせようとする蝦名さんの挑戦はまだまだ続きます。

令和6年度「青森市匠の職人表彰」 候補者の推薦を募集

本表彰は、卓越した技能を有し、現役で活躍され、かつ、技能者の育成や産業振興などに寄与されているかたを表彰するものです。

広く社会一般に技能尊重の気風を浸透させ、技能者の地位及び技能水準の向上を図り、本市の産業の発展につなげることを目的に平成19年度に創設され、令和5年度までに58名のかたが受賞されています。

自薦、他薦を問いません。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

【応募方法】

6月28日(金)までに、推薦書(課に備付け、市ホームページ掲載)に必要事項を記入の上、経済政策課へ。

【審査】

受賞者は「青森市匠の職人表彰審査会」の審査を経て、市長が決定します。

問 経済政策課(☎017-734-5227)

移住支援金 申請受付中です！

転入を検討しているかたや、ご家族ご友人にお知らせください



市では県外から移住し、転入前の居住地や勤務地の条件と転入後の仕事の条件を満たすかたに移住支援金を交付しています(事業予算に達し次第受付終了)。**転入前**にお問合せください。

問 連携推進課(☎017-752-8751)

①青森市移住支援金

- 対象要件
- ・5年以上東京23区に居住または通勤
- ・本市に移住し、起業、就業、リモートワークで移住前の業務を継続するかたなど



②新しい働き方移住支援金

- 対象要件
- ・①に該当せず、県外に2年半以上居住し、雇用保険被保険者または個人事業主として働いていた
- ・本市に移住し、起業、就業、リモートワークで移住前の業務を継続するかたなど

③リモートワーカー応援補助金

- 対象要件
- ・①②でリモートワーク要件で交付決定を受けたかた



④青森市医療・福祉職子育て世帯移住支援金

- 対象要件
- ・県外に5年以上居住していた子育て世帯
- ・本市に移住し、医療福祉職の資格を持って就業、または資格取得を目指し、市内の養成機関に就業するかたなど

【注意事項】

- ・①②④は併用申請はできません。
- ・転入してから1年を過ぎると申請できません。
- ・転入後の**就業先については雇用形態など条件**がありますので、詳しくは、お問合せください。

地域おこし協力隊 新隊員の紹介！

4月1日から「今井風花」隊員が新たに地域おこし協力隊員として着任しました。今井さんはIターン移住者です。移住定住サポート隊員として移住者誘致に関する活動や移住者ネットワークに関する活動をしします。



青森にあるたくさんの魅力を発信し、役に立てるよう全力を尽くします。
皆さま、どうぞ
よろしくお願いいたします！

今井さんはじめとする
協力隊員が発信する
「TOSEI One Team通信」は
フェイスブックでご覧になれます！



今井 風花 隊員

問 連携推進課(☎017-752-8751)

金婚を迎えるご夫婦を顕彰します

金婚夫婦(昭和49年1月1日～12月31日に結婚または入籍したご夫婦)

- 青森地区 6/4(火)までに、最寄りの民生委員にお知らせいただくか、お二人の氏名・生年月日・住所・電話番号・結婚または入籍した年月日を郵送またはFAXで、青森市老人クラブ連合会へ〒030-0801 新町一丁目3-7 ☎017-723-7291

問 青森市老人クラブ連合会(☎017-723-7285)

青森市社会福祉協議会(☎017-723-1340)

- 浪岡地区 6/14(金)までに、電話または直接、問合せ先へ

問 浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1134)

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5月7日(火)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、市ホームページにも掲載します。

問 人事課(☎017-734-5093)



◆採用職種・受験資格

【大学卒業程度】

- 事務職(障がい者含む)、事務職(社会福祉士)、電気職、機械職、土木職、建築職、化学職、水産職、消防職 など
- 平成7年4月2日～平成15年4月1日生まれのかた

※事務職(社会福祉士)は、昭和59年4月2日以降生まれのかた(令和6年度に実施される国家試験の合格見込者を含む)

【企業などの職務経験者】

- 事務職、電気職、機械職、土木職、建築職、化学職、水産職 など

【その他】

- 獣医師、保健師、臨床検査技師、事務(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試験などの合格見込者を含む)

◆試験日 6/16(日)

◆試験会場 青森公立大学、東京都内(医療職除く)

◆受付期間 5/7(火)～31(金)

市公式YouTubeチャンネルで、市役所のお仕事紹介動画を公開中!



令和6年度新採用職員

青森市営バスの運転士を募集

路線バスの運転業務に従事する会計年度任用運転士(パートタイム)を募集しています。

詳しくは、交通部管理課・東部営業所・西部営業所で配布している募集案内または交通部ホームページをご覧ください。

◆応募資格 大型自動車第二種免許を有している者 ※その他条件あり

申 申込書に必要事項を記入し、必要書類を添付の上、直接または郵送で〒039-3503 野内字菊川47-1 青森市交通部管理課へ

問 交通部管理課(☎017-726-5451)



自衛官など募集

国の防衛から災害派遣まで、国家を守る公務員「自衛官」を募集します。

募集種目	幹部候補生(第2回)	
	一般	歯科・薬剤科
応募資格	22歳以上26歳未満の者	専門の大卒(見込含) 20歳以上30歳未満の者 (薬剤科は20歳以上28歳未満の者)
受付期間	4/24(水)～6/13(木)	
試験日	6/22(土)	
試験会場	青森県立保健大学	

申 問 自衛隊青森地方協力本部青森募集案内所(☎017-783-2995)

省力化栽培りんご園地環境整備事業実施希望者の募集



省力化を促進し、持続可能なりんご産地の推進を図るため、支援事業を実施します。詳しくは、お問合せください。

- ◆支援メニュー
- ①労働環境の改善が見込める施設・省力化機械
 - ②災害に強い園地づくりに必要な設備
 - ③循環型農業を実施できる機械・設備

◆補助率 補助対象経費の3分の1以内(1経営体当たり上限50万円)

対 市内在住で省力化栽培(わい化・超高密植栽培など)に取り組むりんご生産者

申 10/31(木)までに、直接あおもり産品支援課へ

問 あおもり産品支援課(☎0172-62-3002)

商店街空き店舗リノベーション支援事業補助金

商店街などの1階空き店舗を活用し、小売業等店舗などを開設する場合の店舗改装工事費の一部を補助します。詳しくは、お問合せください。

問 経済政策課(☎017-734-2376)



はかり(質量計)の定期検査のお知らせ

取引または証明上の計量に使用するはかり(質量計)の定期検査を、次のとおり実施します。

対 ひょう量が1トン以下の非自動はかり、分銅、おもり

問 (一社)青森県計量協会(☎017-729-1703)



令和6年度 青森市集合検査日程

検査月日	検査場所	時間
5/13(月)	青森農業協同組合中央南支店	10:00～12:00 13:00～15:00
5/14(火)	高田教育福祉センター	10:00～12:00 13:00～15:00
5/15(水)	荒川市民センター	10:00～12:00 13:00～15:00
5/16(木)	中央市民センター細越分館	10:00～12:00 13:00～15:00
5/17(金)	大野市民センター	10:00～12:00 13:00～15:00
5/20(月)	水道部庁舎(南側車庫)	10:00～12:00 13:00～15:00
5/21(火)	中央卸売市場12番通路	9:00～11:00
5/22(水)	女鹿沢公民館	10:00～11:30
	大杉公民館	13:00～14:30
5/23(木)・24(金)	浪岡庁舎	10:00～12:00 13:00～15:00
5/27(月)	横内市民センター	10:00～12:00 13:00～15:00
7/22(月)・23(火)	長島小学校	10:00～12:00 13:00～15:00
7/24(水)・25(木)	浦町小学校	10:00～12:00 13:00～15:00
7/26(金)	浪館小学校	10:00～12:00

介護労働講習

時 6/18(火)～11/25(月)(105日間)各日10:00～16:30
所 はまなす会館
対 雇用保険受給者(ハローワークから受講指示を受けたかた)
料 無料(テキスト代、保険料は自己負担)
申 6/7(金)までに、直接ハローワーク青森へ
問 介護労働安定センター青森支部(☎017-777-4331)



看護のお仕事 移動相談会

青森県ナースセンターでは、月に1回無料職業紹介事業として看護職の相談員が出向いて、皆さんのお仕事探しをサポートしています。

時 5/20(月)・6/17(月)・7/29(月)・8/19(月)・9/9(月)
各日9:00～11:30随時受付 ※7/29のみ13:00～16:00
所 ハローワーク青森2階
問 公益社団法人青森県看護協会 青森県ナースセンター
(☎017-723-4580)



生産性向上支援訓練 受講者募集

ポリテクセンター青森では、県内企業の人材育成や生産性向上を支援するため、在職者のかたを対象にした生産性向上支援訓練を実施しています。

- ①表計算ソフトを活用した業務改善**
時 6/7(金) 9:30～16:30 **料** 2,200円 **備** 申込締切 5/17(金)
- ②組織力強化のための管理**
時 6/11(火) 9:30～16:30 **料** 3,300円 **備** 申込締切 5/22(水)
- ③業務に役立つ表計算ソフトの関数活用**
時 6/17(月) 9:30～16:30 **料** 2,200円 **備** 申込締切 5/28(火)
- ④インターネットマーケティングの活用**
時 6/18(火) 9:30～16:30 **料** 3,300円 **備** 申込締切 5/29(水)
- ⑤効率よく分析するためのデータ集計**
時 6/28(金) 9:30～16:30 **料** 2,200円 **備** 申込締切 6/7(金)

所 ①②③⑤ポリテクセンター、④問屋町会館
人 各回15人
申 申込締切までに、申込書(ホームページからダウンロード)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)



問屋町ビジネススクール

- ①人脈構築スキルアップ研修**
時 6/27(木) 18:30～20:30 **料** 2,700円 **備** 申込締切 6/20(木)
- ②採用試験手法体感研修**
時 5/9(木) 13:30～16:30 **料** 3,800円 **備** 申込締切 5/2(木)
- ③総務の視点で生産性向上**
時 6/20(木) 13:30～15:30 **料** 2,700円 **備** 申込締切 6/13(木)
- ④対話スキル向上研修**
時 5/16(木) 18:30～20:30 **料** 2,700円 **備** 申込締切 5/9(木)
- ⑤書いて伝わるコミュニケーションの重要ポイント**
時 5/30(木) 18:30～20:30 **料** 2,700円 **備** 申込締切 5/23(木)
- ⑥個性心理学®を活用したチーム運営術**
時 6/13(木) 18:30～20:30 **料** 4,000円 **備** 申込締切 6/6(木)
- 申** 申込締切までに、問屋町ビジネススクールホームページの申込フォームから申込み。または、申込書(協同組合青森総合卸センター、各市民センターなどに備付け。ホームページにも掲載)を、協同組合青森総合卸センター(☎017-738-7323)へ
問 協同組合青森総合卸センター(☎017-738-4711)



青森高等技術専門校 令和6年度 職業訓練生募集

青森高等技術専門校では、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。

情報、福祉・医療、販売、事務、サービスなど、多様な職種に対応した職業訓練となっていますので、再就職へ向けた職業能力の向上にお役立てください。



対 公共職業安定所に求職申込みを行い、受講指示、受講推薦または支援指示を受けたかた
申問 受付期間に、ハローワーク青森(☎017-776-1561 音声案内42#)へ

①簿記・経理基礎科1

時 6/3(月)～9/2(月) **人** 20人
備 受付期間5/16(木)まで



委託訓練
ホームページ

②Webプログラミング科1

時 6/7(金)～12/6(金) **人** 20人
備 受付期間5/21(火)まで



③パソコン基礎科1(育児等短時間・託児付)

時 6/24(月)～10/23(水) **人** 20人
備 受付期間5/1(水)～6/6(木)

④土木施工管理技術者養成科(eラーニング)

時 7/17(水)～10/16(水) **人** 15人
備 受付期間5/13(月)～6/27(木)



⑤Webクリエイター養成科1(eラーニング)

時 7/5(金)～10/4(金) **人** 15人
備 受付期間5/17(金)～6/18(火)

⑥簿記・経理応用科1(託児付)

時 7/18(木)～7/17(金) **人** 20人
備 受付期間5/28(火)～6/28(金)



青森高等技術専門校 令和6年度 在職者訓練生募集

青森高等技術専門校では、在職者のかたのスキルアップを目的として、講習会を実施しています。

申問 受付期間に、青森高等技術専門校(☎017-738-5727)へ



在職者訓練
ホームページ

①JW_CAD基本講習(上期)

時 6/13(木)・14(金)
対 在職者(自営含む)でパソコン操作のできるかた
人 20人 **料** 1,000円
備 受付期間5/7(火)～21(火)



②第二種電気工事士技能試験事前講習(上期)

時 7/2(火)～5(金)
対 在職者で第二種電気工事士上期技能試験を受験するかた
人 20人 **料** 2,200円
備 受付期間5/27(月)～6/10(月)

裁判員制度 15周年を迎えて



裁判員制度は、18歳以上の国民の中から選ばれた6人の裁判員が刑事裁判に参加し、3人の裁判官とともに、被告人が有罪かどうか、有罪の場合、どのような刑にするのかを決める制度です。

国民の皆さんのご参加・ご協力に支えられ、今年5月で15周年を迎えます。詳しくは、裁判所ホームページをぜひご覧ください。

問 青森地方裁判所総務課庶務係(☎017-722-5421)



子育てひろば

open space for childcare



定期予防接種のお知らせ

◆子どもの定期予防接種

子どもの定期予防接種は、接種期間が決められています。特に赤ちゃんの場合、免疫がつくのが遅れ、重い感染症にかかるリスクが高まりますので、遅らせずに予定どおり受けましょう。

里帰り出産などの理由により、市の指定医療機関で接種できない場合は、市外の医療機関で受けられる制度があります。希望の場合は必ず事前にお問合せください。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。



✿ 子宮頸がんを予防するHPVワクチンの キャッチアップ接種は、令和6年度が最終年度です

◆対象者 平成9年4月2日から平成20年4月1日までに
生まれた女性で、HPVワクチン接種を3回受けていないかた

◆接種期限 R7.3/31(月)

※接種期限を過ぎると全額自己負担(9価ワクチンで1回約3万円)となります。また、接種間隔が足りないなど、法令で定められた受け方でない場合は、定期接種として公費(無料)で接種できなくなりますので、次の接種までの間隔にご注意ください。

※3回の接種を終えるまでにおおよそ半年かかりますので、接種を希望する場合は、令和6年9月中に初回接種を開始しましょう。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。



✿ HPV(子宮頸がん予防)ワクチン(9価ワクチンを除く)を 任意接種したかたへの接種費用償還払い

HPVワクチンを定期接種の年齢(小学6年生～高校1年生相当)を過ぎてから令和4年3月31日までに任意接種として自費で接種を受けたかたへ、接種費用の償還払いを行っています。

◆申請期限 R7.3/31(月)

