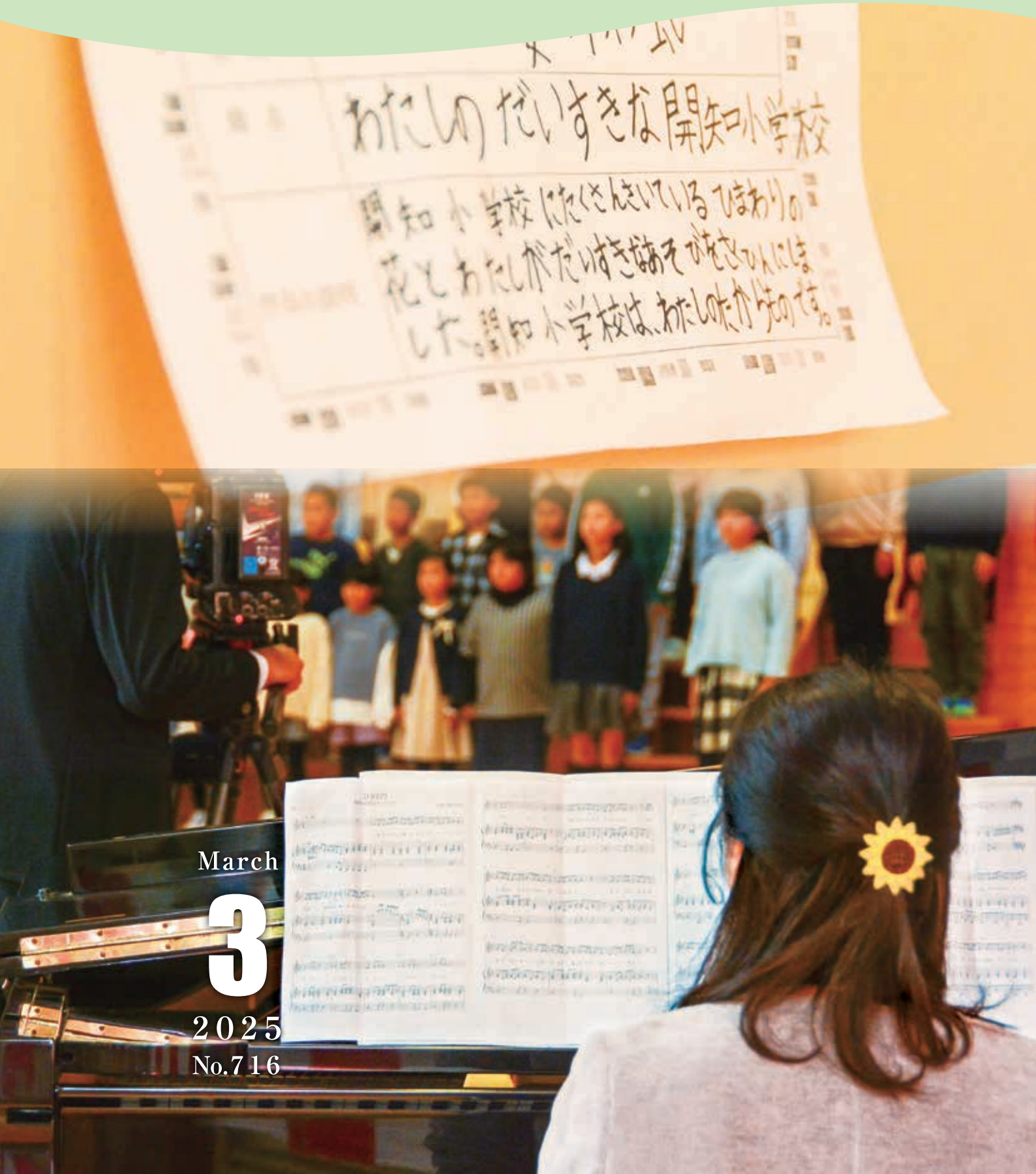
広報ろくのへ

Rokunohe

かえでのまちの情報誌



March

3

2025

No.716

1/28

日ごろの警察活動への協力に感謝

警察功労者感謝状贈呈式

十和田警察署（高橋肇署長）が十和田市のサン・ロイヤルとわだで警察協力功労者感謝状贈呈式を開催。同署管内の防犯活動や交通安全などの警察業務に貢献した団体や個人に、髙橋署長から感謝状が贈られました。

六戸町からの団体および個人は次のとおりです。（敬称略）

●団体

幼保連携型認定こども園　こども園えがお

●個人

下田　正幸（七百）、　川原　義廣（高見）

小泉　則雄（小平・柳町）

2/3

身体を動かす楽しさ学ぶ

六戸キッズ☆アスリートアカデミー

町教育委員会主催の「六戸キッズ☆アスリートアカデミー」が町総合体育館で開かれ、町内年長園児ら約100人が参加。コオーディネーショントレーナーの川戸元貴氏を講師に招き、子どもの基礎的運動能力を高めるトレーニングを体験しました。

2/8

雪こそ貴重な観光資源

イグルー作り＆スノーシュー体験会

町観光協会（渡辺俊一会長）は舘野公園で「イグルー作り＆スノーシュー体験会」を開催。町内外から約10人が参加し、ブロック状に切り出した雪を積み重ねるイグルー作りや焚き火、冬のビオトープツアーなど、雪国の知恵を盛り込んだ体験を楽しんでいました。

2/13

佐藤町長と小学生が意見交換

町長と語る会in大曲小学校

大曲小学校（二ツ森牧彦校長）で佐藤町長と語る会が行われ、同校６年生52人が参加。児童からは、町の観光開発事業や福祉施設の必要性、廃校となる校舎の利活用についてなど、児童自らが町の現状を調べ町長に意見を述べていました。

2/11

希少な国産メープルシロップが六戸町で

カエデから樹液を採取

NPO法人ろくのへ自然塾（酒田孝代表理事）は、カエデの樹液採取を舘野公園で行い、参加者は43本の木々に樹液を採取する装置を取付けていきました。煮詰めたシロップは町のふるさと納税の返礼品等として地域のＰＲに活かされています。

大好きな母校に ありがとう

六戸小学校　大曲小学校　開知小学校
六戸中学校　七百中学校

― 閉校記念式典 ―

開校以来、長きにわたり輝かしい歴史と伝統を築き、地域とともに歩んできた六戸小・大曲小・開知小・六戸中・七百中の５校が令和７年３月末をもって閉校となります。各校では10月27日から11月末にかけて閉校式が行われ、思い出深き学び舎との別れを惜しみました。

▶▶▶*2024.10.27*

六戸中学校

Comment

生徒会長
竹内 夏菜（かな）さん（３年）

78年という歴史に幕を閉じる六戸中学校。校舎の前には、未来に希望を抱いている「希望の像」が立派に立っており、私たちに夢と希望、そして勇気を与えてくれています。

閉校年度である今年度の生徒会スローガンは「結～78年のバトンを未来へ～」。六戸中学校の伝統は来年度から六戸学園に継承されます。保護者や先生方、地域の方々、そして仲間たちで築き上げてきたこの六戸中学校の歴史と伝統を次の世代に繋いでいきます。

校　長
古川 貴紀さん

昭和22年４月１日、六戸村立六戸中学校として創立され、時代の背景と共に輝かしい歴史と伝統を築き上げてきました。今では、本校卒業生は約8,400名となり全国各地で活躍されています。六戸中学校が閉校を迎えることは寂しく思いますが、本校の歴史と伝統は皆様方の心の中に残り続け、永久に語り継がれ、受け継がれていくことを信じています。

新たに始まる「六戸学園」では本校並びに各校の学びが生かされ、更なる発展を願っています。

▶▶▶2024.11.9

大曲小学校

Comment

生徒会長
小松　大隼（だいと）さん（６年）

大曲小学校最後の一年、「最後まで　全力前進　大曲っ子」のスローガンのもと様々な活動に取り組んできました。僕自身、運営委員会の委員長としてよりよい学校にしようとがんばってきました。特に５分前行動は、低学年から高学年までが今では当たり前のようにできています。

６年間通った学校がなくなるのは寂しいですが、63年間僕たちのことを支えてくれてありがとうという気持ちを伝えたいです。六戸学園では、みんなと仲良くなり、今以上によりよい学校を目指したいです。