詳しくは、市ホームページをご覧ください。



問 あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2986)
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)



マタニティ講座 要予約

①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

②シミュレーション講座

もしもに備えて赤ちゃんの応急手当、
妊婦さんってこんな感じ(妊娠疑似体験)など



③ウェルカムベビー! 講座

沐浴体験～赤ちゃんはお風呂が大好き～、ウキウキふれあい遊びなど

時 ①5/11(土)10:00～12:00 ②5/22(水)10:00～12:00
③5/28(火)10:00～12:00 ※受付9:30～9:50

所 ①②あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)
③浪岡総合保健福祉センター

備 詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申 問 ①5/7(火)～10(金)、②5/13(月)～17(金)に、あおもり
親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984)へ③5/20(月)～
24(金)に、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)へ



オンラインマタニティ講座もあります
詳細や申込みはこちら→



イベント・講座

市民センターおはなし会

主催:青森市読書団体連絡会



油川市民センター
5/11(土)
10:30～11:30
3階 創作活動室

中央市民センター
5/12(日)
11:00～11:30
2階 茶華道室

東部市民センター
5/12(日)
11:00～11:30
2階 和室(大)

西部市民センター
5/22(水)
14:00～14:15
1階 和風学習室1

横内市民センター
5/25(土)
10:30～11:00
1階 和室(小)

大野市民センター
5/26(日)
10:30～11:00
1階 和室(小)

戸山市民センター
5/26(日)
11:00～11:30
1階 和室(小)

古川市民センター
5/28(火)
10:30～11:00
1階 和風学習室(A)

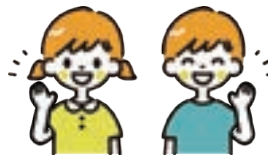
対 3歳～小学3年生と保護者
古川市民センターのみ未就学児と保護者
問 市民図書館(☎017-776-2455)

ファミリー講座 うとう塾・きらきら塾

「子どものやる気を引き出すナッジ」 要予約

講師:竹林正樹さん(青森大学社会学部客員教授)

親が環境を調整することで、子どもが
自発的に行動を変える方法(ナッジ=行動
をそっと後押しする)を知る機会とします。



時 5/13(月)10:00～12:00

所 青森市教育研修センター 5階大研修室

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・中学生の保護者や、子育てに関心のあるかた

人 40人

申 問 1週間前までに、申込フォームから申込み。または、
青森市子育てサポートセンター(☎017-774-6537)へ
※電話は火曜日10:00～13:00または留守電受付



申込フォーム

小・中学生サッカースクール

一緒に楽しくサッカーを始めませんか?



時 5/6(月)～10/30(水)

週2回程度開催、1回2時間程度

所 青森市スポーツ会館

盛運輸サンドーム

対 小学生…50人、中学生…女子50人

料 4,000円(スポーツ傷害保険込み)

申 5/6(月)開校式(青森市スポーツ会館開催、受付
9:00～9:30)に申込書・会費を持参

※申込書は協会ホームページよりダウンロード→

問 青森市サッカー協会事務局(☎017-744-0404)



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)
「オーストラリアの星空」
時 毎週土曜日(4日を除く)
①11:00～ ②13:30～
★ 毎週日曜日・祝日(19日を除く)
13:30～

★ プラネくんと星空さんぽ
絵話「正義の女神アストレア」(約40分)
時 毎週日曜日・祝日(19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)
申 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」

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

親子でプレイルームに遊びに来てみませんか。
予約不要です。

【開設時間】毎日(年末年始を除く)8:30～18:00

料 無料

親子で気軽に
過ごせる場所です。
妊婦さんも♪



つどいの広場「さんぽぽ」

申 問 つどいの広場「さんぽぽ」(駅前庁舎2階)
(☎017-721-4005)

親子で「さんぽぽ」に遊びに来てみませんか。

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

料 無料

概ね3歳までの子ども
と保護者のための
親子交流の場です



＊ 子育て講座 予約不要で参加できます。

季節の講座「子どもの日を楽しもう」

時 5/5(日) 10:30～11:30

対 0歳～就学前の子どもと保護者

よちよち広場

時 5/11(土) 10:30～11:30

内 ふれあい遊びや保護者交流

対 0歳～1歳の子どもと保護者



おはなし広場

時 5/21(火) 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



あつまれ! わんぱくこたち

時 5/17(金) 10:30～11:30

内 親子で運動遊びとふれあい遊び

対 1歳半～概ね3歳の子どもと保護者

パパと遊ぼう

時 5/26(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



子どもの発達相談

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。

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

医師相談 要予約

時 5/15(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



楽しくあそぼ! 要予約

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 5/7(火)・20(月)

10:00～11:00

内 集団あそび

時 5/20(月) 10:00～11:30

内 集団あそびと相談専門員によ
る個別相談



はぐくみ相談 要予約

時 5/22(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 5/29(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



5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：毎日(祝日を除く)

8:30～18:00 ☎017-718-2983

◆🍷食育相談：5/9(木)9:30～12:00

申 問 食育相談のみ一週間前までに、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：5/16(木)9:30～11:00

◆🍷ハミガキ相談・🍷食育相談：5/16(木)10:00～11:00

申 問 いずれも前日までに、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

🍷食育相談 要予約

内 離乳食の進めかた、妊娠中

の食事など

＊ 子育て講座

ベビー&キッズマッサージ講座 要予約

時 5/14(火) 10:30～11:30

所 男女共同参画プラザ「カダール」和室

人 4組(申込順)

申 事前に電話で「さんぽぽ」へ



赤ちゃん待ち合わせ

内 0歳児の育児についての情報交換と

交流♪ ※各日10:30～11:15開催

時 5/9(木)

対 生後1～4か月

時 5/28(火)

対 生後5～11か月

おいでよ! 双子ちゃん、みつごちゃん

時 5/11(土) 10:30～11:15

内 双子、みつごの育児の情報交換と交流

1歳児の親子あつまれ～

時 5/17(金) 10:30～11:15

内 1歳児の育児の情報交換と交流

転勤族おしゃべり会&交流会

時 5/20(月) 10:30～11:15

内 青森に転入した親子の交流

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

◆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

交流会・そのほかの相談

5月の助産師による
心と体のケア相談 要予約

妊婦さん・産婦さんの心や体
の不調、授乳などに関する心配ご
とに、助産師が応じます。

時 5/2(木)・20(月)

各日①10:00～②11:00～

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 問 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



療育相談 要予約

小児科医による診察・相談、保
健師などによる保健・栄養相談

時 5/31(金) 13:00～

対 身体の発育・発達に心配のあ
る乳幼児と保護者など

人 3組(申込順)

申 問 5/23(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

多胎妊婦さんのための
交流会 要予約

多胎妊娠
中のかた同士
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 6/6(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 問 5/23(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



小児慢性特定疾病児童
などの相談

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

小児慢性特定疾病児童等自立
支援員や保健師による家庭訪
問、電話や来所面談での相談支
援を行います。

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

健康・医療ナビ

Health and Medical Care



つつが虫病にご注意を

つつが虫病は、菌を保有するツツガムシ(ダニの一種)に刺されることで感染します。5～14日の潜伏期の後に、全身倦怠感、食欲不振とともに頭痛、悪寒、発熱などの症状が現れます。人から人には感染しません。ツツガムシは、山林、河川敷などに広く分布しています。行楽などで山や草むらなどに入るときは次のことに注意しましょう。

- 長袖、長ズボン、帽子、手袋などを着用し、肌を出さない
- シャツやズボンの裾は外に出さない
- 草の上に直接座ったり、寝転んだりしない
- 帰宅後は速やかに入浴し、体をよく洗う
- 衣服は速やかに洗濯をする
- ダニに咬まれた場合は、無理に引き抜こうとせず、皮膚科などの医療機関で処置してもらう



問 感染症対策課(☎017-765-5282)

在宅要介護者訪問歯科健康診査

寝たきりや認知症の在宅要介護者などを対象に、歯科医師が自宅を訪問し、歯科健康診査を行います。ご希望のかたはお申込みください。

◆対象 次のいずれかに該当するかた

- ①在宅で65歳以上の要介護4・5のかた、または認知症のため外出が困難な要介護3のかた
- ②在宅で40歳以上64歳の認知症のため外出が困難な要介護3から5のかた
- ③在宅で身体障害者手帳1・2級または愛護手帳Aの寝たきりのかた

◆料金 無料(1年度に1回限り) ※治療が必要な場合の治療費は自己負担

申 問事前に、高齢者支援課(☎017-734-5326)、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1134)へ



今年は早めに暑さに慣れよう！ 暑くなる前から始める暑熱順化

暑さに慣れていないと熱中症になる危険性が高まります。身体が暑さに慣れること(暑熱順化)で、早く汗が出るようになり、体温の上昇を食い止められるようになります。



ポイントは、無理のない範囲で汗をかくことです。運動や入浴など、日常生活の中で行うことができます。暑熱順化には個人差もありますが、数日から2週間程度かかります。暑くなる前から余裕をもって暑さに備えましょう。

暑熱順化するための動きや生活

○歩く・走る

(帰宅時に一駅分歩くのもOK)

歩く目安 30分
走る目安 15分
頻度目安 週5回



○自転車

運動目安 30分
頻度目安 週3回



○適度な運動

(筋トレやストレッチなど適度に汗をかく)

運動目安 30分
頻度目安 週5回～毎日



○入浴

(お風呂はシャワーだけでなく、湯船につかる)

頻度目安 2日に1回



厚生労働省「働く人の今すぐ使える熱中症ガイド」

⚠必ずお守りください！

実施時は個人の体質・体調、その日の気温や室内環境に合わせて、特に高齢者などは無理をしないように！

問 健康づくり推進課(☎017-718-2942)

「無料低額診療事業」利用者の調剤費を助成

「無料低額診療事業」は、経済的理由で支払いが困難なかたの医療費の一部負担金を減免する制度です。市では、市内に住所を有し、市内の診療施設でこの制度を利用するかたが、市内の青森市薬剤師会会員の薬局で調剤処方された調剤費の全部または一部を助成します。

※調剤費は、保険適用のものに限り、他の公的制度を受けることができる分は除く。初診の日から6か月以内。

◆利用方法

右の病院・診療所で「無料低額診療事業」を実施しています。まずは各施設に直接ご相談ください。

問 福祉政策課
(☎017-734-5313)

施設名	電話番号
あおもり協立病院	017-762-5500
生協さくら病院	017-738-2101
協立クリニック	017-762-5511
中部クリニック	017-777-6206
安方クリニック	017-732-3955
津軽医院	0172-62-3101

5月31日は「世界禁煙デー」 5月31日～6月6日は「禁煙週間」



青森市の喫煙率の現状は？

青森市の国保に加入している働き盛り(40～64歳)の女性の喫煙率は、全国と比べて、約1.3倍高い傾向にあります。* 喫煙は、がん、脳卒中、心筋梗塞などになるリスクを高めるほか、女性の場合は、骨粗しょう症などのリスクを高めます。

*令和3年度 青森市国保特定健康診査データ



加熱式たばこも注意が必要です！

コンビニなどで手軽に購入できる加熱式たばこ。喫煙者の20%以上が使用しており、中でも、20～30代の喫煙者では男性で約40%、女性で約50%が使用しています。

(国立がん研究センターがん情報サービスホームページより)

紙巻たばこと比較して有害物質が少ないと思われがちですが、発がん性物質、有害物質が含まれており、健康を害するリスクが減少するわけではありません。また、受動喫煙による健康への悪影響も否定できないと考えられています。



禁煙支援

一緒に禁煙を
考えてみませんか？



✳ 禁煙相談

時 8:30～18:00(土・日、祝日を除く)
所 健康づくり推進課(元気プラザ)
申 希望日の1週間前までに、
健康づくり推進課 健康寿命対策室へ

✳ 出張禁煙相談会

保健師が企業などへ訪問し、禁煙相談、健康講座などを行います。
時 8:30～18:00(土・日、祝日を除く)
申 希望日の1か月前までに、
健康づくり推進課 健康寿命対策室へ

Youtube・保健部チャンネルで
卒煙サポート動画公開中！



青森県観光物産館
アスパム

青森市イエローグリーンキャンペーン

イエローグリーンは、「受動喫煙をしたくない・させたくない」というあなたの気持ちを表す色です。

これまで、全国各地でこの色にちなんだライトアップ活動が展開されています。

本市においても、この活動の趣旨に賛同し、青森県と共同で、5/31(金)～6/6(木)に、アスパムなどの公共施設をイエローグリーン色にライトアップして、受動喫煙の防止を呼びかけます。

問 健康づくり推進課 健康寿命対策室(☎017-718-2912)

集団健診・検診(6月の日程)

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	6/1(土)・5(水)・16(日)・19(水)・24(月)・27(木) 〈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)・22(土) 午前のみ 〈午前の部〉7:00～8:30 〈午後の部〉12:00～13:00

健康診査(R6.4.1～R7.3.31に次の年齢になるかた)

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

がん検診など(R6.4.2～R7.4.1に次の年齢になるかた)

◆対象 本市に住民票のあるかた

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	偶数年齢の女性※4	510円	午後の部
乳がん検診	40～59歳		1,020円	
	60歳以上		無料	
骨粗しょう症検診※5	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	510円	510円	午前・午後の部
ABC胃がんリスク検診	40歳になるかた	1,320円	1,320円	午前の部

※1…必要と認められたかたは、喀痰検査が追加(青森市国保加入者以外のかたは自己負担金410円)
※2…青森県総合健診センターは、女性のみ午後も受付
※3…集団検診は「胃部エックス線検査」のみとなります。偶数年齢のかたは「胃部エックス線検査」「胃内視鏡検査」の選択制となり、「胃内視鏡検査」は、指定医療機関へ直接ご予約ください(青森市国保加入者1,620円、その他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…奇数年齢でも昨年度未受診のかたは受診できます。
※5…青森県総合健診センターのみで実施。
★上記(※3含む)以外の検診・対象外のかたの検診については任意での検診となるため、費用は全額自己負担となります。申込みや料金などについては、医療機関または青森県総合健診センター(☎017-741-2336)へお問合せください。

申込方法

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

◆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。

◎高齢受給者証・後期高齢者医療被保険者証をお持ちのかた、生活保護受給者・市民税非課税世帯※のかたは、検診が無料になります。

※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)。

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)

- ①青森市健康増進事業無料受診券※1
申請には申請書のほかに身分証明書の写しが必要です。
- ②介護保険料額決定通知書(令和6年度)※2
- ③介護保険料納入通知書(令和6年度)※2
- ④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)

※1…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。
※2…今年度の通知書などが届くまでの間は前年度の通知書などにより確認します。

肺がん検診・結核健診の巡回バス(6月の日程)

令和6年度は、5月～10月に市内のスーパーや公民館などへ巡回します。職場などで肺がん検診を受ける機会のないかたは、ぜひご利用ください。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

検診日	受付時間	場 所
6/17(月)	8:30 ～ 9:00	岡造道町民会館前
	9:30 ～ 10:00	中央市民センター中筒井分館
	10:30 ～ 11:30	ユニバース筒井店駐車場
	13:00 ～ 14:00	生協さくら館駐車場



対 40歳以上(令和6年4月2日～令和7年4月1日に誕生日を迎える年齢)のかた
料 無料 ※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)

備 予約不要、健康保険被保険者証持参で、当日直接会場へ

問 健康づくり推進課(☎017-718-2918)

医師による不妊専門相談

時 5/29(水) 14:00～15:00

所 対象者には別途お知らせします

人 2組(申込順) 料 無料

申 問 5/22(水)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



市の胃がん検診 胃内視鏡検査のお知らせ

今年度の市の胃がん検診胃内視鏡検査は、50歳以上の偶数年齢(令和6年4月2日～令和7年4月1日に誕生日を迎える年齢)のかたを対象に、指定医療機関で実施しています。

また、誕生日前でも受診可能で、期限は令和7年3月31日(月)までです。なお、令和5年度に市の胃がん検診(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。



※胃がん検診(胃内視鏡検査)は、胃に疾患のあるかた・胃の経過を診ているかたなどは、検診の対象外となる場合がありますので、指定医療機関へご確認ください。

料 青森市国保加入者1,620円、その他3,250円
※市のがん検診が無料となるかたは、上記「集団健診・検診(6月の日程)」にてご確認ください。

申 青森市指定医療機関へ「市のがん検診(胃内視鏡検査)希望」とご予約ください。※指定医療機関はお問合せください

問 健康づくり推進課(☎017-718-2918)
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)



指定医療機関

高齢者肺炎球菌予防接種のお知らせ

市では、肺炎・敗血症などの原因になることがある肺炎球菌の予防に対するワクチンを接種する場を提供しています。

◆対象 今まで高齢者肺炎球菌ワクチンを一度も受けたことがない、

- ・接種時に65歳のかた(誕生日以降にお知らせを郵送)
- ・接種時に60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、身体障害者手帳の内部障がい1級に該当するかた

◆費用 2,210円(自己負担金)

※生活保護受給者・市民税非課税世帯のかたは下記の確認書類を医療機関へ持参すると無料(確認書類がない場合は、自己負担金が発生します)

- ◎生活保護受給者…生活保護を受給していることが分かる書類
- ◎市民税非課税世帯のかた…①～④のいずれか1つ
 - ①令和6年度介護保険料額決定通知書兼特別徴収(本徴収)開始通知書(保険料段階:第1～第3段階)
 - ②令和6年度介護保険料納入通知書(保険料段階:第1～第3段階)
 - ③介護保険負担限度額認定証(接種日が有効期限内のもの)
 - ④自己負担金が無料となる予診票(事前の申請が必要)

上記①～③の確認書類を医療機関へ持参できない場合の手続

※令和5年度で65歳になった未接種のかたが、4月1日以降に接種する際にも手続が必要です。

【無料となる予診票の申請方法】

〈郵送の場合〉「高齢者肺炎球菌予防接種予診票交付申請書兼自己負担金免除(無料)申出書」を郵送

〈来所の場合〉担当課へ来所。即日発行 ※8:30～18:00(土・日、祝日を除く)

申請書設置場所

感染症対策課、浪岡振興部健康福祉課、本庁舎・駅前庁舎(国保医療年金課・介護保険課・障がい者支援課・高齢者支援課)・柳川庁舎、各支所・市民センター、指定医療機関

申問 感染症対策課(☎017-718-2852)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)

満70歳以上の皆さんに 「いき・粋乗車証」を交付

市営バスなどを低料金で利用できる高齢者福祉乗車証「いき・粋乗車証」(有効期限なし)を交付します。申請は満70歳の誕生日の前日(前日が土・日、祝日のときはその前日)からできます。手続にはご本人がお越しください。

いき・粋乗車証のサービスをAOPASSでご利用いただくには市営バス発売所などでの手続が必要です。詳しくは、お問合せください。



◆手続に持参するもの

- ①本人確認ができるもの(健康保険証など)
- ②顔写真1枚(無帽、背景なし、縦3.0cm×横2.4cm、6か月以内)
- ③交付手数料1,000円(介護保険料段階1～3のかたは無料)

いき・粋乗車証について

問 高齢者支援課(☎017-734-5326)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1134)

AOPASSについて

問 東部営業所

(☎017-726-5443)

《広告》

○相談/申込のご予約は随時受付中

※1柱8万円～

[墓じまい][永代供養]

海洋散骨
祖霊社



全国唯一 病后除霊神
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



広報あおもり

広告
募集

詳しくは、
市ホームページを
ご確認ください



健康に関するイベント・講座 無 料

青森県健康管理士会 市民無料健康講座 「かだれ健康塾」



「自律神経が体に及ぼす影響とセルフケア」～体の不調は病気の入り口ですよ、早くケアしましょう!!～
講師：西田 充子さん(健康管理士 上級指導員)

時 5/12(日) 13:00～15:00

所 青森県総合社会教育センター
2階 第6研修室

人 15人(先着順)

問 青森県健康管理士会
(会長 神 ☎017-781-9559)

生活習慣病予防教室

～健康への第一歩を
踏み出そう～

要予約



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。生活習慣を見直したい、運動は何から始めれば良い? などお悩みのかたはぜひ!

時 5/14(火)・28(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

申問 5/13(月)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

薬剤師による 健康教室・健康相談

要予約

「知って得する正しいお薬の使い方と薬局機能について」～患者様からよくある質問トップ20～
講師：川村幸子さん(青森市薬剤師会 副会長)

時 5/15(水)

- ①健康教室 13:00～14:00
- ②健康相談 14:00～15:00

所 中央市民センター

人 ①60人 ②4人

申問 5/8(水)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 5/21(火)

10:00～15:00(受付終了14:30)

所 駅前スクエア(駅前庁舎1階)

内 血管年齢や握力の測定、健康・体力チェック、健康相談(予約優先)など

人 50人

申問 前日までに、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ

こころの健康・ 認知症の予防について

要予約



障がいのある家族と共に明るく元気に暮らす心構えや、認知症予防対策について学びます。

時 5/25(土) 13:30～14:30

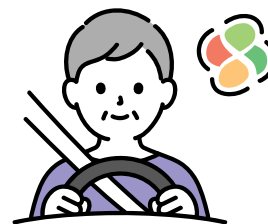
所 県民福祉プラザ2階中研修室

対 老障介護問題・8050問題に関心のあるかた

人 30人

申問 5/20(月)までに、障害者就労継続支援B型事業所ハートスポット内 青森市精神保健家族会事務局(☎017-773-4327)へ

健康安全運転講座 要予約



高齢ドライバーの事故の低減につなげるための講座を開催します! 興味のあるかたはぜひお問合せください。

時 6/6(木)

13:00～15:00(受付12:30～)

所 青森ダイハツ青森観光通り店

内 理学療法士による認知機能維持のための運動指導・JAFによる車の安全運転指導など

対 市内在住で、免許をお持ちの65歳以上のかた

人 20人

申問 事前に、生活安心課(☎017-734-5258)へ

健康に関するイベント・講座

地域健康教室

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。どなたでもご参加できます！お気軽にお越しください。



開催日時	場 所	内 容
5/21 (火) 10:00～	すみれ会館	体力測定、健康チェック
5/24 (金) 14:00～	東部市民センター	バランスボール、健康チェック

料 無料 人 人数を制限する場合があります。
申 問 事前に、青森保健生活協同組合(☎017-762-5888)へ

あおもり健康づくりリーダーと健康チャレンジ！



＊ 浪岡地区 体力づくり講座／ミニ講座『わかりやすい！終活』

時 ①5/14(火) ②6/14(金) ③7/19(金)【全3回】
10:00～11:30
所 健康の森花岡プラザ市民交流室
内 ①横になって行う運動とミニ終活講座1
②立って行う運動とミニ終活講座2
③椅子に座って行う運動とミニ終活講座3
対 ①～③全て参加できるかた
人 7人 料 無料
備 汗拭きタオル、筆記用具、飲み物持参。動きやすい服装でお越しください。
申 問 5/13(月)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ

＊ 幸畑陸軍墓地経由コース ウォーキング

時 5/15(水) 9:30～12:00
所 中筒井分館集合
内 健康チェック・ウォーキング
※雨天時は、館内で体操
人 15人 料 100円(保険料など)
備 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。
申 問 5/8(水)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ

＊ 三内・西滝地区 要予約 づくり講座

時 5/15(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 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

＊ 中央地区 体力づくり講座 要予約

時 5/23(木) 10:00～11:30
所 中央市民センター 中会議室2
内 椅子に座って筋力トレーニング・健康体操
人 20人 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 5/22(水)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

＊ 自由ヶ丘 いきいき健康講座 要予約

時 5/31(金) 10:00～11:30
所 ドリームプラザ自由ヶ丘
内 健康チェック・体操など
人 15人 料 無料
申 問 5/30(木)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

＊ 青森市スポーツ広場コース ウォーキング 要予約

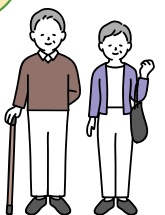
時 6/4(火) 9:30～12:00
所 スポーツ広場 管理事務所前集合
内 健康チェック・ウォーキング
※雨天時は、館内で体操
人 15人 料 100円(保険料など)
備 汗拭きタオル、飲み物持参。
申 問 5/28(火)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ

＊ リーダーと運動しよう！ 体力づくり講座 要予約

時 ①6/4(火) ②6/11(火) ③6/18(火) ④6/25(火)
【2回まで選択】10:00～11:15
所 元気プラザ
内 椅子に座って筋力トレーニング・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 6/3(月)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

まちなかいきいきサロン

高齢者が身近な場所で生きがいづくりと介護予防に取り組めるよう、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。



料 無料 備 当日、直接会場へ(開始時間30分前から受付)
問 高齢者支援課(☎017-734-5326)

実施場所	開催日時	内 容
生協コスモス館 (1階イートインスペース)	①5/9(木) ②5/28(火) 10:30～11:30	①元気に体力づくり ②まちなかハッスル元気体操
イトーヨーカドー青森店 (1階 フードコート)	①5/10(金) ②5/22(水) 10:30～11:30	①血管年齢測定♥ 筋トレで体力アップ ②初めての運動教室
ラ・セラ東バイパス ショッピングセンター (1階 フードコート)	①5/13(月) ②5/27(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！
サンロード青森 (1階サンホール)	①5/14(火) ②5/21(火) 11:00～12:00	①運動で楽しくリフレッシュ！ ②ストレッチで体も心もリフレッシュ！
浪岡老人福祉センター (1階 多機能室〈大広間〉)	5/15(水) 10:00～11:00	楽しく体を動かそう！
アウガ (駅前庁舎 1階 駅前スクエア)	5/22(水) 11:00～12:00	楽しく筋トレとストレッチ

第32回 青森県障がい者スポーツ大会

開催日	競 技	会 場
8/25 (日)	開会式・陸上	新青森県総合運動公園 陸上競技場
	フライングディスク	新青森県総合運動公園 補助陸上競技場
8/31 (土)	アーチェリー	新青森県総合運動公園 投てき・アーチェリー場
9/1 (日)	ソフトボール	青森市屋内グラウンド (盛運輸サンドーム)
	卓球	新青森県総合運動公園 サブアリーナ
	バレーボール	新青森県総合運動公園 メインアリーナ
9/8 (日)	ボッチャ	青森県身体障がい者福祉センター ねむのき会館体育館
9/15 (日)	ボウリング	アオモリボウル
10/5 (土)	水泳	新青森県総合運動公園 50mプール

対 12歳以上の身体障害者手帳、療育手帳(愛護手帳)、精神障害者保健福祉手帳をお持ちのかた(障がいの内容により出場できる種目に制限あり)
※満10～11歳で上記に該当するかたも陸上競技の一部に出場できます。
料 無料(ボウリング競技のみゲーム代・貸シューズ代が必要)
申 申込用紙*に必要事項を記入し、6/14(金)までに、FAXまたは直接、下記へお申込みください。※申込み時、上記の手帳を持参(FAXの場合、氏名が記載されているページも一緒に送信)してください。
問 障がい者支援課(☎017-734-5319、☎ 017-734-5329)
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1113、☎ 0172-62-0023)
*申込用紙(障がい者支援課・浪岡振興部健康福祉課に備付け・市ホームページに掲載)

慢性疲労症候群 (ME/CFS) 世界啓発デー2024 inあおもり

「クリミアの天使」と称された、フローレンス・ナイチンゲールが、慢性疲労症候群を患っていたことから、ナイチンゲールの誕生日である5月12日(日)に世界各国で、慢性疲労症候群啓発のために、ランドマークのライトアップが行われます。
青森県においても、アスパムをシンボルカラーのブルーにライトアップします。ぜひ、この機会にこの病気について関心を持ってください。

所 県観光物産館アスパム
問 CFS(慢性疲労症候群)支援ネットワークホームページ



イベント・講座・お知らせ

スポーツ教室

子どもから大人まで気軽に参加できる、楽しいスポーツ教室が盛りだくさん。

申会場への来館のみ
★詳しくは、指定管理者ホームページをご覧ください。



スポーツ会館



スポーツ広場
サンドーム

教室名／申込み	開催日時	対象／人員／料金
◆青森市スポーツ会館 ☎017-765-6200		
初心者のための バウンドテニス教室 5/1(水)～6/3(月)受付	6/7～7/5の毎週金曜日 19:00～21:00(全5回)	対 18歳以上 人 25人(申込順) 料 2,000円
中高齢者運動塾 随時受付	毎月金曜日(月3回) 10:00～12:00	対 介護認定を受けていない 50代～70代のかた 人 5人程度(申込順) 料 1,500円
◆大進建設スポーツ広場 ☎017-764-5525		
スポーツ広場 ソフトテニススクール 受付中	5/1～10/30の水・金曜日 18:00～21:00	対 小学5年生～中学生 料 1回 700円
テニス プレイ&ステイ 受付中	5/9～6/27(予備日含む) の火・木曜日(全10回) 17:00～18:30	対 小学生 人 20人 料 4,000円
芝生で走ろう! かけっこ教室 受付中	5/11(土) 10:00～12:00 5/18(土) 10:00～12:00 5/25(土) 13:00～15:00	対 未就学児～小学生 人 10人 料 1,500円
テニス選手のための 無料セルフケア ストレッチ体験会 受付中	5/28(火) 18:00～20:00	対 小学生～高校生 料 無料
◆盛運輸サンドーム ☎017-729-3106		
スポーツ体験教室 受付中	5/10(金)、6/7(金) 16:00～18:00	対 5歳～小学生 人 15人 料 600円
元プロ野球選手による 少年少女野球教室 受付中	5/25(土) 16:00～19:00 (開場 15:30)	対 中学生 人 100人 料 3,000円
元プロ野球選手による 少年少女野球教室 受付中	5/26(日) 9:00～12:00 (開場 8:30)	対 小学生 人 100人 料 3,000円

国スポ大会正式競技! 要予約
ゴルフはじめの一步
「スナッグゴルフ教室」



ゴルフを経験したことのない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 5/28(火) 19:00～20:30
所 マエダアリーナ
対 小・中学生 人 20人
料 500円(保険料含む)
備 汗拭きタオル、飲み物持参
(用具は無料で貸出し)
申 問 5/23(木)までに、参加者の氏名・年齢(学年)・電話番号を、青森県ゴルフ連盟(☎017-718-8335、FAX 017-718-1028、✉aomori@tga.gr.jp)へ

NPO法人 全世界空手道連盟 要予約
新極真会 青森道場
空手教室 無料体験会!