校　長
二ツ森　牧彦さん

63年の長きにわたり1,649名の卒業生を送り出し、今年度で1,981名の児童の成長を見守ってきた大曲小学校は、地域の皆さまと密着した教育環境での学校運営でありました。

今年度閉校を迎えるにあたり、子どもたちが決めたスローガン「最後まで全力前進　大曲っ子」。子どもたちは大曲小学校に愛着をもち、こころの故郷としています。学校の歴史は閉じますが、輝かしい歴史と培われた精神や伝統は決して絶えることなく、４月に開校する六戸学園に受け継がれていくものと確信しております。

▶▶▶2024.11.16

六戸小学校

Comment

児童代表
杉山　彩羽（いろは）さん（６年）

今から６年前、六戸小学校の１年生になりました。入学前に一目惚れして買ってもらったランドセルを背負って毎日学校に行くのが嬉しかったです。私の父母、祖父母も六戸小学校の卒業生です。

今年度で六戸小学校の148年の歴史は終わりますが、同時に六戸学園のスタートでもあります。六小の思い出とともに六戸学園で新しい仲間と新しい思い出を作っていきたいです。六戸学園にはここにいるみんなと一緒に行くので不安はありません。その日まで一日一日、しっかり力をつけて頑張っていきたいです。

校　長
中野　睦子さん

明治10年、明道小学校として開校してから148年、子どもたちの夢や希望を叶えるための教育を地域とともに歩んできました。母校を愛し、あたたかく見守る数多くの卒業生を有し、社会に貢献する人材を世に送り出してきたことは本校の誇りです。

令和７年度には青森県内初の義務教育学校として新たに出発します。六戸町の子どもたちが、新たな学び舎で仲間とともに六戸学園の校歌の一部にもある「夢に挑戦し、未来へ羽ばたく」ことができるよう、皆様からの変わらぬご支援ご協力をお願い申し上げます。

▶▶▶2024.11.17

七百中学校

Comment

生徒会長

土橋　りおなさん（３年）

私たち３年生は、入学当初から何をするにおいても「最後の一」と言われ続けてきました。とうとうこの日を迎え、一つの学校がなくなることの重さを実感し、当たり前だったものがなくなることへの寂しさがこみ上げてきます。

今年の生徒会スローガン『有終之美～締め括りを美しく』を達成するべく、この一年に熱い思いをもって臨んできました。

楽しく有意義な時間を過ごさせ、たくさんのことを学ばせてくれた七百中学校に感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。

校　長

松木　信嘉さん

76年ものあいだ、昭和・平成・令和という時代とともに歩みを進めてきた七百中学校。多数の有為な人材を輩出し、六戸町の発展に大きく貢献してきたことは地域の皆様の誇りでもあります。

この度の閉校は学校教育法改正による新たな教育の方向性を具現化する六戸学園の創設をうけたものであり、『ふるさと六戸に愛着と誇りをもち、夢に挑戦する児童生徒』を教育目標とする六戸学園と『人と心を大切にした、生きる力と夢を育む』七百中学校の歴史と伝統が継承・発展されることに期待しております。

▶▶▶2024.11.23

開知小学校

Comment

児童代表

附田　光雅（こうが）さん（６年）

僕たち全校児童は、開知小学校に感謝の気持ちでいっぱいです。

これまでたくさんの友達と遊んだり、助け合ったり、泣いたり、笑ったりしてきました。運動会やマラソン記録会などの行事は、地域や保護者の方々の協力や応援がなければできませんでした。本当にありがとうございました。

中学校からは六戸学園という新たなステージとなります。開知小学校のことは忘れずに、より充実した学校生活を送れるように、開知小学校の卒業生として、六戸学園の７年生として、これからもがんばっていきます。

校　長

内海　浩幸さん

平成9年4月1日に、七百小学校と昭陽小学校が統合して誕生した開知小学校が28年の歴史に幕を閉じます。

毎年子どもたちが校舎の周りに本校のシンボルフラワー「ひまわり」の種を植え、ひまわりのような笑顔溢れる学校づくりに努めてきました。これからもひまわりの花を見かけるたびに開知小という素敵な学校があったことを思い出すことでしょう。

28年の感謝を胸に六戸学園でも自信をもって夢の扉を押し開いていきましょう。皆さんのさらなる活躍を応援しています。

明治時代から始まった
地域の教育の伝統を、ひとつに。
六戸町立義務教育学校六戸学園
４月に開校

県内初の「義務教育学校」
伝統受け継ぎ新たな教育を

令和7年3月末に町内3小学校、2中学校の歴史に幕を閉じ、県内初となる義務教育学校として今年4月から開校する「六戸学園」。新校舎の工事が一部を除き終わり、新校舎での義務教育課程が始まります。

1～6年生を「前期課程」、7～9年生を「後期課程」とし、区切りは1～4年生を「ファーストステージ」、5～7年生を「セカンドステージ」、8～9年生を「サードステージ」と、いわゆる「4―3―2」のステージ制を導入します。小学校の6年間と中学校の3年間の合計9年間を一つの校舎で過ごし、一貫した教育を実施します。

文部科学省によると、令和6年5月1日現在、全国では238校が開校しており、県内では初となる「義務教育学校」。青森県全体のモデルとなる新たな教育の形で歩みが進められます。

義務教育学校になることで、ここが変わります

「義務教育学校」とは

義務教育学校とは、平成28年施行の「改正学校教育法」で設置可能となった新たな学校のカタチであり、小学校、中学校と並ぶ3つ目の学校形態を指します。

小・中学校との最大の違いは、1人の校長の下で、教職員が9年間を通して同じ教育方針と教育目標をもち、共通理解の上で教育ができるという点です。これまでの小学校6年間を「前期課程」、中学校3年間を「後期課程」と区分しながらも、学年の区切りにとらわれず、小・中学校の枠を超え、今までよりもさらに柔軟な教育活動の実施が可能となります。また、同じ校舎で学校生活を送ることで、児童・生徒同士の交流の幅が大きく広がり、上級生のリーダーシップの醸成が期待できます。

1人の校長、1つの教育方針など、さまざまなことが一本化し、9年間を「一つの義務教育」として捉えることで、より質の高い教育を目指す学校の在り方を導入した「義務教育学校六戸学園」。今後、青森県の将来への可能性を秘めた教育モデルとして時を刻んでいきます。

来年度から、それぞれの学年の呼び方は1年生から9年生となり、学校教育目標に「ふるさと六戸に愛着と誇りをもち　夢に挑戦する児童生徒」を掲げ、未来を紡ぐ新しい学校像を目指します。

小・中学校の場合

区　分	小学校						中学校		
学　年	1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年
指導体制	学級担任制						教科担任制		
授業時間	45分						50分		

▼▼▼

義務教育学校の場合

ステージ	1st ステージ				2nd ステージ		3rd ステージ		
学　年	1年	2年	3年	4年	5年	6年	7年	8年	9年
課　程	前期課程（小学校課程6年間）						後期課程（中学校課程3年間）		
指導体制	学級担任制				一部教科担任制		教科担任制		
授業時間	45分				50分		50分		
区　分	基礎指導期				充実期		発展期		

基本情報

- 住　所
  青森県上北郡六戸町大字犬落瀬字坪毛沢25番地163
- 電話番号
  0176-55-4666
- 敷地面積
  59,999㎡（校舎、体育館、グラウンド、駐車場、農園、野球場）
- 延床面積
  15916.57㎡
- 校　舎
  木造3階建て
- 事業費総額
  86億9百万円

校訓

校訓

児童生徒の「学び」を考えた時に、何よりも興味・関心が大事であり、見たり・聞いたり・感じたり、また、不思議や疑問を持ったりすることの大切さをイメージして「みる」。そして、児童生徒が興味・関心をもったものを、調べたり、実体験したり、深めたりすることをイメージして「しる」。それらをもとに、さらに発展させ、飛躍することをイメージして「とぶ」としました。