申込み
フォーム

基本動作、ストレッチを主体とした空手教室ですので、お気軽にご参加ください。

講師:工藤武美さん(NPO法人全世界空手道新極真会 青森道場指導員)

時 対 6/1(土)・8(土)・22(土)
小学1～3年生/17:30～19:00
小学4年生以上/19:15～20:45
所 東市民館 料 無料
備 汗拭きタオル、飲み物持参
動きやすい服装(裸足)
申 問 事前に、新極真会 青森道場
(工藤 ☎080-6013-1313、✉shinkyokushinkarate.aomori@gmail.com)へ

イベントなどに
「AED」を貸し出します

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



詳しくは、市ホームページをご覧ください。



問 保健予防課(☎017-765-5281)
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1174)

フォークダンス
無料体験教室



老若男女が楽しめる世界各地の民族舞踊を体験できます!

時 5/22(水)・29(水)
昼の部 10:00～12:00
夜の部 19:00～21:00
所 中央市民センター3階集会室
※5/22昼は4階小ホール、
5/29昼は2階講堂
料 無料
備 汗拭きタオル、運動用の内履き、
飲み物持参
問 青森市フォークダンス協会事務局(蝦名 ☎080-1808-0307)

急病診療案内

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)』へ移行しました。

青森市急病センター(☎017-773-6477)

4月からは曜日によって診療科目・診療時間が異なります。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、比較的症状が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。救急医療を必要な人が適切な治療を受けられるよう救急医療施設の適正利用にご理解とご協力をお願いします。

◆診療科目・診療日

	月	火	水	木	金	土	日
内科	○	○	休	○	○	○	○
小児科	休	○	○	○	○	○	○
外科	休	○	休	○	休	○	○

◆診療時間 ※予約不要

月・水・金	19:00～21:00 (受付は20:30まで)
火・木・土・日	19:00～22:00 (受付は21:30まで)
5/3～5、年末年始	

◆夜間在宅当番医など(一次救急・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(☎#8000 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

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



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。
- ◆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) (事前に電話で要予約)

診療日	医院名	電話番号	所在地
5/3(金)	せき歯科クリニック	017-738-8148	幸畑一丁目
	佐々木歯科医院	017-777-1087	久須志一丁目
5/4(土)	せきの歯科医院	017-764-4181	横内亀井
	のぞむデンタルクリニック	017-788-4182	羽白沢田
5/5(日)	たかはし歯科クリニック	017-775-0077	古川三丁目
	こん歯科口腔外科クリニック	017-764-0071	西大野一丁目
5/6(月)	かわさき歯科医院	017-743-1008	造道三丁目
	鈴木歯科医院	017-781-0032	篠田二丁目
5/12(日)	むつ歯科医院	017-777-1840	金沢三丁目
5/19(日)	ホワイト歯科医院	017-741-8855	佃一丁目
5/26(日)	工藤歯科医院	017-776-7756	長島四丁目

・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

住民税均等割のみ課税世帯支援給付金(10万円)の申請期間が間もなく終了します(住民税非課税世帯は対象外です)

物価高対策として、住民税均等割のみ課税世帯に対し、1世帯当たり10万円を支給しています。申請がお済みでないかたは、**5月31日(金)まで**に申請してください。

※受給済みのかたへ再度支給するものではありません。対象になると思われる世帯には、3月上旬頃から支給のお知らせや確認書などを送付しています。

※「**物価高騰対応重点支援給付金(令和5年度住民税非課税世帯に7万円)**」を受給した世帯は対象外です。詳しくは、本紙4月1日号をご覧ください。

 福祉政策課(☎017-718-1124／土・日、祝日を除く8:30～18:00)

令和5年度 低所得者の子育て世帯への加算(こども加算)のお知らせ

＊こども加算は申請により対象となるかたがいます

■**対象者** 基準日(令和5年12月1日)時点で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、下記(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

- (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】
- (2)「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】

■**支給額** 児童1人当たり5万円

■**申請手続の方法など** 原則、手続不要。次に該当する場合は、申請などの手続が必要となりますので、申請期限までに手続してください。

【原則、手続不要なかた】

令和5年12月1日時点で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かた

【申請書の提出が必要なかた】

- ▶令和5年12月2日～令和6年3月31日の間に出生した**新生児**を扶養しているかた(生計同一に限る)
- ▶令和5年12月1日時点で**別世帯の児童**(寮で生活している児童など)を扶養しているかた(生計同一に限る)

＜申請方法＞

「申請書」及び「必要書類」を併せて郵送または直接、〒030-0801 新町一丁目3-7 青森市役所駅前庁舎子育て支援課へ

※「申請書」は市ホームページからダウンロードすることができます。

※「必要書類」は「申請書」の裏面をご覧ください。



対象世帯	申請期限	支給時期
上記(1)に該当する世帯	5月31日(金)まで (当日消印有効)	順次支給中
上記(2)に該当する世帯	6月30日(日)まで (当日消印有効)	5月1日(水)以降 順次支給

※「アオモリシコドモカサング」の名称で振り込まれます。

※申請書が市に到着してから3週間程度で振り込みます(書類に不備がある場合などは遅くなります)。

＊上記(1)に該当する世帯のこども加算の申請期間が間もなく終了します

上記(1)「物価高騰対応重点支援給付金(1世帯当たり7万円)」を受給した世帯で、申請により対象となるかたの申請期限は5月31日(金)までです。まだ申請していないかたは忘れずに申請してください。

「支給のお知らせ」が送付される申請不要のかたには、「支給のお知らせ」に記載されている振込予定日に振り込みます。

 子育て支援課(☎017-718-1971／土・日、祝日を除く8:30～18:00)

犬の登録と狂犬病予防集合注射受付日程(5月)

生後91日以上の子犬の登録(生涯1回)と狂犬病予防注射(毎年1回)は飼い主の義務です。忘れずに行いましょう。

 生活衛生課(☎017-765-5288)

浪岡振興部市民課(☎0172-62-1140)

＊令和6年度春・狂犬病予防集合注射日程一覧

時間	会場	時間	会場
5/7(火)		5/13(月)	
10:00～10:35	赤川生活福祉会館	9:50～10:40	戸山市民センター ①
10:45～11:25	なごやかプラザ福田	10:55～11:10	幸畑市民館
11:35～11:50	杉高児童館	11:25～11:40	松元台団地市民館
12:55～13:10	徳長農村センター	12:50～13:40	幸畑中央公園
13:20～13:35	大釈迦駅	13:55～14:25	横内市民センター ①
13:45～14:00	北大釈迦集会所	14:40～14:55	大星神社 元麻雀クラブ妙見前
10:00～10:15	中央市民センター 鶴ヶ坂分館	5/14(火)	
10:30～10:45	中央市民センター 戸門分館	10:00～10:35	北部地区農村環境改善センター
11:00～11:15	中央市民センター 白旗野分館	10:50～11:00	飛鳥・夏井田町民会館
11:30～11:50	平和台団地 山田児童遊園	11:15～11:35	野木和団地集会所
13:00～13:15	中央市民センター 岡町分館	12:40～13:40	油川市民センター ①
13:30～14:40	西部市民センター ①	13:50～13:55	十三森集会所
5/8(水)		14:05～14:15	浄満寺駐車場
10:00～10:20	花岡農村環境改善センター	14:30～14:45	柳川庁舎 東側駐車場
10:35～10:50	下石川ふれあいセンター	5/15(水)	
11:00～11:40	吉野田農村センター	10:00～10:20	三内八幡宮
13:00～13:25	浪岡野沢公民館	10:30～11:40	出町温泉 南側車庫前 ①
13:35～14:00	銀農村センター	13:00～13:30	八甲会館(大野金沢)
10:00～10:20	南北後湯館	13:45～14:10	北金沢公園
10:35～10:50	後湯支所	14:25～14:40	青い森公園
11:05～11:20	翠雲堂 青森工場	5/16(木)	
11:35～11:45	中央市民センター 内真部分館	10:00～10:15	水道部本庁舎 南側車庫横
12:50～13:40	沖館市民センター ①	10:30～11:00	玉川公園(浜田)
13:55～14:10	新田町集会所	11:15～11:30	奥野中央公園
14:25～14:40	中央市民センター 相野分館	12:40～13:00	浪館福祉館
14:50～15:00	ミライフ東日本(株) 西青森灯油センター	13:15～13:30	大野中央公園
5/9(木)		13:45～14:05	大野市民センター ②
10:00～10:25	女鹿沢公民館	14:20～14:30	片岡福祉館
10:35～10:55	女鹿沢児童館	5/17(金)	
11:05～11:45	浪岡茶屋町会館	9:50～10:20	桜川中央公園
13:00～13:30	五本松農村センター	10:35～10:55	桜川ちびっこ広場
13:40～14:20	浪岡庁舎 正面玄関 ①	11:10～11:40	京玉台公園西側(筒井ハツ橋)
10:00～10:10	野沢市民館	13:00～14:00	はまだて公園(浜館)
10:30～10:55	高田教育福祉センター	14:15～14:45	ドリームプラザ自由ヶ丘
11:10～11:25	荒川分団第2班機械置場(金浜稲田商店向)	5/19(日)	
11:40～11:55	上野公民館	9:30～10:45	本庁舎東側 議事堂前 ②
13:10～13:20	ハツ役会館	11:10～11:40	東部市民センター ②
13:35～13:55	荒川市民センター ①	13:00～14:00	八重田浄化センター ②
14:10～14:20	中央市民センター 細越分館	5/20(月)	
14:35～14:50	中央市民センター 安田分館	9:50～10:10	青森県赤十字血液センター 車庫前(花園)
5/10(金)		10:25～10:45	栄町公園(阿弥陀寺隣)
10:00～10:15	ゆ～さ浅虫駐車場(青森側)	11:00～11:50	合浦公園(正面東屋)
10:30～10:45	久栗坂町民会館	13:00～13:20	本泉市民館
11:00～11:20	野内町民会館	13:35～13:45	けやき緑地
11:35～11:50	宮田児童遊園	14:00～14:15	ほろがけ福祉館
13:00～13:10	滝沢市民館	14:35～14:50	なかつつい公園
13:30～13:55	原別支所	5/21(火)	
14:05～14:50	東部市民センター ①	9:50～10:15	油川市民センター ②
5/11(土)		10:35～11:00	西部市民センター ③
10:00～10:35	本郷公民館	11:15～11:30	中央市民センター 石江分館
10:45～11:25	北中野公民館	11:45～12:15	出町温泉 南側車庫前 ②
11:35～13:20	浪岡庁舎 正面玄関 ②	13:15～13:35	三内丸山市民館
9:30～11:40	西部市民センター ②	13:50～14:10	あつぷる獣医師科病院
12:55～13:35	沖館市民センター ②	5/22(水)	
14:10～15:00	荒川市民センター ②	10:00～10:25	戸山市民センター ②
5/12(日)		10:50～11:05	横内市民センター ②
9:30～10:30	本庁舎東側 議事堂前 ①	11:30～11:50	午砲台公園(桂木)
10:45～11:35	大野市民センター ①	13:00～13:20	旭町市民館
12:50～14:00	八重田浄化センター ①	13:40～14:00	県獣医師会館(松原)
14:15～15:00	青森市保健所(佃)	14:15～14:55	つくだウェザーパーク

※  網掛けは旧浪岡町の区域、網掛けなしは旧青森市の区域。2回以上実施する会場は①～③と表示。集合注射で接種しない場合は、動物病院で接種してください(事前予約の有無、注射料金など、詳しくは、各動物病院にお問合せください)。動物病院で接種する場合も、お知らせ(はがき)をお持ちください。

 狂犬病予防注射 3,300円
登録手数料 3,000円

＊愛犬のお散歩マナー

犬をコントロールできる人が行い、すれ違う人との距離に注意し、リードはとっさの行動に対応できるよう短く持ちましょう。

散歩中にしたフンは必ず持ち帰り、オシッコにも配慮しましょう。



青森市営霊園・墓园区画を再提供します

三内・月見野・八甲田霊園、浪岡墓園の返還された墓地区画を再提供します。

募集要領と申込書の配布を生活安心課、浪岡振興部市民課、三内・月見野・八甲田の各霊園管理事務所で行います。また、市ホームページにも掲載します。ご確認の上、お申込みください。

■申込期間

①5/8(水)～5/20(月)

※1区画に複数の申込みがあった場合は抽選で決定

時5/24(金)9:30 所駅前庁舎4階生活安心課

決定しなかった区画は

②5/30(木)～11/15(金) ※申込順

■申込要件

- 本市に住所または本籍があること
 - 同一世帯のかたが市営霊園・墓園の使用許可を受けていないこと
 - 埋葬する遺骨があること
- ※申込みは1世帯1区画限り

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

令和6年度 市・県民税の所得・課税証明書

融資制度や年金・扶養申請などに使用する「令和6年度市・県民税の所得・課税証明書」を6月12日(水)から交付します。

- 市・県民税(年税額)が給与から差し引かれるかた(本人分に限る)は、5月15日(水)から交付します。
- 3月16日以降に申告された分については、証明書への反映が遅れることがあります。

所市民課、浪岡振興部納税支援課、浪岡振興部市民課、各支所、各情報コーナー
※土・第2日曜日は、駅前庁舎市民課のみ
(所得の申告を伴うかたは、証明書の交付を受けられません)

料 交付手数料 各1通300円

備 申請者の本人確認書類、本人以外(委任を受けた生計を一にしている親族を除く)は委任状持参(申請書・委任状は、市ホームページに掲載)

問 市民課(☎017-734-2383)、浪岡振興部納税支援課(☎0172-62-1186)

令和6年度 あおもりフィールドスタディ支援事業

市では、経済活性化や産業振興などをテーマに、地域の課題解決や将来の起業につながるフィールドスタディ(現地学習)を行う学生団体などに対し、事業費の一部を補助する対象事業を募集しています。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

【募集締切】5/31(金)

- 補助事業採択にあたっては、審査会による選考を予定しています。
- 必要書類、手続などがありますので事前にご相談ください。

問 経済政策課(☎017-734-5227)

令和6年4月1日から 嫡出推定制度などが変更されました

4月1日から、民法の嫡出推定制度の見直しなどを内容とする民法等の一部を改正する法律が施行され、次のように制度が変更されました。

- 婚姻の解消等から300日以内に子が生まれた場合であっても、母が前夫以外の男性と再婚した後に生まれた子は、再婚後の夫の子と推定
- 女性の再婚禁止期間を廃止
- 嫡出否認を父のみならず、子及び母にも認める
- 嫡出否認の訴えの出訴期間を、1年から3年に延長 など

問 市民課(☎017-734-5242)

バスカードの使用を終了します

交通部が発行したバスカード及び紙式の回数券などは、令和8年3月31日(火)をもって使用を終了しますので、お持ちのかたはお早めにご利用ください。また、払い戻しなど詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 東部営業所(☎017-726-5443)、西部営業所(☎017-788-2326)
交通部管理課(☎017-726-5459)

令和6年度市民税・県民税に係る定額減税

物価高による国民の負担を緩和するため、令和6年度の個人市民税・県民税の所得割額について定額減税を実施します。

【対象】

令和5年中の合計所得金額が1,805万円以下のかた(均等割額のみ課税されるかたは対象外)

【定額減税額】

次の金額の合計額(合計額が所得割額を超える場合は、所得割額)

(1)本人 1万円

(2)控除対象配偶者または扶養親族(国外居住者を除く)1人につき1万円

【実施方法】

●給与から個人市民税・県民税が特別徴収されているかた(給与特別徴収)

定額減税後の税額を、令和6年6月に給与の支払を受ける際は特別徴収せずに、令和6年7月から令和7年5月までの11回に分けて徴収します。

●納税通知書や口座振替などにより個人市民税・県民税を納めているかた(普通徴収)

定額減税前の税額をもとに算出した第1期分の納税額から減税額を控除し、第1期分で控除しきれない場合は、第2期分以降から順次控除します。

●公的年金などから個人市民税・県民税が特別徴収されているかた(年金特別徴収)

定額減税前の税額をもとに算出した令和6年10月以降最初に支払を受ける公的年金から特別徴収されるべき個人市民税・県民税の額から減税額を控除し、10月分で控除しきれない場合は、12月分以降から順次控除します。

【定額減税額の確認方法】

納税者本人の定額減税額は、納付方法が給与特別徴収のかたは5月中旬に事業所を通じて送付する「令和6年度 給与所得等に係る市民税・県民税・森林環境税 特別徴収税額の決定通知書(納税義務者用)」に、普通徴収及び年金特別徴収のかたは6月中旬に送付する「令和6年度 市民税・県民税・森林環境税 税額決定(納税)通知書」に記載してお知らせします。

問 市民税課(☎017-734-5193、017-734-5197)

給与などの源泉徴収に係る 令和6年分所得税の定額減税

国税庁では、国税庁ホームページ内に定額減税に関する特設サイトを開設しています。特設サイトでは、制度周知用パンフレットやQ&Aのほか、「給与支払者向け定額減税説明会」の日程や解説動画など、様々な情報を掲載しています。

また、一般的なご質問やご相談は、給与支払者向け所得税定額減税コールセンターにて受け付けていますので、ご利用ください。



定額減税
特設サイト

給与支払者向け所得税定額減税コールセンター

☎0570-02-4562(土・日、祝日を除く9:00～17:00)

問 青森税務署 法人課税第一部門(☎017-776-4294)

軽自動車税(種別割)の減免申請は 5月31日(金)まで

令和6年度軽自動車税(種別割)納税通知書を4月30日(火)に発送します。身体などに障がいのあるかたのために軽自動車などを使用する場合、障がいの等級など一定の要件を満たしていると、申請により軽自動車税(種別割)が減免されます。

申5月31日(金)までに、市民税課(☎017-734-5191)

または浪岡振興部納税支援課(☎0172-62-1186)へ。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 自動車税(種別割・環境性能割)の減免制度については、東青地域県民局県税部課税第三課(☎017-734-9974)までお問合せいただくか、県税・市町村税インフォメーションをご覧ください。



市ホームページ



県税・市町村税
インフォメーション

5月10日は児童扶養手当の支給日

市では、離婚や未婚、遺棄などにより、父または母と生計を同じくしていない児童を養育している家庭に「児童扶養手当」を支給しています。5月10日（金）は、児童扶養手当の3・4月分の支給日です。

転出入、対象児童に増減が生じた（出生、児童の施設入所など）、受給資格がなくなった（子を養育しなくなった、婚姻、異性との同居など）、公的年金を受給できるようになったなどの変更があったときは、速やかに届出しましょう。

令和5年度の「児童扶養手当現況届」が未提出または書類不備のかたは、令和6年1月振込分からの手当が差し止めとなっています。必ずご提出ください。

問 子育て支援課（☎017-734-5334）
浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1113）

青森市奨学金〈令和6年度の募集を受付中〉

経済的理由により修学が困難な生徒及び学生に対して、奨学金を貸与します。

- 対象 高等学校などに在学し、所得や成績で一定の要件を満たすかた
※在学する学校長の推薦が必要
- 貸与月額 高等学校など…月額16,000円
大学・短大など…月額33,000円
- 償還期間 15年以内（無利息）
- 申込み 5月31日（金）までに、申請書（受付場所で配布）に必要な書類を添えて、学務課または浪岡教育課へ（土・日、祝日を除く）

問 学務課（☎017-718-1414）
浪岡教育課（☎0172-62-3003）

下水道事業受益者負担金・分担金にご理解を

下水道が整備されると、生活環境が改善され、整備されていない区域に比べて土地の利用価値に差が生じます。こうした利益を受けるかた（受益者）に、下水道建設費の一部を負担していただくのが「受益者負担金・分担金制度」で、下水道整備の貴重な財源となっています。なお、負担金・分担金の額は、土地の面積に応じて算出されます。令和6年度に負担金・分担金が賦課されるのは、次の区域の一部です。対象区域に土地を所有しているかたには、5月上旬に受益者確定のための書類を送付します。

	青森地区	浪岡地区
負担金	新城字平岡 新城字福田 新城字山田 問屋町二丁目 石江字平山 石江字江渡 石江字高間 三内字沢部 馬屋尻字小金沢 馬屋尻字清水流 安田字近野 油川字浪返	—
分担金	野尻字今田 横内字神田	高屋敷字安田 高屋敷字宅社元

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

内閣府からのお知らせ

「重要土地等調査法」に基づき、防衛関係施設などの周囲を「注視区域」・「特別注視区域」として指定することとされていますが4月12日に青森駐屯地を中心とした周囲おおむね1,000メートルの区域を特別注視区域として指定し、5月15日（水）に施行する予定です。

施行日後は、指定された区域内の土地・建物で防衛関係施設などの機能を阻害する行為が行われていないか内閣府が調査を行うほか、「特別注視区域」内において面積が200㎡以上の土地・建物を売買などする際には事前の届出が必要になります。詳しくは、内閣府のホームページをご覧ください。

問 内閣府重要土地等調査法コールセンター
（☎0570-001-125／土・日、祝日を除く9:30～17:30）



市営住宅の入居者を募集

- 申込期間 5/15（水）～28（火）
 - 抽選予定日 6/22（土）（申込者には、抽選会のご案内をはがきで通知）
 - 入居予定日 7/5（金）
- 問 住宅まちづくり課（☎017-734-5572）

団地名	住所	募集戸数	住戸タイプ	階数／エレベータの有無	参考月額使用料
① 市営住宅 小柳第一団地	小柳三・四丁目	4	2DK（5.8畳、5.7畳、DK）	1・3～5階／有	15,800～31,800円
② 市営住宅 小柳第一団地	小柳三・四丁目	1	3LDK（6.7畳、6.5畳、5.8畳、LDK）	3階／有	24,100～48,300円
③ 市営住宅 小柳第二団地	小柳五丁目	1	3DK（7.5畳、6畳、4.5畳、DK）	1階／無	12,200～27,200円
④ 市営住宅 小柳第三団地	けやき二丁目	4	3DK（6.5畳、6畳、4.5畳、DK）	1・2・6階／有	15,100～31,100円
⑤ 市営住宅 桜川第二団地	桜川五丁目	1	2K（6畳、6畳、K）※改良住宅	3階／無	8,200～16,000円
⑥ 市営住宅 野木和第二団地	羽白字沢田	1	3LDK（8畳、6畳、6畳、LDK）	1階／無	18,600～40,500円
⑦ 市営住宅 奥野団地	奥野一丁目	1	2LDK（6畳、6畳、LDK）	1階／無	23,300～45,800円
⑧ 市営住宅 奥野団地	奥野一丁目	4	3DK（7畳、6畳、6畳、DK）	1・2・4階／無	23,300～45,800円
⑨ 市営住宅 ベイタウン沖館	沖館一丁目	1	3DK（7畳、6畳、6畳、DK）	4階／有	20,100～44,600円
⑩ 市営住宅 合浦団地	港町三丁目	1	3DK（6畳、6畳、4.5畳、DK）	4階／有	20,900～41,100円
⑪ 市営住宅 合浦団地	港町三丁目	1	3DK（6畳、6畳、4.5畳、DK）※改良住宅	4階／有	20,900～41,100円
⑫ 市営住宅合浦団地（シルバーハウジング）	港町三丁目	1	2DK（6畳、6畳、DK）	2階／有	16,800～33,100円
⑬ 市営住宅はままち団地（シルバーハウジング）	本町三丁目	1	2DK（6畳、6畳、DK）	5階／有	15,100～29,600円
⑭ 赤川団地	浪岡字平野	2	3K（6畳、4.5畳、3畳、K）※改良住宅	1・2階／無	7,400～16,300円
⑮ 福田団地	浪岡福田	1	4DK（8畳、6畳、6畳、4.5畳、DK）	長屋2階建／無	20,000～36,000円

- 申込資格
 - ▶持家がなく、住宅に困っているかた
 - ▶同居する親族があるかた
 - ※②、⑥は入居する世帯員が4人以上
 - ※⑤は一人で生活できる60歳以上のかた、生活保護受給者や障がい者、DV被害者などは、単身世帯での申込みも可能
 - ※⑫、⑬は一人で生活できる65歳以上のかた、または、全員もしくは夫婦どちらかが65歳以上または法令に定める障害があるかた（単身世帯での申込みも可能）
 - ▶月額所得が15万8千円以下（高齢者世帯・障害者世帯・子育て世帯（未就学児童がいる世帯）は21万4千円以下）
 - ※⑤、⑪、⑭は11万4千円以下もしくは13万9千円以下
 - ▶市税を滞納していないかた ※分割納付は可の場合あり
 - ▶暴力団員でないかた など

■申込み・問合せ
青森地区：市営住宅指定管理者 協同組合タッケン
（駅前庁舎3階 ☎017-734-2381）
浪岡地区：市営住宅指定管理者（有）皆成建設
（浪岡庁舎3階 ☎0172-62-1167）

雪解け後の空き家の確認をお願いします

空き家の所有者は、冬期間の積雪による被害がないか、雪解け後の建物の確認をお願いします。建物などの損壊が確認された場合は修繕するなど、定期的な確認と適正管理にご協力をお願いします。

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

野外焼却からの火災にご注意を！

この時季は空気が乾燥し屋外での焼却行為（野外焼却）から火災へと発展するケースが多いです。野外焼却は法律で禁止されているのでやめましょう。例外で認められている場合でも次のことに十分注意しましょう。

- 完全に火が消えるまで、その場を離れない
- 必ず消火用具を準備してから行う
- 消火できる範囲（小規模）で行う
- 空気が乾燥しているときや風が強い日は行わない
- 火が消えた後は、安全のために水をかける
- 消火が困難になった場合は、速やかに119通報する

問 消防本部予防課（☎017-775-0853）



新たな農業委員と 農地利用最適化推進委員 のお知らせ

農業委員会では農地利用の最適化(担い手への農地集積・集約化、遊休農地の発生防止・解消、新規参入の促進)などに取り組んでいます。このたび、令和6年度4月から令和8年度末までの3年間で任期として活動する農業委員19名、農地利用最適化推進委員19名が決まりました。

詳しくは、市ホームページに掲載しています。

問 農業委員会事務局
(☎017-761-4372)



包括外部監査の結果報告書 を公表しています

令和5年度の外部の専門家(公認会計士)による包括外部監査の結果報告書「産業振興と雇用対策における補助金・負担金・委託料等に係る財務事務の執行について」を、市役所各庁舎、各支所・市民センターなど(市ホームページにも掲載)で公表しています。

問 監査委員事務局
(☎017-761-4382)

陸奥湾ホタテガイ高水温被害を 受けたかたに対する県税の 減免措置などのお知らせ

令和5年7月中旬から同年10月中旬までの間の陸奥湾の高水温によるホタテガイの被害を受けられたかたには、県税の減免、期限の延長及び徴収猶予などの特例措置などの制度があります。

詳しくは、お問合せください。

問 東青地域県民局県税部納税管理課
(☎017-734-9975)

側溝の泥上げは6月2日 (日) までにご協力を

側溝から上げた泥を6月3日(月)から6月中旬にかけて順次回収します。期間を過ぎた場合は回収できないことがあります。

泥は町会に配布している土のう袋に入れ、道路脇の邪魔にならない所に置いてください。ごみ収集場所付近に置いた場合や、段ボール・発泡スチロールなどに泥を入れた場合は回収できません。

側溝蓋上げ機の貸出しを希望するかたはご連絡ください。

問 道路維持課
(☎017-761-4331)
浪岡振興部都市整備課
(☎0172-62-1168)

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

◆5月31日(金)納期限

- ①軽自動車税(種別割) 全期分
- ②児童保育負担金(保育料)第2期(5月)分
- ③市営住宅使用料 5月分
- ④市営住宅駐車場使用料 5月分
- ⑤放課後児童会負担金 5月分

◆6月10日(月)納期限

- ⑥市・県民税(給与特別徴収分)5月分

問 ①②⑤⑥納税支援課
(☎017-734-5209)
③④住宅まちづくり課
(☎017-734-5572)

令和6年度協会けんぽ 青森支部の保険料率のお知らせ

全国健康保険協会(協会けんぽ)青森支部の令和6年度健康保険料率は、現行の9.79%から9.49%に引き下げとなりました。全国共通の介護保険料率は、現行の1.82%から1.60%に引き下げとなりました。

問 全国健康保険協会青森支部
(☎017-721-2713)

通学路の時間規制に ご注意を

一部の小・中学校周辺の通学路には、交通事故から子どもたちを守るため、時間規制で歩行者用となる道路があります。

この道路では、特定の時間帯(登下校の時間帯)は通行許可証を持たない車両は通行することができません。違反をすると違反点数(2点)及び反則金(普通車7000円、原付5000円)が課されます。道路標識をしっかりと確認して、交通安全に努めましょう。

問 生活安心課(☎017-734-5258)