校章

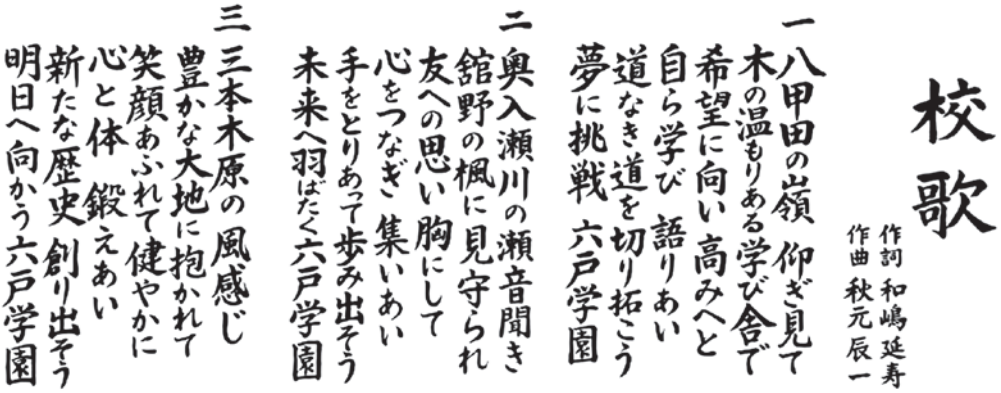
作成者：秋葉美早喜さん（大曲）

町の木である「楓」の葉をベースに、中心には「六戸学園」の通称となる『六学』を柔らかな印象で表現。『楓・モミジ』の花言葉には＜美しい変化・調和・大切な思い出＞が含まれ、まさに環境や体制が前向きに変化していくこと、それによる新しい調和が育まれ、ここから忘れられない大切な思い出がたくさん生まれることを期待します。

制服

自然に囲まれた
六戸町の美しい空にマッチする、爽やかな「ブルー」をキーカラーに

校歌



校歌

六戸町が目指す子ども像である「進んでよく学び　よく考える六戸っ子」、「やさしく思いやりのある六戸っ子」、「健康でたくましい六戸っ子」をイメージして作詞されました。

六戸学園校舎 6つの特色

「コンパクトで機能的な学校」として設計された新校舎。児童生徒の健康・ユニバーサルデザインに配慮した学校施設で、安全・安心で維持管理しやすい校舎を整備しています。校舎には、丸太を単板にし、単板の繊維方向が平行になるように積層・接着した木材であるＬＶＬ製品を使用。木のぬくもりとあたたかみが感じられる３階建校舎としています。図書館や体育館を含む校舎全体には冷暖房を備えた空調設備が完備されています。

学校敷地内に建設された町立図書館は、児童生徒と一般町民らが利用可能。

体育館は、小アリーナとバレーボールコート３面の広さをもつ大アリーナを配置。避難所機能としての役割も考慮し、空調設備および防災倉庫、非常発電装置を完備しています。

そして、現在整備中のグラウンドは２００㍍のトラックがとれる広さに整備されます。５月中に工事を完了し、授業や運動会、部活動での活用を開始します。

1 教室

これまでの教室よりやや広めの８㎡×8.5㎡。チョークを使う黒板ではなくホワイトボードを使用し、ホワイトボードを開けると電子黒板が設置されています。各教室には手洗い場を設け、全館にエアコンを完備します。

2 大階段

玄関からつながる階段は、幅7.5㍍の大階段を設置。木造建築ならではの温もりのある開放感あふれる空間を演出するとともに、学習発表等の場として併用できる空間を創り出します。

3 メディアルーム

先進的な情報環境を整えたメディアルームは多種多様な使用が可能。壁３面に投影機能を持ち、等身大でのウェブ会議も可能なメディアルーム。この規模でこれだけの装置を備えたメディアルームを持つ小中学校は、東北で初です。

4 多目的スペース

廊下は幅約５㍍で、多目的なスペースとし、学年集会や授業に関係する学校図書コーナーを配置します。児童生徒が交流する場としても活用されます。

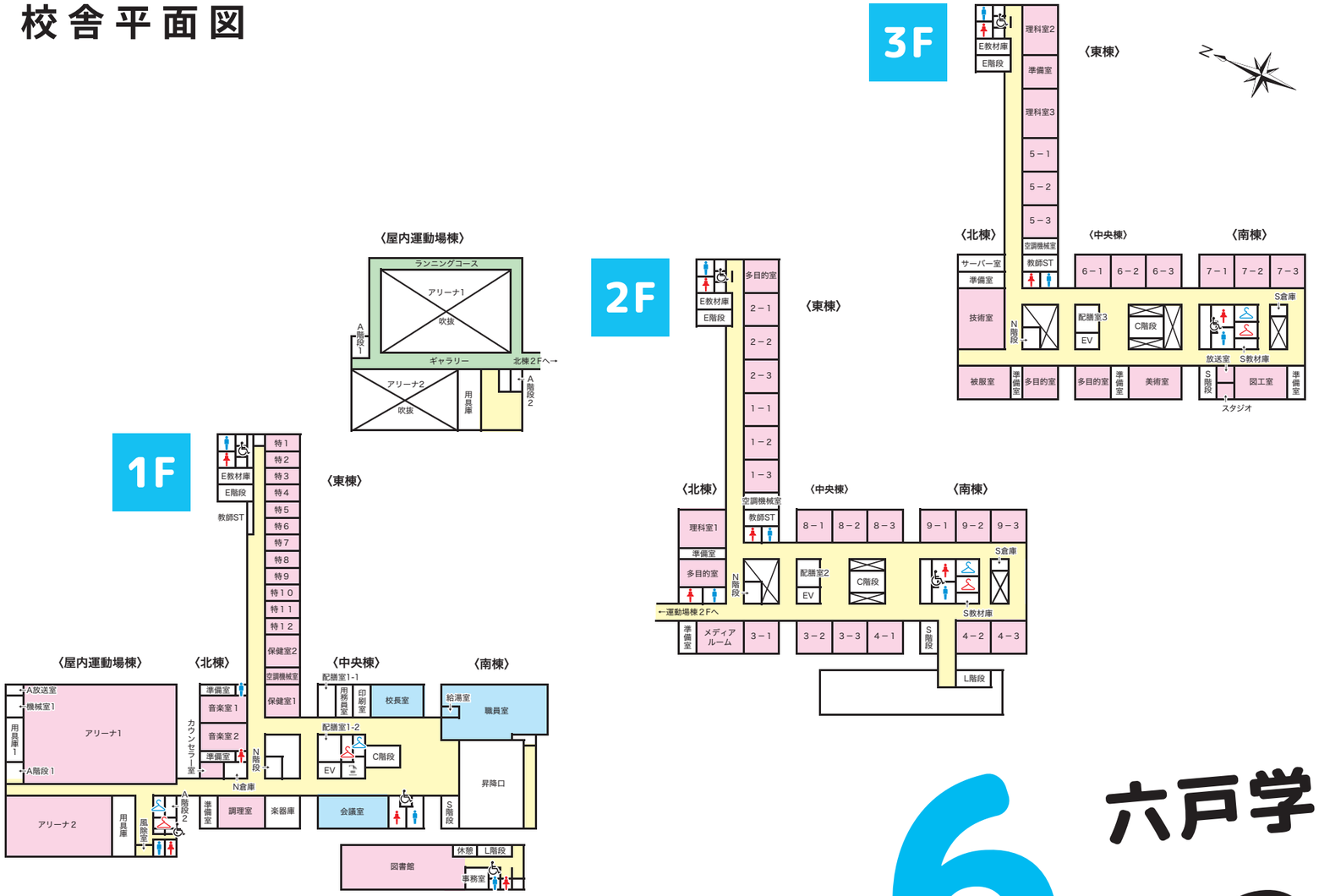
5 図書館

町立図書館を学校と隣接させ、学校図書館と併用して、機能的・効果的に使用します。帰りのバスの発車までの時間を有効的に過ごしたり、児童生徒と町民が親近感をもって交流する場としても期待できます。

6 体育館

体育館は、大・小２つのアリーナがあり空調完備。大アリーナは、バレーボールコート３面の広さで、さらに２階にランニングスコースがあります。移動式観覧席や収納式ステージを壁面に設置しています。