カラス被害を防ごう

●ごみの出し方を工夫する

生ごみを減らし、新聞紙で包むなどカラスに見えないようにしましょう。

●ハトやスズメなどに給餌しない

カラスが寄り付く原因になるためやめましょう。

●巣を撤去する

繁殖期(3～7月)になると、人を威嚇、攻撃することがあります。樹木などを点検し、産卵前に巣を撤去しましょう。

●威嚇行動に注意

ひなを守るため近くを通る人を威嚇します。巣立ちに失敗した場合などは、威嚇行動が長期間続くことがあります。その際はご連絡ください。

●追払い機器の貸出し

カラス追払い用のLEDライトを無料で貸し出しています。

問 環境政策課(☎017-718-0293)
浪岡振興部市民課(☎0172-62-1140)

安全な自転車利用を 心掛けましょう

- 交通事故から身を守るため、自転車に乗るときはヘルメットを着用しましょう。
- 自転車の視認性を向上させるための反射器材を取り付けましょう。
- シートベルトを備えている幼児用座席に幼児を乗せるときは、シートベルトを着用させましょう。
- 定期的に点検整備を行うとともに万が一の自転車事故でのケガや高額賠償に備えて、自転車保険に加入しましょう。



問 生活安心課(☎017-734-5258)

クマの出没に ご注意を



近年、ツキノワグマの出没が増え、春からはクマが冬眠から目覚め、目撃情報が多発する時期です。

- 山菜取りなどで入山の際は、事前に市ホームページ・SNSなどで出没情報を確認し、クマに出会わないように危険な場所には近づかないようにしましょう。
- 人里にクマが出没しないよう、生ごみなどは屋外に放置せず、適切に処理しましょう。
- クマを目撃した場合は、場所・時間・大きさ・逃走方向などをご連絡ください。

問 環境政策課
(☎017-718-0293)
浪岡振興部市民課
(☎0172-62-1140)



市の計画を策定しました

次の計画の策定に当たって、2月1日(木)～29日(木)の期間に、ご意見を募集しました。策定した計画や、寄せられたご意見の概要とそれに対する市の考え方は、5月1日(水)に市ホームページに掲載するほか、縦覧場所でご覧になれます。
※①と③について、ご意見はありませんでした。

- 縦覧期間 5/1(水)～31(金)
- 縦覧場所 各問合せ先、本庁舎1階ロビー・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

①

青森市感染症予防計画

次なる感染症の発生とまん延に備えるため、安心・安全な医療・療養体制を構築することを目的に、本市における感染症の予防のための施策の実施について定めたもの

問 感染症対策課(☎017-765-5282)

②

青森市水道経営プラン(2019～2028) 令和6年3月改定版

持続可能な事業運営を行うための計画として2019年に策定した本プランについて、これまでの5年間の評価・検証を行い改定したもの

問 水道部総務課(☎017-734-4201)

③

青森市公立病院経営強化プラン 2023-2027 〔青森市民病院編・青森市立浪岡病院編〕

持続可能な地域医療提供体制を確保するため、両病院における役割・機能の最適化や連携の強化などについて定めたもの

問 市民病院事務局総務課
(☎017-734-2171 内線7317)
浪岡病院事務局(☎0172-62-3111)

小型家電は回収ボックスへ

使用済小型家電は市役所庁舎などに設置された回収ボックスをご利用ください。
問 清掃管理課(☎017-718-1179)

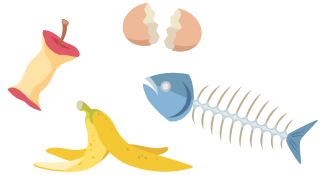


生ごみ処理機購入費の一部を助成します

市では、生ごみの減量を図るため、生ごみ処理機など(いわゆる「コンポスト容器」または発酵促進剤などの消耗品)を購入されるかたに購入費の2分の1(上限3,000円)を助成します。購入前の申請が必要です。

購入を検討している容器が助成の対象になるかは、清掃管理課までお問合わせください。

申 問 事前に、申込書(清掃管理課、各支所及び情報コーナーに備付け、市ホームページ掲載)に必要事項を記入の上、郵送または直接〒030-0801 青森市役所駅前庁舎 清掃管理課(☎017-718-1179)へ



アメリカシロヒトリ防除用薬剤噴霧機を無料で貸し出しています

お近くの施設に電話または直接、お申込みください。薬剤は各自で準備し、散布の際は周囲に人がいないか確認しましょう。

時 5/1(水)～10月末
問 生活衛生課(☎017-765-5288)
浪岡振興部市民課(☎0172-62-1140)

施設	電話番号
油川市民センター	017-788-1201
西部市民センター	017-788-2491
沖館市民センター	017-761-4161
古川市民センター	017-776-8082
大野市民センター	017-739-6228
荒川市民センター	017-739-2343
横内市民センター	017-738-8723
東部市民センター	017-736-6255
戸山市民センター	017-743-0720
浜田福祉館	017-739-5782
桜川福祉館	017-741-3256
ほろがけ福祉館	017-742-8165
青森市保健所生活衛生課	017-765-5288
浪岡振興部市民課	0172-62-1140

段ボールコンポスト講習会

手軽に生ごみの減量に取り組むことができ、さらに生ごみを「堆肥」にリサイクルすることができる「段ボールコンポスト」の講習会を開催します。

人 各10人程度
料 無料
申 問 各開催日の3日前までに、住所、氏名、電話番号、希望の日程(第2希望まで)を、電話、郵送、FAXで、〒030-0801 青森市役所駅前庁舎 清掃管理課(☎017-718-1179、☎ 017-718-1187)へ

日時		場所
5/28(火)	10:00～11:00	西部市民センター
5/29(水)	10:00～11:00	荒川市民センター
	14:00～15:00	沖館市民センター
5/30(木)	10:00～11:00	中央市民センター
	14:00～15:00	浪岡中央公民館
5/31(金)	14:00～15:00	東部市民センター

マイナンバーカードの作成は郵便局で！

郵便局でマイナンバーカードの申請サポートを実施しています。ご希望のかたは、青森中央郵便局または青森西郵便局までお越しください。

時 9:00～17:00
(土・日、祝日を除く)
所 青森中央郵便局
青森西郵便局
問 市民課(☎017-718-0440)

岩木川総合水防演習

時 5/26(日) 9:00～
所 鶴田町大字野木字東松虫地先
※岩木川左岸36.2km付近
保安橋下流
料 無料
問 危機管理課(☎017-734-5059)

【同時開催】
防災知識を楽しく学べる! 防災展
特殊車両が大集合、降雨体験装置、パネル展示など

お困りごと相談窓口 無料

5月の市民相談

予約不要

所 問 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 7(火)・20(月)
10:00～15:00

●行政相談

時 2(木)・9(木)・16(木)・
23(木)・30(木)
10:00～15:00

●司法書士相談

時 14(火)
10:00～14:00

●不動産相談

時 2(木)・9(木)・16(木)・23(木)
10:00～15:00

●行政書士相談

時 10(金)・17(金)・24(金)
10:00～15:00

要予約

●法律相談

時 13(月)・27(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、27日分は
14日から受付(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 5/2(木)・16(木)
9:00～15:00
所 浪岡庁舎2階 小会議室
問 浪岡振興部健康福祉課
(☎0172-62-1113)

遺言・相続・成年後見制度 利用などに関する無料相談会

遺言・相続などの相談に行政書士がお応えします。事前予約は不要です(当日先着順)。

時 5/15(水)
13:30～15:30
所 男女共同参画プラザ「カダー
ル」研修室
備 当日、直接会場へ
問 コスモス成年後見サポートセン
ター青森県支部
(☎017-742-1128)

市税などの 平日夜間納付相談

[青森地区]

時 5/20(月)～23(木)・
27(月)～30(木)
20:00まで

所 問 納税支援課(駅前庁舎)
(☎017-734-5209)

[浪岡地区]

時 5/28(火)～31(金)
20:00まで

所 問 浪岡振興部納税支援課
(☎0172-62-1141)

市税などのお支払いが 困難なかたへ

令和5年中における陸奥湾高水温によるホタテガイ被害などにより、市税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料のお支払いが納期限までに困難な場合は、ご相談ください。

問 納税支援課
(☎017-734-5209)
浪岡振興部納税支援課
(☎0172-62-1141)

ひとり親家庭 要予約 などの無料法律相談

離婚・養育費などの相談に弁護士がお応えします。

時 6/6(木) 13:00～15:00
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。
所 申 問 6/3(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。

時 6/11(火) 13:00～15:00
所 アピオあおもり

人 3人(申込順)

申 問 6/6(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。

時 6/20(木) 13:00～15:00

所 アピオあおもり

人 2人(申込順)

申 問 6/18(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



暮らしの情報

Living Information



2024 ねぶたの家ワ・ラッセで開催! ミスねぶたコンテスト

出場者募集

- 対①青森県出身または青森県内在住で、4/1時点で満18歳以上のかた(ただし高校生、他の広報大使など任期中のかた、ミスねぶた任期と重複する他の広報大使などに応募・従事しているかたを除く)
②「ミスねぶたグランプリ」、「ミスねぶた」として、8/1(木)～7(水)に開催される青森ねぶた祭関連行事や、県内外で開催される各種観光宣伝行事に年10回程度参加できるかた(平日の活動を含む)
申5/17(金)までに、応募用紙に必要事項を記入の上、郵送または直接「青森観光コンベンション協会」または「ねぶたの家ワ・ラッセ」へ

問 青森観光コンベンション協会(☎017-723-7211)



地域ねぶた運行を支援します

7～8月に町会・地域内を運行する団体を支援します。
7～8月以外の運行を予定している団体はご相談ください。

◆支援額 町(内)会・地域運行団体 1団体につき6万円

申問6/14(金)までに、
青森ねぶた祭実行委員会事務局(☎017-723-7211)へ

ご応募お待ち
してます!

ねぶたボランティアガイド募集!

- 時7/1(月)～8/6(火) 所ねぶたラッセランド(青い海公園内)
対ねぶたに興味があり、期間中の活動及び年間を通じた研修会に参加可能な県内在住のかた 人若干名
備1年間は研修生とし、翌年から要綱に基づき「ねぶたガイド隊員」として登録
申問ねぶたの家ワ・ラッセ(☎017-752-1311)

ねぶたガイド隊長

通年募集 ※今年度から活動されたいかたは5月末までに申込み

青森ねぶた祭 観覧席アルバイト募集

青森ねぶた祭の観覧席の設置に従事するアルバイトを募集します。

- 時8/2(金)～6(火) 16:00～21:30頃
対高校生以上で、期間中通しで勤務できるかた
備日額8,000円支給、交通費・食事なし
申問5/27(月)から6/14(金)までに、
青森ねぶた祭実行委員会事務局(☎017-723-7211)へ

「むつ湾週間」環境保全活動団体を募集

6月1日(土)～21日(金)の「むつ湾週間」に、陸奥湾につながる海岸や河川など周辺において、清掃などの環境保全活動を行う企業・町(内)会・団体を募集しています。期間中は、軍手やごみ袋の支給(無くなり次第終了)などを行っています。

問 環境政策課(☎017-718-0286)



春のイベント

合浦公園／合浦亭

＊合浦亭・春のお茶会

- 時5/3(金) 11:00～15:00
5/4(土) 10:00～15:00
5/5(日) 10:00～13:00

※最終受付時間は終了の30分前です。
※混雑時は、お待ちいただく場合があります。

所 青森市合浦亭
(合浦公園内)

料 500円(菓子代)

申 当日、直接会場へ

問 リンクステーションホール青森
(☎017-773-7300)



モヤヒルズ

＊そば打ち体験 要予約

そば粉からそば打ちを体験できます。出来上がったそばは「ざるそば」にして試食します。(とろろ付)

- 時5/12(日)・19(日)
①10:00～ ②11:30～ ③13:30～

人 各回8組(1組4人程度、申込順)

料 1組2,500円

備 エプロン、タオル持参

申 5/2(木)9:00～、モヤヒルズへ

＊森林ヨガ体験 要予約

ヨガインストラクター 菅原結子さんを講師に、森林ヨガ体験。



- 時6/5(水)・29(土)

人 各回15人

料 1人1,200円

備 動きやすい服装、ヨガマット持参、
雨天時は室内開催

申 5/27(月)～、モヤヒルズへ

ヨガマットは
レンタル(有料)
もあります

＊ドッグフェス

愛犬と参加できるゲーム大会、しつけ教室、ペット用品プレゼント抽選会、ドッグラン広場など

- 時6/9(日) 10:00～16:00 ※雨天時は16(日)に延期

料 愛犬と参加できるゲーム大会300円、ドッグラン広場 1頭200円



申 問 モヤヒルズ(☎017-764-1110)

アップルヒル

＊浪岡りんご花まつり

家族みんなで楽しめるイベントが盛りだくさん!
豪華な景品をご用意してお待ちしております!



🍏5/11(土) 浪岡レンタサイクルツアー

🍏5/12(日) りんご種飛ばし選手権・りんごスイーツ試食コンテスト・
りんご丸かじり選手権

🍏5/11・12両日 健康ウォークラリー・りんご人工授粉体験

◇詳しくは、アップルヒルホームページまたはフェイスブックをご覧ください。

問 浪岡りんご花まつり実行委員会(道の駅アップルヒル内)(☎0172-62-1170)

森林博物館

企画展

「東海道五拾三次 菊地敏夫 切り絵展」

菊地敏夫さん(青森切り絵の会)が
15年にわたり制作した切り絵を展示

- 時5/26(日)まで

料 一般250円

高校生・大学生130円

中学生以下と70歳以上は無料

問 森林博物館(〒038-0012 柳川2-4-37 ☎017-766-7800

FAX 017-766-7803 E-mail info@aomori-shi.shinrinhakubutsukan.jp)

講座「藩政時代の山林政策」

講師:工藤大輔
(歴史資料室長)

要予約

- 時6/15(土) 10:00～11:00

料 一般250円、高校生・大学生130円、
中学生以下と70歳以上は無料

申 6/10(月)までに、【イベント名・住所・氏名・年齢・電話番号】を記入し、はがき・Eメール・FAXで申込み

あおもり北のまほろば歴史館

企画展

「こぎん刺し -受け継がれる技と心-」

古作着物とこぎん刺し作家の作品(間山淑子さん制作タペストリーなど)を計100点以上展示。
小物の販売もお楽しみに!