校舎平面図



学校生活での数々の疑問を Q&A方式でお答えします！

Question & Answer

Q 通学方法は？

A 町内の児童生徒をスクールバスで送迎します。

自転車通学は後期課程（７～９年生）が対象となります。

Q 運動会、文化祭は？

A いずれも１日日程で、１～９年生まで一緒の運動会・文化祭を計画しています。

Q 転入出した場合、カリキュラムにズレは？

A 学習内容は変わりありませんので、転出・転入学に関して問題ありません。

Q 図書館は一般の人も利用可能？

A 一般町民の利用は今までと同じです。児童生徒も利用します。

Q 入学式、卒業式は？

A 学校へ入学する１年生の入学式、学校を卒業する９年生の卒業式のみになります。

ただし、６年生から７年生に進級する際に「前期課程修了式」を行います。

Q 部活動は？

A １～６年生はスポーツ少年団、７～９年生は部活動でスタートします。任意加入です。

Q 修学旅行は？

A ６年生は前期課程修学旅行、８年生は後期課程修学旅行として実施します。

これまで通り、旧小学校の６年生と旧中学校の２年生の時期に修学旅行を実施します。

Q 校舎の一般公開は？

A 年度初めは慌ただしいため、一般公開は夏休み以降を予定しています。

Q 学校行事の際の駐車場は？

A 学校敷地、運動公園、舘野公園をご利用していただけます。

Q 制服は？

A 対象は後期課程（７～９年生）。下衣はスラックスかスカートが選べます。また、これまでの制服の継続使用も可能です。

六戸学園の生徒会長に インタビュー！

六戸中学校、七百中学校で次期の生徒会役員選挙が行われ、各中学校から１名ずつ六戸学園の生徒会長が選出されました。令和７年度において、六戸学園では２名が生徒会長として学校のリーダーとなります。

児童・生徒の代表として学校づくりを担う２人に生徒会長としての抱負を伺いました。

関わりやすい環境づくりを

六戸町立六戸中学校

新生徒会長

山内　啓路（はるみち）さん

僕が生徒会長として頑張りたいことは、全校の手本となることです。９学年の中の最高学年となり、下級生から見られる立場になるので、手本となる言動を心掛け生活していきます。また、コミュニケーションの活発な学校にもしていきます。そのためにも、他学年との壁をなくし、話しやすく、関わりやすい環境を僕たちで作っていきます。

「明るい学校」を目指して

六戸町立七百中学校

新生徒会長

沼尾　南風（みなみ）さん

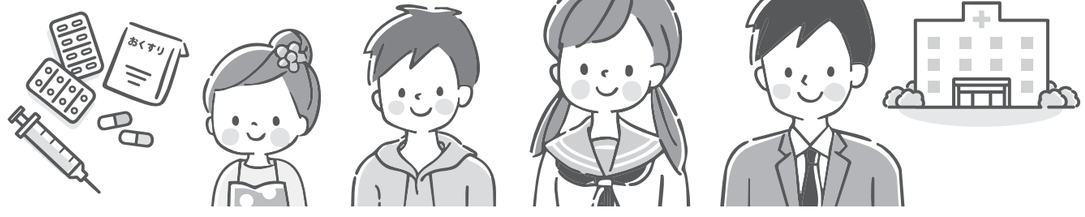
六戸学園が「明るい学校」となるよう、ともに生活する仲間と意識を高め合える環境を作り、新しい良い関係を築くことができるようにしたいです。そのためにも交流イベントを行ったり、挨拶キャンペーンを実施したりして盛り上げていきます。よろしくお願いします。

■六戸町子ども医療費のお知らせ

六戸町では、「子ども医療費助成事業」として中学生までのお子さんを対象に医療費の助成を行っていますが……

令和７年４月診療分から

助成対象年齢を18歳まで（高等学校生徒相当）まで拡充します



●令和７年４月から新たに助成の対象となる方

六戸町に住所登録があり、健康保険に加入している高等学校生徒相当年齢のお子さんを養育している方

※高等学校生徒相当年齢とは……

令和７年度の場合、平成19年４月２日～平成22年４月１日生まれの子ども（高等学校等への在学の有無は問いません）となります。

※以下に該当する方は子ども医療費助成の対象となりません。

- ひとり親家庭等医療費の助成対象者
- 児童福祉施設等に入所している方
- 生活保護受給者
- その他公費等によって医療費の全額支給を受けている方

●受給資格証の交付申請手続き

《令和７年度に７歳に到達する児童・16歳～18歳に到達する児童》

申請が必要です。申請書に必要事項を記入のうえ、お子さんの健康保険の被保険者・記号・番号・加入年月日等がわかるもの（保険者証、医療保険の保険者から交付された資格確認書、マイナポータルからダウンロードした資格情報画面等）、振込口座が分かるものを添えて福祉課までご提出ください。

《０歳児～６歳児（就学前）》

資格証（水色）の有効期限は、お子さんの誕生月の末日までとなっています。毎年更新手続きが必要です。

《小学生・中学生・高校生》

現在の資格証（オレンジ色）の有効期限は、令和８年３月31日まで（中学３年生を除く）になっていますが、事業の見直しにより、有効期限は18歳到達年度の３月31日までに変更となります。

これにともない、現在オレンジ色の受給資格証が発行されている児童につきましては、有効期限が変更になった資格者証が郵送されます。（申請は必要ありません。）

高等学校生相当児童については、福祉課において新規申請が必要となります。

●助成対象となる費用

健康保険が適用される医療費に限ります。

※保険適用外の医療費（健診、予防接種、薬の容器代、文書料、紹介状なしの初診料、入院時の差額ベッド代、食事療養費など）は対象外です。

●助成方法

医療機関および調剤薬局を利用する際に、六戸町から届いた**「六戸町乳幼児・子ども医療費受給資格証」**を医療機関および調剤薬局それぞれに提示してください。

この場合は、**医療機関等**での支払いは発生しません。

医療機関および調剤薬局で**「六戸町乳幼児・子ども医療費受給資格証」を提示しなかった**場合は、**一度支払いをし、福祉課において申請書を記入し領収書と共に提出**してください。

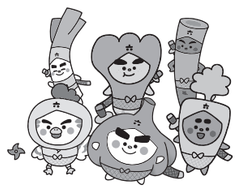
この場合は、**申請の際に指定した口座に後日振り込まれる**ことになります。

●注意事項

（１）領収書による申請は１年前までとなります。

（２）「保護者（申請者）」とは、お子さんの扶養者（父または母）のことをいいます。
お子さんの父（または母）が別居中の場合は、お子さんと同居している母（または父）を保護者（申請者）として申請してください。お子さんと父母が別居している場合や、お子さんがひとり暮らししている場合はご連絡ください。

（３）学校管理下等でケガ等をしたときは、日本スポーツ振興センターの災害共済給付の対象になる場合があります。その場合は受給資格証を提示せず、保険証をお使いの上、医療機関の窓口で一度医療費をお支払いください。



［問・申請先］ 〒039-2371　上北郡六戸町大字犬落瀬字前谷地60
六戸町福祉課　子ども医療係
☎ 0176-55-3111（内線136）

■町民バス運行ダイヤについてのお知らせ

［問］ 六戸町総務課　☎ 0176-55-3111

広報２月号でもお知らせしておりましたが、４月より町民バスの運行時刻とルートが変更になります。

新しい町民バスの時刻表は町内会を通じて配布するほか、役場総務課、役場ロビー、診療所、地域包括支援センター、老人福祉センターでも配布をしております。また、町ホームページ、ライフビジョンでもご確認いただけます。

六戸町ホームページ

Android用　iPhone用
ライフビジョン（ろくのへ防災・行政ナビ）

《実施日》・令和７年４月１日㈫運行より

★広報２月号にてお知らせしておりました時刻表の内容が一部変更になっております。

バスをご利用される方は、町民バス時刻表にてご確認をお願いします。

■愛車の住所変更も忘れずに

毎年の自動車税種別割の納税通知書は、原則としてその年の４月１日現在の運輸支局に登録されている住所（車検証に記載されている住所）にお送りしています。

お引っ越しなどで住所が変わった場合は、運輸支局で「車検証の住所の変更登録」を忘れずに行ってください。この変更登録をしていただくと、自動車税種別割の納税通知書も変更後の住所に送られることになります。なお、住民票の異動手続きだけでは車検証の住所は変更されません。

やむを得ず、令和７年３月末日までに車検証の住所の変更登録ができない場合は、電話またはＦＡＸにより、上北地域県民局県税部までご連絡ください。ＦＡＸにより届出される場合に必要な様式は、青森県庁ホームページにある「県税・市町村税インフォメーション」内の「自動車税種別割住所変更届」よりダウンロードすることができます。また、青森県庁ホームページにある「青森県電子申請・届出システム」内の「自動車税住所変更届」からも新しい住所の届出が可能です。

［問］　〇自動車税種別割について　上北地域県民局県税部　納税管理課　☎0176-22-8111（内線211～214）
FAX 0176-22-8135
〇自動車の登録手続きについて　・東北運輸局青森運輸支局　☎050-5540-2008
・東北運輸局青森運輸支局　八戸自動車検査登録事務所　☎050-5540-2009

■令和６年12月28日からの大雪による被害者に対する県税の減免等について

このたびの令和６年12月28日からの大雪により、多大の被害を受けられた方々に心からお見舞い申し上げます。

被害を受けられた方々は、再建に努力されていることと思いますが、被害を受けられた方々が今後納付すべき県税（個人事業税、不動産取得税及び自動車税（種別割））については、被害の状況に応じ減免する等の措置を執ることとしております。詳しくは、最寄りの地域県民局県税部に御相談ください。

■令和７年１月28日執行　指名競争入札　結果公表

No.	番　　号	件　　名	落札業者	落札金額（税抜き）
1	物第12号 (教物第34号)	六戸町立義務教育学校六戸学園備品 （教職員用ノートパソコン）購入	㈲システム・ディー	6,228 千円
2	教物第35号	六戸町立義務教育学校六戸学園備品 （インターネット系ノートパソコン）購入	㈲システム・ディー	2,640 千円

■広報ろくのへに広告を掲載してみませんか？

［問］　六戸町総務課　☎0176-55-4582

広報 ろくのへ	縦48㎜×横181㎜	10,000円/月	縦48㎜×横90㎜	5,000円/月
	縦48㎜×横120㎜	7,000円/月	縦48㎜×横60㎜	3,500円/月

詳細はこちらから
ご確認ください➡

※一定期間以上継続して掲載すると、広告料金の割引があります。

■六戸町奨学資金利用のお知らせ

［問］　六戸町教育委員会　教育課
☎0176-55-4587（直通）

●対　　象

大学、大学院、短期大学、高等専門学校（第４学年以上）、専門学校（以下「大学等」という。）に進学し、父母または後見人等が１年以上六戸町に住所を有する方。進学する大学等は国立・公立・私立および昼間、夜間の別を問いません。

●選　　考

六戸町奨学生選考委員会が学業成績や所得状況等を考慮して決定します。

●貸 付 額

月額５万円以内、入学一時金として50万円を限度に貸し付けします。

●申込方法

貸付申請書に必要事項を記入し、入学許可証または在学証明書・学業成績証明書（※１）・保証人承諾書・同一世帯および保証人の最新の所得証明書を添付してください。

貸付申請書と保証人承諾書の様式は、ホームページからもダウンロードできます。

※１　大学等に来年度入学する場合は、最終学歴の高等学校等より取得。
　　大学等に在学中の場合は、直近のものを大学等より取得。

●申込期間

令和７年２月３日㈪から令和７年３月25日㈫まで

●返還方法

卒業後１年間据え置き後、12年間で返還計画を作成します。
返還については無利息のため、貸付した額と同額を返還していただきます。

■スポーツ等の活動における指導者・協力者の募集について

●募集期間

随時受付

●募集内容

①児童生徒を対象とし、活動できる種目および競技名（記入例：バスケットボール、吹奏楽）
②活動できる日および時間（記入例：土・日曜日の午前中、平日の17時から19時まで）
③スポーツ等の資格を有している場合は、その名称（指導員資格、審判員資格等）
④児童生徒を対象とし、活動してみたい種目および競技名（無記入でもいいです）
⑤報酬の有無および希望金額

●応募方法

町ホームページ　文化・スポーツ・観光・施設　＞　スポーツ　＞　お知らせ　＞　スポーツ等の活動の地域移行にある「指定用紙」をダウンロードし、郵送またはFAX、メールにて提出してください。

●留意事項

今回の募集は、指導者・協力者の把握となります。実施についての具体的な事項（活動場所や費用など）は、今後「六戸町スポーツ等の活動における地域移行検討協議会」で検討協議します。なお現在、スポーツ少年団や中学校部活動で指導されている方で引き続き活動できる方も応募をお願いします。

［問］　六戸町教育委員会教育課スポーツ係
☎ 0176-55-3988／FAX 0176-55-3587
六戸町大字犬落瀬字前谷地12（六戸町総合体育館内）
✉ sports@town.rokunohe.aomori.jp

■３月～５月
「労働委員会委員による労働相談会」

［問］　青森県労働委員会事務局　☎017-734-9832
FAX 017-734-8311

個々の労働者と事業主との間に生じた労働問題（解雇・賃金引き下げ・長時間労働・パワハラなど）について、青森県労働委員会委員が相談に応じます。

●開催日時および場所

開催日	時　間
３月16日㈰	10時00分から12時00分まで
４月３日㈭	13時30分から15時30分まで
４月20日㈰	10時00分から12時00分まで
５月13日㈫	13時30分から15時30分まで
５月18日㈰	10時00分から12時00分まで

●対応者　青森県労働委員会委員

青森県労働委員会とは…
青森県の行政機関の一つ。労働問題について専門的知識を持つ、公益委員（弁護士等）、労働者委員（労働組合役員等）、使用者委員（会社経営者等）で構成されており、中立・公正な立場で労働問題を解決する。

●場　所　青森県労働委員会（東奥日報新町ビル４階）
●対象者　県内の労働者・事業主
●その他　・費用無料、秘密厳守
・随時受付（予約優先）
●リンク　https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/roi/roi-sodankai.html

十和田地域広域事務組合からのお知らせ

■生ごみの水切りにご協力ください

［問］　六戸町町民課　☎0176-55-4612
十和田地域広域事務組合　☎0176-28-2654

生ごみは家庭から排出される可燃ごみの約40パーセントを占めており、その生ごみの約80パーセントが水分といわれています。町民の皆さま一人ひとりが水切りをすることにより、ごみの重量を減らすだけでなく、生ごみの嫌な臭いを抑え、出したごみ袋がカラスや猫などの動物に荒らされる可能性も低くなります。

●生ごみを軽くするためのポイント

- **濡らさない**
  野菜の皮や食材の使わないところは、洗う前に切り落とし直接ごみ袋に入れる
- **乾燥させる**
  お茶がらやティーバックは乾燥させてから捨てる
- **しぼる**
  排水口や三角コーナーには水切りネット等を使い、ごみ袋に入れる前にひとしぼりする

■上北・五戸地域(合同)　暮らしの相談会

上北・五戸地域の各自治体、社会福祉協議会で行っている相談に地元(十和田・三沢)の弁護士が巡回して、日頃の悩み事などをお聞きします。

例えば、家族関係、相続、近隣関係、土地・建物、金銭・借金問題、会社関係・労使問題、事故・刑事事件　など

相談は、１回30分程度、相談料は無料です。

お住まいの町以外の会場でも相談できます。

相談日	会　場
３月３日㈪ ※10：00から12：00まで	東北町役場　本庁舎 小会議室(人権相談員が一緒にお聞きします)
３月11日㈫ ※10：00から12：00まで	五戸町　倉石コミュニティセンター１階和室
３月12日㈬ ※10：00から12：00まで	おいらせ町立北公民館(行政相談員が一緒にお聞きします)
３月13日㈭ ※10：00から12：00まで	七戸町　中央公民館1階集会室
３月17日㈪ ※10：00から12：00まで	東北町　コミュニティセンター１階和室(人権相談員が一緒にお聞きします)
３月21日㈮ ※10：00から12：00まで	野辺地町　健康増進センター和室
３月25日㈫ ※10：00から12：00まで	五戸町立公民館１階児童室
３月27日㈭ ※13：00から15：30まで	六戸町　就業改善センター

相談は電話による予約制となっております。

ご予約は☎0176-21-5162、弁護士法人青空と大地までお気軽にお問い合わせください。

共催　東北町、おいらせ町、五戸町、野辺地町、六戸町、七戸町、野辺地町社会福祉協議会
　　弁護士法人 青空と大地

■『おしゃべりウォーキング』参加者募集！

[問] 歩こう会　坂本　☎0176-57-2488
六戸町福祉課　保健師☎0176-55-4597

健康の維持増進と仲間づくりを目的に、ウォーキングを計画しています。
六戸町民であれば、誰でも参加できます。
町内・町外あちこちの景色を楽しみながら、一緒に歩いてみませんか？
興味のある方は、ぜひお問合せください。