- 時4/26(金)～6/16(日)

9:00～17:00

料 一般310円、高校生・大学生160円、
中学生以下と70歳以上は無料

問 あおもり北のまほろば歴史館(☎017-763-5519)

こぎん刺し作家 佐藤陽子さんによる 実演・ワークショップ

「佐藤陽子こぎん展示館」の
作品展示、実演とワークショップ
を開催します。こぎんキット
はお好きなものを選べます。

- 時5/6(月)・7(火)

10:00～15:00 随時開催

料 こぎんキット500円～

5月のイベント・講座

5月12日(日)は「春の大掃除の日」

家庭から出るごみの減量化とリサイクルの推進を心掛けましょう。また、町(内)会や自治会内の清潔の保持、ごみの散乱防止に努め、みんなできれいな住みよいまちにしましょう。

☎ 清掃管理課(☎017-718-1179)



市民一掃きデーに参加しませんか

青森市ごみ問題対策市民会議では、明るくきれいな住みよいまちづくりを進めるため、公園や道路に捨てられている空き缶・たばこの吸殻・紙くずなどを拾う「市民一掃きデー」を行っています。

子どもたちの環境を大切にする心を育む良い機会です。ぜひ、ご家族そろってご参加ください。

※清掃用具一式は当日貸し出します。

※参加者全員にりんごジュースをプレゼント。

時 5/11(土) 9:00～1時間程度 ※雨天中止 所 浪岡庁舎周辺

☎ 浪岡振興部市民課(☎0172-62-1140)、清掃管理課(☎017-718-1179)

青森市環境保全
シンボルキャラクター
「エコル」くんも
参加します!



TOPIC

みなとまち・あおもり
誕生400年ロゴマーク決定!

市内小学生を対象に作品を募集したところ224件の応募があり、審査の結果、小柳小学校6年、船橋紘希さんの作品が最優秀賞に輝きました。この作品を基に制作されたロゴマークを、今後3年間にわたり、開港400年を祝う関連イベントなどで使用していきます。



国際交流員異文化理解講座 要予約

アメリカの「ナチョス」を作ろう!

子どもから大人までアメリカで人気のメキシコ風アメリカ料理「ナチョス」を作って、日本でなかなかできない「手で食べる体験」をしよう!

時 6/2(日) 10:00～12:00

所 沖館市民センター調理実習室

対 小学3～6年生 人 8人程度(抽選)

料 400円程度

申 問 5/20(月)までに、氏名・年齢・住所・電話番号を、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



令和6年第1回
「議員とカダる会
(議会報告・意見交換会)」

市議会では、議会報告や市民の皆さんと議員が自由に意見交換を行う「議員とカダる会」を開催します。多くの皆さんのご参加をお待ちしています。



①意見交換テーマ
「ごみの問題について」

時 5/9(木) 18:00～20:00

所 東部市民センター
大会議室・視聴覚室

②意見交換テーマ
「操車場跡地の利活用について」

時 5/13(月) 17:00～19:00

所 浜田福祉館 和室

☎ 意見交換のほか、議会報告、自由意見交換
☎ 議会事務局議事調査課(☎017-734-5743)

第2回・本の市「はなかり市」



古書や自主的な出版物の販売を行うイベントです。県出身作家、本屋を含む17組の出店者が絵本、小説、歌集などを販売します。

時 5/11(土)
10:00～16:00

所 ワ・ラッセ2階 多目的室2

☎ はなかり市実行委員会(石村 ☎090-3642-6860
✉hanakariichi.aomori@gmail.com)



「うららマルシェ」開催

市内にある障がい者就労支援事業所の皆さんが、ひとつひとつ丁寧に作ったお菓子や小物などを取り揃え、皆さんのお越しをお待ちしています。

時 5/14(火)～17(金) 10:00～14:00

所 駅前庁舎1階 駅前スクエア

☎ 障がい者支援課(☎017-734-2317)



あおもり歴史トリビアを
読む会 要予約

テーマ：近世青森の漁業と漁民
講師：工藤大輔(歴史資料室長)

時 5/15(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20人

申 問 5/1(水)～歴史資料室(☎017-732-5271/土・日、祝日を除く9:00～17:00)へ

「水産の朝市!」開催

とれたての新鮮な水産物を一般販売! 8:00～振る舞い「三平汁(数量限定)」も♪



時 5/18(土) 7:00～9:00

☎ 中央卸売市場 水産棟仲卸売場(☎017-738-1101)

バラ栽培相談会

バラ栽培を始めてみたいかたに、品種の見分け方や育て方のアドバイスなどの相談会を行います。



時 5/31(金)～6/1(土) 10:30～15:30

所 サンロード青森 西口駐車場

※雨天の場合、屋内で開催

☎ 青森ばら会(八島 ☎080-4519-8590)

親子で一緒にいらっしゃ〜い
アコール託児室開放デー!

奇数月第2土曜日にアコール託児室を開放します。おしゃべりタイムにはお茶もご用意しています。お気軽に情報交換しませんか♪

時 5/11(土)

開放時間 10:00～14:00

おしゃべりタイム 10:30～11:00

対 お子さんと保護者 人 8組(先着)

☎ 働く女性の家「アコール」(☎017-723-1700)

アコール階段
ギャラリー

「あの頃の青森市写真展
〜昭和編〜」

時 5/2(木)～30(木)
9:00～18:00

※12(日)休館日

☎ 働く女性の家「アコール」(☎017-723-1700)



男性の料理講座 要予約

「冷めてもうんまい!」
一石三鳥
3種の唐揚げづくり

お弁当、おつまみ、パーティー料理にもぴったりの、3種類の冷めてもおいしい唐揚げを作ります。持ち物はお問合せください。

時 6/29(土) 10:00～13:00

所 働く女性の家「アコール」2階料理室

対 男性 人 9人(抽選)

料 1,000円

申 問 5/31(金)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)へ



令和6年度 第1回
おはなし・読み聞かせ
講習会 要予約

グループやボランティア活動、保育所(園)・幼稚園・児童館・学校などで子どもにおはなしや読み聞かせをしたいかた、現在活動されているかたを対象に、おはなし(ストーリーテリング)の仕方や、絵本・紙芝居の読み聞かせ方についての講義、実演・実習などを行います。



時 6/13(木)・20(木)・27(木)

各日10:00～12:00(全3回)

所 市民図書館8階 会議室2

対 市内在住、全日程に参加可能なかた(再受講可)

人 20人(申込み多数の場合抽選)

申 問 5/13(月)～31(金)に、申込用紙(市民図書館・各市民センターなどで配布、市民図書館ホームページ掲載)を、郵送・FAX・Eメールまたは直接、下記へ申込み【5/31(金)必着】〒030-0801 新町一丁目3-7 市民図書館読書支援サービスチーム

☎ 017-776-2455

☎ 017-776-2400

✉ info@library.city.aomori.aomori.jp



緑花相談を実施します

緑花相談員が園芸に関する様々な相談にお答えします。各月第4木曜日のほか、緑と花の市の開催の際にも実施します。

お越しの際は、相談したい植物の実物(枝や葉など)、または写真をお持ちください。

時 5/23(木)、6/27(木)、7/25(木)、8/22(木)、9/26(木)

10:00～15:00

所 合浦公園管理所

備 当日、直接会場へ

☎ 公園河川課(☎017-752-8334)



おとなの映写会

「仔鹿物語」…フロリダ北部の一家の物語。自然の猛威などを交えながら、少年と子鹿の触れ合いを描く。(1946年作品・字幕版)

時 5/24(金) 10:00～12:08
所 中央市民センター4階 小ホール
人 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)



第20回 青森ユートリーの会文化公演会「ニュービートジャズオーケストラ」ジャズライブ 午後のひととき

【演目】オールオブミー、A列車で行こう、ムーンライトセレナーデ、星に願いを など

時 6/15(土)
開場14:00／開演14:30
所 男女共同参画プラザ「カダール」AV多機能ホール
人 250人
申 5/24(金)までに氏名・郵便番号・住所・電話・整理券希望枚数を、はがき・FAX・Eメールで事務局へ
問 事務局:NPO法人青森ユートリーの会(大野字前田66-24-F103 ☎☎017-752-1386
aomori_tabacco_coop@beetle.ocn.ne.jp)

カダール映画の日2024 vol.2 「カミハテ商店」無料上映会 要予約

高橋恵子主演。自殺の名所となった断崖絶壁の近くに立つ古い商店を営みながら、孤独を抱えひっそり暮らす千代。見知らぬ訪問者との間で、彼女の心が変化していく姿を、静謐なタッチで描く。(2012年/104分/日本)

時 5/29(水)
①10:00～11:50
②13:30～15:20
③18:30～20:20
所 男女共同参画プラザ「カダール」AV多機能ホール
人 各150人
申 問 事前に、氏名・電話番号・希望回(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



アフタヌーン・コンサート

『高橋卓雄
ギター1本弾き語り!!』
【出演】高橋卓雄さん

時 5/18(土) 14:00～15:30
料 大人300円、高校生以下無料
所 問 中世の館(☎0172-62-1020)



令和6年度 青森シニアカレッジ 要予約

一般教養、健康、歴史、文化、自然環境などに関する講演や社会見学、レクリエーション、ボランティア活動など、さまざまな講演や体験活動の場を提供。



時 5/21(火):入学式～R7.3月:修了式(月1～2回=年18回)
※基本、火曜10:15～12:00(午後の講座がある日は14:30まで)
所 県民福祉プラザ 対 県内在住の概ね60歳以上のかた
人 料 ①通学コース:120人／年間9,000円
②通信コース:80人／年間3,000円
備 詳しくは、ホームページをご覧ください。
申 問 5/13(月)までに、
青森県長寿社会振興センター(☎017-777-6311)へ



チャレンジ!パソコン講座

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

対 18歳以上 人 各15人(いずれも抽選、申込者少数時中止あり)
料 各1,500円
申 往復はがき(1講座に1枚)の往信用の裏面に、住所・氏名・年齢・電話番号・講座番号・講座名を、返信用の表面に住所・氏名を記入し、中央市民センターへ(5/15(水)必着)
※抽選結果は5/22(水)以降に通知
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
昨年度の締切と異なりますのでご注意ください。

番号	講座名	内 容	日 時
パソコンを初めて操作するかた向けの講座(基礎)			
A01	パソコンはじめての 一歩	マウス・キーボード操作、文字入力などを中心に学習	6/13(木)・14(金)【全2回】 10:00～12:00
Word & Excel操作が初めてのかた向けの講座			
A02	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	6/15(土) 10:00～15:00 (昼休みあり)
A03	Wordの表機能を 覚えよう	Wordの基本的な操作(表作成)を活用して簡単なチラシなどを作成	6/20(木)・21(金)【全2回】 10:00～12:00
A04	Excelの基礎を 覚えよう	初めてExcelを操作されるかたの基本となる操作(データ入力&修正/列・行の操作など)を学習	6/28(金) 10:00～15:00 (昼休みあり)
文字入力のできるかた向けの講座(応用)			
A05	デジカメ・スマホの 写真編集&活用術	デジカメ・スマホで撮影した写真をパソコンに保存・整理し、Wordや画像編集ソフトで編集・活用方法を学ぶ ※デジカメ一式・スマホ持参 (デジカメのみ貸出あり/申込時に希望の有無を明記)	6/22(土) 10:00～15:00 (昼休みあり)

青森競輪日程(5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。※2は一般入場は行っておりません。

モーニングは
10時開場!



青森競輪場
イメージキャラクター
葵 明輪

宇都宮(FI)場外	3日(金)～5日(日)
取手(FI)場外※1 広島in玉野(FI) 場外※1 小倉ナイター(FI)場外※1	6日(月)～8日(水)
大垣(FI)場外 函館ナイター(FI)場外	9日(木)～11日(土)
青森モーニング(FII)	11日(土)～13日(月)
武雄記念(GIII)場外	11日(土)～14日(火)
弥彦(FI)場外	13日(月)～15日(水)
和歌山(FI)場外	15日(水)～17日(金)
函館記念ナイター(GIII)場外	16日(木)～19日(日)
小田原(FI)場外	18日(土)～20日(月)
防府in玉野(FI)場外	19日(日)～21日(火)
青森ミッドナイトガールズ(FII)※2	20日(月)～22日(水)
小田原(FI)場外	22日(水)～24日(金)
福井(FI)場外	23日(木)～25日(土)
別府ナイター(FI)場外	25日(土)～26日(日)
【高知】全プロ記念競輪(FII)場外	25日(土)～26日(日)
富山(FI)場外	29日(水)～31日(金)
函館ナイター(FI)場外	29日(水)～31日(金)

問 青森競輪場(☎017-787-2020)

令和6年度 「消費生活大学講座」 要予約

安全で安心な生活を送るため、多彩な講師を招いて講座を開催。消費者にとって必要な暮らしに役立つ身近な知識を学びます。



- ①5/22(水)…「デジタル時代に求められる消費者力とは」
- ②6/12(水)…「我が家のお金、再点検!～家計管理からNISAまで～」
- ③7/17(水)…「最近よく聞く”アップサイクル”って何?」
- ④8/21(水)…「糖尿病からダイアベティスへ
～あなたの糖尿病の知識は最新ですか?～」
- ⑤9/25(水)…「災害に備える」
- ⑥10/23(水)…「安心して暮らせる地域社会づくり
～消費者・消費者団体の役割～」



時 各日13:00～15:00
所 県民福祉プラザ4階 県民ホール
人 200人
申 問 事前に、青森県消費生活センター業務部教育啓発課(☎017-722-3348)へ