●**日　　程**　４月～11月の第２・４水曜日(月２回)
※４月は23日のみ(総会、ウォーキング)です。
総会は、就業改善センターで行います。
※就業改善センター前に集合となります。
●**持 ち 物**　万歩計、歩きやすい服装、タオル、水など
●**会　　費**　2,500円(傷害保険料含む)　★おつりのないように、お願いします。
●**申込期限**　４月４日㈮まで

■あなたのこころ、お元気ですか　～３月は自殺対策強化月間です～

もしあなたが悩みや不安を抱えて困っているときには、相談できる場所があります。
電話やSNSなどいろいろあるので、ご希望の窓口を選んでみませんか。
どうか、ひとりで悩まないでください。

【まもろうよこころ】
で検索

●電話相談窓口

悩みごと		相談窓口	電話番号	受付時間	通話無料
死にたいくらいつらい		青森県立精神保健福祉センター『こころの電話』	017-787-3957 017-787-3958	9：00から16：00まで※	
		こころの健康相談 統一ダイヤル	おこなおう　まもろうよ　こころ 0570 - 064 - 556	9：00から16：00まで※ 18：30から22：00まで※	
ひきこもり		青森県ひきこもり地域支援センター	017-787-3953	9：00から16：00まで※	
夜間対応	どんな人のどんな悩みでも	よりそいホットライン	つなぐ　ささえる 0120-279-338	毎日24時間	○
	死にたいくらいつらい	NPO法人 あおもりいのちの電話 相談電話	0172-33-7830	毎日12：00から21：00まで	
		県民のための自殺予防 いのちの電話	0120-063-556	毎日1日・15日 12：00から21：00まで	○
		一般社団法人 日本いのちの電話連盟 ナビダイヤル	0570-783-556	毎日10：00から22：00まで	
		『自殺予防いのちの電話』 一般社団法人 日本いのちの電話連盟	0120-783-556	毎月10日 午前8：00から翌日午前8：00まで	○
精神保健福祉相談 （精神・神経・飲酒などの相談）		上十三保健所	0176-23-4261	予約必要 毎月第３水曜日 13：00から14：00まで※	
どこに相談したらいいのかわからない		六戸町役場　福祉課	0176-55-4597	平日8：30から17：00まで※	

※土日、祝日、年末年始を除く

■国民年金への加入と届出をお忘れなく！

［問］ 六戸町町民課年金係 ☎0176-55-3431（直通）
八戸年金事務所 ☎0178-44-1742

日本国内に住んでいる20歳以上60歳未満の方で、厚生年金に加入していない方は国民年金の加入、届出をする必要があります。届出は加入するときだけでなく、被保険者種別が変わったときにも必要です。もし、届出をしなかった場合、年金額が少なくなったり、受け取れない場合もありますので、必ず届出を行ってください。

●年金被保険者の種類について

年金被保険者の種類	概　要
第１号被保険者	20歳以上60歳未満で自営業やフリーランスの方、求職中の方。 第２号・第３号被保険者でない方。 保険料は一律です。
第２号被保険者	会社員や公務員など、厚生年金保険・共済組合に加入している人。 加入手続きや保険料納付は会社等が行ってくれますので自分で行う必要はありません。
第３号被保険者	第２号被保険者の被扶養配偶者である20歳以上60歳未満の方。 保険料は、拠出金で賄われるため個別の保険料納付はありません。

《第１号被保険者になったときは手続きが必要です！》

●届出が必要なとき

・第２号被保険者以外の方が２０歳になったとき
・仕事を辞めたことにより厚生年金等の資格を喪失したとき
・勤務時間が減ったことで厚生年金等の資格を喪失したとき
・配偶者が離職して第３号被保険者でなくなったとき

●手続きに必要なもの

（１）厚生年金等の資格喪失日のわかる書類（離職票、退職証明書等）
（２）基礎年金番号（年金手帳、基礎年金番号通知書等）
　　または個人番号のわかるもの（マイナンバーカード、通知カード等）
（３）本人確認書類

●届出先

役場町民課（１階１番窓口）
※社会保険等（社保）から国民健康保険（国保）に変わる方は、年金と併せて手続きします。
　国保加入に必要な書類は、別途お問い合わせください。

⚠手続きを忘れがちなケース

・退職して保険証が任意継続になった　⇒　年金に任意継続はありません！
・離職したが保険証は親の扶養に入った　⇒　配偶者以外は第３号被保険者になれません！

詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。　https://www.nenkin.go.jp/

令和７年３月分の国民年金保険料の納付期限は令和７年４月30日㈬です。

農業委員会だより第30号

■農作業安全に係る伐採造材作業従事者(チェーンソー)安全衛生特別教育

１月10日・11日に農作業安全に係る伐採造材作業従事者（チェーンソー）安全衛生特別教育が七百地区公民館および七百地区内山林にて開催され、農業委員・農地利用最適化推進委員・農業委員会事務局等32名が参加しました。

今回の講習会については農業委員の斎藤正さん、下田利昭さんが主となり、農業委員・農地利用最適化推進委員に対して、労働安全の意識向上および資格取得を目的として企画し開催に至りました。

六戸町農業委員であり、労働安全コンサルタントおよび農作業安全アドバイザーの資格を持つ斎藤正委員に講師を務めていただきました。同委員は、元建設会社社員で昭和60年より上北労働基準協会各種講習会の専任講師を務めており、今回の講習会の内容以外にも熱中症予防、刈払機、フォークリフト等の様々な労働安全に係る教育・指導について長年に渡り活動されております。

初日の座学では、チェーンソーの取扱いのみならず作業安全に係る全般の座学が行われました。安全衛生法に基づく6つの法的義務について説明があり、無資格就労の禁止といった安全に関する事項について指導がありました。また、県内での事故の事例も踏まえ安全意識を高めることがいかに重要であることかを学びました。

２日目の実技では実際にチェーンソーを利用し、３人１組で安全確認の声かけを行いながら、木の伐採を行いました。伐倒方向の確認を入念に行い、参加者全員が無事に予定していた方向へ木を倒すことができました。

今後も農業委員として地域の安全意識を高めるために率先して活動していくことが重要だと感じました。農作業事故の防止のために非常に有意義な講習会となりました。

農業委員　　松嶋清治

木を伐採する下田利昭委員

春のお彼岸

メイプルふれあいセンター
道の駅ろくのへ

彼岸だんご

１パック（５個入り）　900円(税込)　予約開始：３月１日(土)から

３月						
日	月	火	水	木	金	土
						1 予約受付中
2 予約受付中	3 予約受付中	4 予約受付中	5 予約受付中	6 予約受付中	7 予約受付中	8 予約受付中
9 予約受付中	10 予約受付中	11 予約受付中	12 予約受付中	13 予約締切	14	15
16 販売日	**17 彼岸入り 販売日**	18	19	**20 中日 販売日**	21	**22 販売日**
23 彼岸明け 販売日	24	25	26	27	28	29
30	31					

店頭販売分もご用意いたしておりますが、数量に限りがございますので、ぜひ早めのご予約をお願いします。

［問］　道の駅ろくのへ　☎0176-55-4134

■「農業者年金」でしっかり積み立て!がっちりサポート 安心で豊かな老後を!

［問］ 六戸町農業委員会
☎ 0176-55-4509

・あなたの老後生活への備えは十分ですか?
・年金は家族一人ひとりについて準備することが大切です。
・老後の備えは「国民年金」プラス『**農業者年金**』が基本です。

●農業者年金の特徴

① 国民年金の被保険者で、年間60日以上農業に従事されている方は誰でも加入できます。
② 保険料は月額２万円から６万７千円まで自分で選べ、いつでも見直しできます。
③ 支払った保険料は全額が社会保険料の控除対象になり、所得税・住民税の節税になります。
また、将来受け取る年金には公的年金等控除が適用されます。
④ 積立方式で少子高齢化が進んでも制度の安全性は損なわれません。
⑤ 80歳保証付きの終身保険です。
⑥ 認定農業者など一定の要件を満たす方には、保険料の国庫補助もあります。

■「全国農業新聞」を購読しませんか

［問］ 六戸町農業委員会
☎ 0176-55-4509

―農家の思いを伝え農業・農村の「未来」をともに考えます―　毎週金曜日発行　月額700円（消費税込）

全国農業新聞は、地域農業者の代表機関である農業委員会のネットワークが発行する週刊の農業総合専門紙です。

① わかりやすい農政解説！
② 農業経営に役立つ情報を満載！
③ 地域づくりのヒントや事例がいっぱい！
④ くらしや生活に役立つ話題がいっぱい！

詳しくは農業委員会またはお近くの農業委員・農地利用最適化推進委員までお問い合わせください。

■後期高齢者医療制度に加入されている方へ

［問］ 青森県後期高齢者医療広域連合　☎ 017-721-3821
六戸町町民課　☎ 0176-55-4612

●新たに後期高齢者医療制度に加入された方の保険料の納め方について

保険料は年金からの天引き（特別徴収）が原則ですが、新たに後期高齢者医療制度に加入された方は年金からの天引きが開始されるまで時間がかかるため、加入当初は納付書で納めていただくことになります。

口座振替を希望される場合は手続きが必要です。これまで国民健康保険税を口座振替で納めていた方も、改めて手続きが必要です。

●保険料は納期限内に納めましょう

保険料の納付にお困りの方は市町村窓口へご相談ください。災害により住宅等に著しく損害を受けたり、特別な事情により世帯主の収入が著しく減少した場合など、保険料の減免が認められることがあります。

お知らせ

春のみんなの〝のぞみ〟食堂＆子どものあそび場in小松ケ丘

●**日時** 令和7年3月15日㈯
10時から14時まで
（最終受付 13時30分）

●**場所** 小松ケ丘地域交流館
（六戸町小松ケ丘5－77－686）

●**主催** 小松ケ丘コミュニティ活性化実行委員会

●**共催** みんなの〝のぞみ〟食堂実行委員会

●**内容**
〈子どものあそび場in小松ケ丘〉
子どもたちが楽しめるゲームコーナーを行い、地域とのふれあいの場を提供します
○紙ひこうき大会
1回目 11時から12時まで
2回目 13時から14時まで
○三輪車レース
受付 10時から11時30分まで
レース開始 13時から
○スタンプラリー、輪投げ、ボール投げ
10時から14時まで
〈みんなの〝のぞみ〟食堂〉
○みんなの食堂
（誰でも安価で利用できる子ども食堂）
子ども100円、大人300円程度で食事を提供します
メニュー カレーライス

●**お問い合わせ**
小松ケ丘コミュニティ活性化実行委員会
みんなの〝のぞみ〟食堂実行委員会事務局 吉田まで
☎090・2169・9286
FAX0176・50・1755
（福）希望内 実行委員会事務局 宛
hono-bono.nozomi@poem.ocn.ne.jp

マイナンバーカード交付窓口のお知らせ

マイナンバーカードの受取りは原則ご本人です。そのため、平日の開庁時間内の受取りが難しい方へ交付窓口を開設します。マイナンバーカードを以前から申請していて、まだ受け取りをされていない方もこの機会をご活用ください。
ご予約が多数となった場合は、受付を締め切らせていただく場合もございますので、ご了承ください。

●**休日開設日**
9時から13時まで
3月8日㈯、16日㈰、29日㈯

●**平日夜間開設日**
17時から19時まで
3月12日㈬、26日㈬

※**要電話予約 電話受付時間**
平日8時15分から17時まで
※ご本人が病気・入院・施設入所などのやむを得ない理由によって、来庁が困難な場合に限り、代理人に委任することができます。その際には、別途必要書類がありますので、事前に町民課までお問合せください。
※休日開設日にカードの受取りを希望される方は、平日にお電話にてご予約をお願いします。

●**交付予約・お問い合わせ**
六戸町町民課
☎0176・55・3111
内線121

青森県特定（産業別）最低賃金改定のお知らせ

必ずチェック最低賃金！
使用者も、労働者も
1 令和6年12月21日からの金額は、次のとおりです。
※（ ）内は改定前の金額です。

①鉄鋼業
時間額 **1,045円**（992円）

②電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業
時間額 **968円**（927円）

③百貨店、総合スーパーマーケット、その他の各種商品小売業
※令和6年4月1日から日本産業分類が変更されたことに伴い、件名が変更となりましたが、適用範囲は、これまでと変更ありません。
時間額 **956円**（921円）

④自動車小売業
時間額 **963円**（923円）
2 青森県で働く全ての労働者及び使用者に適用される**「青森県最低賃金」**は、令和6年10月5日から時間額**953円**に改定されています。
3 詳しくは、青森労働局ホームページからもご覧になれます。
（https://jsite.mhlw.go.jp/aomori-roudoukyoku/）

●**お問い合わせ**
青森労働局労働基準部賃金室
☎017・734・4114

相談会情報

不動産無料相談会

宅建協会三十むつ支部主催の不動産相談会を開催します。不動産の宅地建物取引（売買、賃貸借）等に関する相談、苦情等について、専門家が対応します。
（要予約【相談日の7日前まで】）

●**日時**
3月18日㈫
13時30分から15時30分まで

●**場所**
六戸町就業改善センター
1階相談室

●**お問い合わせ・予約先**
六戸町まちづくり推進課
☎0176・55・2411

ぐるっとNAVI
上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

十和田市 げんびオープン　ステージ2024

●**開催日時**　令和７年３月15日㈯
●**開催場所**　十和田市現代美術館 カフェ
［問］　十和田市現代美術館　☎0176-20-1127

令和６年度 自衛官等採用案内

第１回一般幹部候補生（一般・飛行）

●**資格**
令和7年4月1日現在22歳以上26歳未満の方
（修士課程修了者は28歳未満の方）
●**受付期間**
令和７年３月から開始予定
●**試験期日**
〈１次試験〉令和７年４月予定※
〈２次試験〉令和７年５月予定※
〈３次試験〉（飛行要員のみ）
令和７年６月予定※
●**処遇**
［３尉任官時］　大学修了者
月額：296,100円

歯科・薬剤科幹部候補生

●**資格**
専門の大卒（見込含）
令和７年４月１日現在20歳以上30歳未満の方
（薬剤科は20歳以上28歳未満の方）
●**受付期間**
令和７年３月から開始予定
●**試験期日**
〈１次試験〉令和７年４月予定※
〈２次試験〉令和７年５月予定※
●**処遇**
［３尉任官時］　大学修了者
月額：296,100円

一般曹候補生

●**資格**
18歳以上33歳未満の方
●**受付期間**
令和７年３月から開始予定
●**試験期日**
別途連絡します。
●**処遇**
［初任給］　**月額：224,600円（高卒）**
月額：239,600円（大卒）

自衛官候補生（任期制）

●**資格**
18歳以上33歳未満の方
●**受付期間**
年間を通じて行っております。
●**試験期日**
別途連絡します。
●**処遇**
［初任給］　**月額：224,600円（高卒）**
月額：239,600円（大卒）

予備自衛官補（技能・一般）

●**資格**
〈技能〉18歳以上で各種国家免許資格等を有する方（国家免許資格等の細部についてはお問い合わせください。）
〈一般〉18歳以上52歳未満の方
●**受付期間**
令和７年１月22日から令和７年４月11日まで
●**試験期日**
令和７年４月６日～21日※
●**処遇**
［身分］非常勤特別国家公務員
［教育訓練招集手当］
日額：11,800円
※試験日については、別途指定されます。
処遇については、令和６年４月現在のものです。

細部は下記までお問い合わせください。
〒033-0037　三沢市松園町三丁目６-16　中野プラザビル2F（ユニバース松園店隣）
自衛隊青森地方協力本部　三沢募集案内所
☎・FAX 0176-53-1346　（平日：８時45分から17時30分まで）
メール　aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp

有料広告

● 各種印刷、デザイン、イラスト制作
名刺、チラシ、パンフレット、自費出版物、Tシャツ、のぼり旗、横断幕etc.
● オリジナルシール、POP、ステッカー制作
自由自在に切り抜き可能です
● 写真、動画撮影・編集
小ロットでも承ります
お気軽にご相談ください

株式会社六戸中央印刷
〒039-2371
青森県上北郡六戸町犬落瀬字明土67-1
Tel 0176-55-3982/Fax 0176-55-5358
rokuchuuou1032@bz01.plala.or.jp