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 アドバンスド コーヒーマイスター直伝! ワンランクアップする コーヒーマスターの淹れ方教室 時 6/3(月)10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 料 1,200円 申★ 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 6/4(火)10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申★ 日常生活で使える筆ペン習字 ～目からウロコの文字の書き方～ 時 6/5・12・19・26、7/3(水) 10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 料 1,500円 申★ 値上げラッシュを乗り切る! 節約方法 時 6/8(土)13:30～15:00 対 18歳以上 人 30人 申★ 石川義梅先生に学ぶ! 津軽手踊り教室 時 6/11・18、7/9・16(火) 13:00～14:30 対 18歳以上 人 20人 申★ はじめてのスマホ教室 時 6/13・20・27(木) 13:30～15:30 対 18歳以上 人 15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 6/25(火)10:00～13:00 対 18歳以上 人 20人 料 1,500円 申★ 🍎親子クッキング 「梅ちゃん先生と作る本格和食! 『金平ご飯・大根と鶏肉の煮物・けの汁』」 時 6/1(土)10:00～12:00 対 小学3～6年生とその保護者 人 10組 料 1人500円 申★ 🍎ロボットプログラミング 「ー光る・鳴る・動くー」A・Bコース 時 6/2(日) ●Aコース10:00～11:30 ●Bコース13:30～15:00 対 小学1～3年生(保護者同伴可) 人 各コース8人 申★ 🍎国際交流 「国際交流員ベン先生と一緒に 『パジャマを着て日中の お泊り会をしよう!』」 時 6/8(土)10:00～12:00 対 小学生 人 20人 申★ 🍎キッズダンス「オールドスクール ヒップホップを楽しもう!」 時 6/8・15(土)13:00～14:30 対 小学生 人 20人 申★ 🍎ドローン教室「ドローンのしくみ を知って操縦にチャレンジ!」 時 6/9(日)14:00～16:00 対 小学3～6年生 人 12人 申★ 🍎スポーツ鬼ごっこ 「戦術で勝利をつかめ! 進化した 本気の遊び『スポーツ鬼ごっこ』」 時 6/15(土)10:00～12:00 対 小学生 人 20人 申★ 🍎クラフト教室 「おいしそうな『おかしの家』の キャンドルを作ろう!」 時 6/22(土)●Aコース10:00～11:30 ●Bコース13:00～14:30 対 小学生 人 各15人 料 600円 申★ 🍎キッズからシニアまでOK! レクリエーションで楽しくなかまづくり 時 6/22(土)10:00～12:00 対 小学生以上 人 30人 申★	🍎新体操「音楽に合わせて 楽しく自分を表現しよう!」 時 6/23(日)10:00～12:00 対 小学生 人 20人 申★ 🍎スポーツチャンバラ 「勇者大募集! スポーツチャンバラ で勝負をしよう!」 時 6/23(日)13:00～15:00 対 小学生 人 20人 申★ 西部市民センター ☎017-788-2491 楽しい仲間づくりレクダンス教室 時 6/8・15・22(土)13:30～15:30 対 18歳以上 人 30人 申 5/3(金)9:00～来館 埋蔵文化財調査センターに行って 出土品を見てみよう! 時 6/18(火)10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 5/3(金)9:00～来館 天然石まとう ロールオンアロマ&サシェ 時 6/23(日)10:00～12:00 対 18歳以上 人 12人 料 1,500円 申 5/3(金)10:00～料金持参で来館 🍎親子で歌って音あそび ～あじさいの季節～ 時 6/6・13(木)10:00～11:00 申★ 対 1～4歳の子どものとその保護者 人 10組 東部市民センター ☎017-736-6255 季節を歌う① 白岩先生の「うたごえ教室」 時 5/27(月)10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 申 5/7(火)9:00～来館・電話 【地域力アップ講座】野菜を食べよう! 食生活改善推進委員会の減塩料理 時 6/5(水)10:00～12:30 対 18歳以上 人 12人 料 800円 申 5/15(水)9:00～料金持参で来館 中央自動車学校が教える シニア・セーフティドライブ講習 時 6/5(水)10:30～12:00 対 60歳以上 人 15人 申 5/16(木)9:00～来館・電話 バレリーナになった気分ストレッチ 時 6/8・15・22(土)10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 申 5/18(土)9:00～来館・電話 お金の教養講座① いまさら聞けない「相続の基本」 時 6/10(月)10:00～11:30 対 18歳以上 人 20人 申 5/20(月)9:00～来館・電話 異常気象と温暖化を知る 時 6/11(火)10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 5/21(火)9:00～来館・電話 初心者のシニアスマホ教室① 時 6/11(火)・12(水)10:00～12:00 対 60歳以上 人 10人 申 5/28(火)9:00～来館・電話 代謝アップ講座～体幹トレーニング とストレッチを学ぶ～ 時 6/11・18・25(火)19:00～20:30 対 18歳以上 人 15人 申 5/23(木)9:00～来館・電話	季節を歌う② 木村先生の「うたごえ教室」 時 6/12(水)10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 申 5/24(金)9:00～来館・電話 お金の教養講座② いまさら聞けない「資産形成の基本」 時 6/14(金)10:00～11:30 対 18歳以上 人 20人 申 5/20(月)9:00～来館・電話 PPバンドでかご作り 時 6/15・22・29(土)9:30～12:30 対 18歳以上 人 6人 料 1,500円 申 5/25(土)9:00～料金持参で来館 緑のカーテンで温暖化対策 ～ゴーヤを育ててみよう!～ 時 6/19(水)10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 5/29(水)9:00～来館・電話 🍎東部キッズスクール ジャズダンスを楽しもう! 時 6/2・9・23・30(日)10:30～12:30 対 小学4～6年生 人 10人 申 5/12(日)9:00～来館・電話 大野市民センター ☎017-739-6228 忍び寄る危険な 不整脈(心房細動)について 時 6/6(木)13:00～15:00 対 18歳以上 人 20人 申 5/1(水)9:00～電話・来館 心と身体を癒すアロマヨガ 時 6/11・18(火)13:00～15:00 対 18歳以上 人 10人 料 800円 申 5/1(水)9:00～電話・来館 横内市民センター ☎017-738-8723 Let'sレクダンス リズムに乗って軽やかに! 時 5/13・20・27(月)10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 申 5/1(水)10:00～電話・来館 初めてのスマホ教室 時 5/14(火)・15(水)13:30～15:00 対 18歳以上 人 10人 申 5/2(木)10:00～電話・来館 風薫る5月 江戸時代の青森町を歩こう! 時 5/24(金)10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 申 5/10(金)10:00～電話・来館 ロコモ予防体操と脳トレ (南地域包括支援センター編) 時 5/30(木)10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 申 5/16(木)10:00～電話・来館 料理教室「チマキ他三品」 時 6/1(土)10:00～13:00 対 18歳以上 人 12人 料 1,500円 申 5/18(土)10:00～電話・来館 手芸教室 ジュートバッグに 「こぎん」でアレンジ 時 6/4・11・18(火)10:00～12:00 対 18歳以上 人 12人 料 1,500円 申 5/21(火)10:00～電話・来館 お菓子作り教室「ロールケーキ」 時 6/9(日)10:00～13:00 対 18歳以上 人 12人 料 2,500円 申 5/25(土)10:00～電話・来館	戸山市民センター ☎017-743-0720 ストレス解消のフィットネス 時 6/1・8・15・22(土)10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 申 5/4(土)10:00～電話・来館 【地域力アップ講座】 相続手続きを支援する講座 時 6/6(木)10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 5/5(日)10:00～電話・来館 油川市民センター ☎017-788-1201 🍎ようこそお茶の世界へ、お抹茶体験 時 6/23(日)10:00～12:00 対 小学生以上 人 10人 料 300円 申 5/23(木)9:00～電話・来館 古川市民センター ☎017-776-8082 そば打ち体験講座 時 5/22(水)9:30～13:30 対 18歳以上 人 18人 料 1,500円 申 5/8(水)10:00～電話・来館 ここを整え写経① 時 5/24(金)10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 5/9(木)10:00～電話・来館 全身スッキリ! ポールでストレッチ! 時 5/25(土)10:00～12:00 対 18歳以上 人 10人 申 5/10(金)10:00～電話・来館 ストレッチヨガ 時 6/1・8・15・22(土)10:00～11:30 対 中学生以上 人 30人(抽選) 申 5/18(土)9:00～9:30来館、 9:30～抽選 SHINOメソッド～ちょこっと 時間で脳トレエクササイズ～ 時 6/2・9・23・30、7/7(日)9:00～10:00 対 60歳以上 人 20人 申 5/14(火)10:00～電話・来館 ハーブの寄せ植え 時 6/7(金)10:00～12:00 対 18歳以上 人 10人 料 1,500円 申 5/17(金)10:00～電話・来館 【地域力アップ講座】シニア向け “体験型”おかたづけ講座 時 6/8(土)10:00～12:00 対 60歳以上 人 20人 申 5/21(火)10:00～電話・来館 荒川市民センター ☎017-739-2343 〒030-0111 荒川字柴田129-1 エアロビクスで脂肪燃焼 ～初心者向けエアロビクス教室～ 時 5/16(木)19:00～21:00 対 高校生以上 人 30人 申 5/1(水)9:00～電話・来館 ATVの“わっち!”でおなじみ 渡辺先生の男の料理教室～春～ 時 5/18(土)10:00～13:00 対 中学生以上の男性 人 12人 料 1,000円 申 5/2(木)9:00～電話・来館 心を整える ～写経と心にひびく法話～ 時 5/23(木)18:30～20:30 対 高校生以上 人 20人 申 5/7(火)9:00～電話・来館	癒しのヨガ教室 時 5/24(金)19:00～20:30 対 高校生以上 人 20人 申 5/10(金)9:00～電話・来館 気軽に楽しむ椅子ヨガ 時 5/28(火)14:00～15:00 対 18歳以上 人 20人 申 5/14(火)9:00～電話・来館 はじめての方限定! 笹もち作り教室 時 ①6/6(木)10:00～13:00 ②6/13(木)10:00～13:00 対 18歳以上 人 各16人(抽選) 料 800円 申 往復はがきに氏名(ふりがな)・住 所・年齢・電話番号・希望日を記 入の上、5/22(水)必着で郵送 🍎ママ&ベビー・キッズフィットネス ～親子で楽しく運動しよう!～ 時 5/21(火)10:00～12:00 対 3歳以下の乳幼児と保護者 人 15組30人 申 5/7(火)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 5/26(日)10:00～12:00 対 3歳以上の子どもとその家族 人 20組40人 申 5/13(月)9:00～電話・来館 沖館市民センター ☎017-761-4161 【地域力アップ講座】司法書士から 「遺言と相続」について学ぼう! 時 5/21(火)10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 5/2(木)9:00～電話・来館 認知症サポーター養成講座 時 5/22(水)10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 5/2(木)9:00～電話・来館 体が硬い人のためのヨガ 時 5/23・30、6/6・13・20(木) 10:00～12:00 対 18歳以上 人 10人 申 5/7(火)9:00～電話・来館 はじめての陶芸 ～フリーカップと小皿～ 時 5/25、6/1・22、7/13(土) 10:00～12:00 料 1,500円 対 18歳以上 人 10人 申 5/8(水)9:00～電話・来館 北部地区農村環境改善センター ☎017-754-2244 新NISA制度 ～運用を始める前に貯蓄から投資へ 時 6/5・12(水)10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 5/1(水)9:00～電話・来館 青森の街と湊の歴史 時 6/7・21(金)10:00～12:00 対 18歳以上 人 25人 申 5/1(水)9:00～電話・来館 シニア向け「パソコン操作」 時 6/10・17・24(月)10:00～12:00 対 50歳以上 人 6人 申 5/10(金)9:00～電話・来館 防災体験 「自分の身を守るために大事なこと」 時 6/26(水)10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人(抽選) 申 5/10(金)～20(月)の9:00～ 電話・来館。結果発表は5/25 (土)9:00～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】5/15(水)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。 ※5/22(水)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)

青森市を拠点とする地元スポーツチームを応援しよう!!

本市では、「青森ワッツ(BリーグB2に所属)」と「ラインメール青森FC(JFLに所属)」の地元スポーツチームが地域を盛り上げるために日々活動しています。今後もチームの試合、イベント情報などを皆さんにお届けいたしますので、チームと地元が一体となり地域を盛り上げていきましょう!! 〓 地域スポーツ課 (☎017-718-1431)

日本生命B2プレーオフ2023-24

出場決定!



青森ワッツはB2の上位チームが出場するプレーオフに2シーズン連続の出場が決定!
B2アシストランキング王の池田祐一選手、B2得点ランキング上位のバトリック・アウダ選手・ジョーダン・ハミルトン選手を中心とした攻撃力を武器に優勝を目指します!

【クォーターファイナル】 vs. 滋賀レイクス 会場/滋賀ダイハツアリーナ

GAME1 5/3 14:00 [FRI] / GAME2 5/4 14:00 [SAT] / GAME3 5/5 14:00 [SUN]

※GAME3はGAME2終了時点で1勝1敗となった場合のみ開催



試合速報は青森ワッツ公式SNS・X(旧Twitter)より配信!

〓 青森スポーツクリエイション株式会社 (☎017-763-0551)

Rein Meer Aomori FC

5/19(日) VS 栃木シティ

新青森県総合運動公園球技場

13:00キックオフ ホーム2戦目!

Jリーグ昇格には多くの皆様のご来場が必要です。

「カブトムシ幼虫から成虫まで観察しよう」キャンペーン!
虫かごに入れた幼虫を先着200名へ!
今年の夏休みの自由研究はカブトムシを育ててみませんか?!

小学生以下は入場無料!
スタジアムで皆さんのお越しをお待ちしております!



ラインメール青森FC主催サッカー教室
「瀬戸サカ」開催!!

5月26日(日) 10:30~

開催場所 瀬戸子グラウンド

対象 小学生

詳しくはHP・SNSをチェック!



申込受付中▲

〓 ラインメール青森フットボールクラブ (☎017-729-0411)

国際芸術センター青森 (ACAC)

「currents / undercurrents —いま、めくるめく流れは出会って—」

前期: 6月30日(日)まで
後期: 7月13日(土) ~ 9月29日(日)
【開館時間】9:00~19:00 (展覧会は10:00~18:00)

〓 国際芸術センター青森 (☎017-764-5200)



鈴木正治「太平洋」 2002年

「現在」という意味を持ちながら、ある一定の方向に動く流れを示す「current」と、目に見え難い流れや暗示を意味する「undercurrent」をキーワードとして、国内外のアーティスト、青森ゆかりの表現者たちによる作品が集います。

本展覧会は、青森県内にある現代美術を楽しむ5つの美術館・アートセンター(青森県立美術館、国際芸術センター青森、弘前れんが倉庫美術館、八戸市美術館、十和田市現代美術館)を中心に開催される「AOMORI GOKANアートフェス2024」の企画の一つとして開催されます。



野木和公園水辺散策園

八重桜「フォトコンテスト」

八重桜「フォトコンテスト」募集期間
5/20(月)まで

青森春まつりが終わった5月の1週目~2週目頃から、野木和公園内にある湖上大橋を渡った水辺散策園の八重桜が咲き乱れ満開になります。この絶景を広く市民のかたに知っていただくため、「八重桜フォトコンテスト」を開催♪一人何回でも投稿OK!この機会に野木和公園水辺散策園の八重桜を楽しみ、あなたのお気に入りの一枚を投稿してみませんか?

【投稿の際の注意点】野木和公園散策園の八重桜が写っている自作のもの/画像の加工は行わないこと/人物が写っているものは、必ず本人の承諾を得てから投稿すること/著作権は本人に帰属しますが、入賞・入選作品をPR活動のため、ホームページや印刷物などにおいて利用することに承諾いただくこと

【申込方法】次のいずれかで投稿してください

- ★あつまれ!野木和公園フェア実行委員会Instagram公式アカウント「@nogiwa_mizube」をフォロー
野木和公園水辺散策園「八重桜」を応募期間中に撮影し、「#水辺散策園八重桜2024」をつけて投稿
- ★印刷した写真(A4サイズ)を実行委員会(〒038-0058羽白沢田70-4)へ郵送(名前、住所、電話番号を記載)

※入賞・入選されたかたには公式アカウントまたは電話でご連絡します。
※入賞したかたには賞品あり! 〓 あつまれ! 野木和公園フェア実行委員会 (☎090-4887-1907)



令和6年5月号 No.457

【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4月1日現在】

男性 123,604人 (-918) 世帯数 136,059世帯 (-270)
女性 141,469人 (-784)
合計 265,073人 (-1,702)

※住民基本台帳調べ()内は前月との増減

次号6月号の配布日は、5月25日(土)~31日(金)です。