消防署だより

■救急車の適正利用をお願いします！

［問］ 六戸消防署 ☎0176-55-2016

令和６年の六戸消防署救急出動件数は475件でした。令和５年に比べ１件減少していますが、10年前（平成26年）と比べると147件増加しています。また、全国的にも増加しており、そんな中、軽い症状でも救急車を利用する人が増え社会問題になっています。救急要請が重なることにより、到着が遅くなるケースも増えると考えられ、心筋梗塞・脳卒中・大けがなど緊急を要する場合に救える命が救えなくなります。救急車は台数に限りがあり、本当に救急車が必要としている人のもとへ迅速に駆けつけられないということがないよう、119番通報する前に、自家用車やタクシーでは行けないのか、本当に救急車が必要なのかを考えてみましょう。救急車を必要とする人のために、ご理解とご協力をお願いします。

■まだまだ新型コロナ、インフルエンザ流行中！

警報や注意報が解除になっても、あなたの周りからウイルスがいなくなったわけではありません。マスクの適宜な着用、うがい、石鹸による手洗いや手指の消毒および室内の換気をするなど、**「感染しない、感染させない」**をこころがけましょう。

消防署では、応急手当の講習会（救急法）の依頼を随時受け付けております。
お気軽にご相談ください。

警察署だより

■マイナ免許証の運用開始について

［問］ 十和田警察署 ☎0176-23-3195
六戸駐在所 ☎0176-55-2110

マイナンバーカードに運転免許証及び運転経歴証明書の情報を記録する「マイナ免許証」が令和７年３月24日㈪から運用開始となり、希望者はマイナ免許証に変更することができるようになります。

●運用開始後の運転免許証の保有方法（次の３パターンから選択可能）

① 運転免許証のみ（今までどおり）
② マイナ免許証のみ
③ マイナ免許証と運転免許証の２枚

●マイナ免許証のメリット

優良運転者及び一般運転者の方はオンライン講習が受講可能です。ただし、オンライン講習後の更新手続きは、青森県運転免許センター又は弘前、八戸、むつ自動車運転免許試験場で行う必要があります。

●マイナ免許証への変更・更新手続きについて

青森県運転免許センターまたは弘前、八戸、むつ自動車運転免許試験場で、マイナンバーカードのＩＣチップ内に免許情報を記録する必要があります。

※ 十和田警察署では手続きできません。

詳しくはこちら▶

**令和７年３月
十和田警察署
運転免許更新時
講習案内**

優良運転者講習 ３日㈪、４日㈫、７日㈮、10日㈪、11日㈫、14日㈮、17日㈪、18日㈫、21日㈮、24日㈪、25日㈫、28日㈮、31日㈪
一般運転者講習 ７日㈮、10日㈪、14日㈮、21日㈮、24日㈪、28日㈮
初回運転者講習 10日㈪、24日㈪
違反運転者講習 ７日㈮、14日㈮、21日㈮、28日㈮

令和７年

3月

●主な施設の休館日

図　書　館　３月31日㈪まで
文化ホール　24日㈪

■小松ケ丘出張所開所日〔毎週㈫〕

４日・11日・18日・25日

1	土	
2	日	
3	月	
4	火	**心配ごと相談所**（六戸町老人福祉センター）
5	水	
6	木	
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	
11	火	**HIVに関する相談、B型及びC型肝炎検査**（上十三保健所）※**要予約** **ルーシーダットン教室**（総合体育館） **卒業証書授与式**（六戸中、七百中）
12	水	**療育相談**（上十三保健所）※**要予約**
13	木	
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	
18	火	**HIVに関する相談、B型及びC型肝炎検査**（上十三保健所）※**要予約** **卒業証書授与式**（六戸小、大曲小） **不動産無料相談会**（六戸町就業改善センター　1階相談室） **心配ごと相談所、行政合同相談**（六戸町老人福祉センター）
19	水	**精神保健福祉相談**（上十三保健所）※**要予約** **卒業証書授与式**（開知小）
20	木	**●春分の日**
21	金	**4か月・12か月児健診**（就業改善センター） **修了式**（町内小中学校）
22	土	
23	日	
24	月	
25	火	**ルーシーダットン教室**（総合体育館）
26	水	**発達相談**（就業改善センター）※**要予約**
27	木	**上北・五戸地域（合同）暮らしの相談会**（就業改善センター）※**要予約**
28	金	
29	土	
30	日	
31	月	

まちのうごき

（令和７年１月末現在）

人口	10,532人	先月比 -19　前年比 -170
男	5,193人	先月比 -10　前年比 -91
女	5,339人	先月比 -9　前年比 -79
世帯	4,696世帯	先月比 -11　前年比 +7

お誕生

川村　星（ひかり）	上町
（父：陽　母：かおり）	
角　奏樹（かなた）	岡沼
（父：祐樹　母：美穂子）	
附田　都和（とわ）	小松ケ丘
（父：宗馬　母：絵茉）	
沼沢　凰煌（おうき）	七百
（父：未乘　母：叶）	
藤野　椿（つばき）	小松ケ丘
（父：琢磨　母：泰子）	
工藤　詩（うた）	たての台団地
（父：佳輝　母：瑶子）	
吉田　智晴（ともはる）	小松ケ丘
（父：武司　母：咲希）	
種市　釉（ゆう）	赤田
（父：雅　母：美穂）	

ご結婚

四元　秀磨	小松ケ丘
四元　梨央	小松ケ丘

おくやみ

山本義明（87歳）	通目木
川村タカ（87歳）	川原新田
杉山仁志（37歳）	下町
深町シズ（95歳）	高森㈠
佐藤正氣（77歳）	七百
沖沢みさを（92歳）	沖山平
洗平ハナ（104歳）	上吉田
山本誠一（75歳）	通目木
沖沢幸吉（84歳）	沖山
高屋敷チヱ（93歳）	高屋敷
川村一雄（76歳）	川原新田

食生活改善推進員会
おすすめレシピ　Vol.4

かえで食堂

［問］六戸町福祉課
☎0176-55-4597

今月は

はんぺんと豆腐のふわふわ焼き

材　料		4人分
はんぺん		110ｇ
木綿豆腐		160ｇ
かにちらし		30ｇ
万能ねぎ		20ｇ
片栗粉		大さじ1（9ｇ）
和風だしの素		小さじ1/2（1.5ｇ）
サラダ油		大さじ1（12ｇ）
にんじん（付け合わせ）		適量：薄切りにしてゆでておく
和風だし	めんつゆストレート	大さじ1（15ｇ）
	水	500cc
	片栗粉	小さじ1（3ｇ）

作り方

1. 木綿豆腐はペーパーに包んで水切りする。ちぎったはんぺんをすり鉢で粗くつぶし、水切りした豆腐を入れてすり混ぜる。
2. ①に片栗粉と和風だしの素を加えて粗くすり混ぜる。（食感が残る程度に）
3. ②に小口切りした万能ねぎと、かにちらしを混ぜる。
4. ③を8等分し、小判型にする。
5. フライパンにサラダ油を熱して④を中火で焼く。よく焦げ目がついたら裏返して同じように焼く。
6. ⑤と付け合わせの野菜を盛り、和風だし※をかける。

※和風だしの他、ぽん酢、わさび醤油で食べてもおいしい。

和風だしの作り方

・めんつゆと水を弱火で沸騰させる。
・沸騰したら火を止めて片栗粉を入れる。
・全体にとろみがついたら完成。

毎日野菜を350ｇ以上食べましょう

成人1日にとりたい量

ごぼう・・・30g	なす・・・・50g	にんじん・・40g
きゅうり・・30g	たまねぎ・・40g	かぼちゃ・・50g
長ねぎ・・・30g	ほうれん草・30g	トマト・・・50g

野菜350gを調理すると

海藻類やキノコ類で噛む力をつけよう！

毎日の野菜の量が不足すると、ミネラル・ビタミン・食物繊維などの摂取量も不足します。特に、食べ物をよく噛めなくなると、硬い食品を避けるようになり、栄養バランスの崩れにつながるので、野菜に加えてワカメ等の海藻類や、シメジなどのキノコ類も食べましょう。

〔編集発行〕六戸町／青森県上北郡六戸町大字犬落瀬字前谷地60　☎0176-55-3111　FAX 0176-55-3112
3月7日発行　HP▶https://www.town.rokunohe.aomori.jp　Mail▶info@town.rokunohe.aomori.jp