

広報ろくのへ

Rokunohe

かえでのまちの情報誌



May

5

2025
No.718

新しい学校は広くてきれい。さっそく新しい友達ができただけ一緒にブランコでたくさん遊びたいです!

しょうえい
山田 祥榮さん
(七百)

1年

新しい校舎は木の香りがして勉強に集中できそう。六戸学園では、今まで挑戦してこなかった球技を頑張りたい!

りんか
山下 凜花さん
(小松ヶ丘)

1年

4月8日、六戸学園の入学式が、同学園のアリーナで行われました。当日は8、9年生と保護者や来賓が見守る中、新1年生91人と7年生96人はそれぞれ希望を胸に新たな一歩を踏み出しました。

式辞では、二ツ森校長が「この木のぬくもり溢れる広々とした六戸学園でこれから始まる学校生活は、みなさんにとってかけがえのないものになるはず。日々努力を重ね、自分の夢に挑戦してください」と新入生を激励。祝辞では、佐藤町長に続き、初代PTA会長の山内一哉さんが「六戸の豊かな自然の中で、六戸だからこそできる教育活動を目指す。校歌にあるように、夢に挑戦六戸学園、未来へ羽ばたく六戸学園、明日へ向かう六戸学園にしていこう」と述べました。

生徒会長の沼尾南風さん(9年)は、「この六戸学園では、みんなが初めてのことがかりだからこそ、何事にも自ら挑戦し、本気で取り組んでいくことが大切。全校児童生徒の力を合わせて新たな学校の歴史と伝統を築いていこう」と呼びかけました。

式の最後には出席した児童生徒、教職員が一堂に会して初めて校歌を斉唱。子どもたちは明るく元気な歌声で校歌を歌い、心を一つにしました。

式が終わると、校舎の中心にある大階段で新入生と保護者の記念撮影が行われ、新たなスタートの瞬間を笑顔で刻みました。



入学式 4月8日

町立義務教育学校六戸学園が開校

開校式典 4月1日



4月1日、青森県内初となる義務教育学校、「六戸町立義務教育学校六戸学園」の開校式典が挙行され、出席した約250人の来賓が六戸町の教育の新たな門出をお祝いしました。

式典では、瀧口教育長が学園の開校を告示したあと、佐藤町長から二ツ森牧彦校長へ新たな校章入りの校旗が手渡されました。

佐藤町長は「六戸学園の児童生徒を町全体で育てていくことが学園成功の鍵。是非、この六戸学園を共に創り、共に育んで参りましょう。六戸学園が、町の新たなシンボルとなり、より良い教育施設となることを願う」と式辞。続いて、六戸学園に深く関わっていたいただいた方への感謝状の贈呈が行われました。

二ツ森校長は「指導の一貫性、学びの系統性・連続性を強化した

教育活動を展開できる義務教育学校の利点を最大限に生かし、児童生徒の実態を考慮した教育活動の推進と新たな校風と歴史を築いていくために全力を尽くす」とあいさつ。続いて、児童生徒を代表し、生徒会長の山内啓路さん(9年)が「今だからこそできることを考え、新たな土台を築き上げていくことが私たちの使命。この学校で新たな歴史と伝統を築き、つなげていく」と新たな学び舎へ力強い決意を述べました。

最後は、佐藤町長や二ツ森校長、下田敏美議長らがくす玉を割り、六戸学園の開校を華やかに祝いました。

この日は歌手中島美華さんがサプライズ登場。六戸学園の校歌を独唱で披露し、会場を盛り上げました。



子どもたちに 安心の 一歩を

小さな注意が 大きな安全に

子どもたちの安全を守ることは、地域みんなの大切な役割です。昨年、町内で7人が死傷する痛ましい交通事故死事故が起きました。あの現場は、子どもたちの通学路にもなっている場所で、多くの方が驚き、不安を感じたのではないのでしょうか。事故はほんの瞬間の油断から起こります。そして、二度と元には戻せません。しかし、私たち一人ひとりの意識で防ぐことができます。六戸町交通安全協会では、街頭でのPR活動や見守り運動などを通じて、地域の安全を呼びかけています。子どもたちが通る道ではスピードを控える、通学時間帯は特に注



六戸町交通安全協会 会長

田中 ^{そうそう}宗藏さん

田中会長は、地域の交通安全活動に長年携わり、街頭での啓発活動や見守り運動を通じて事故のない町づくりを目指しています。

意する、子どもたちへの声掛けや見守りへの参加——小さな行動が子どもたちの命を守ることに繋がります。

六戸の未来を担う子どもたちの笑顔を守るため、これからも地域一丸となって交通安全に取り組んでいきましょう。



交通安全運動の開始に際し、会員に協力を呼びかける田中会長

交通安全街頭PR

ドライバーに安全運転を呼びかける街頭PRを4月7日、旧柳沢駅前交差点で実施。春の交通安全運動期間に合わせて交通安全協会(田中宗蔵会長)が毎年実施しているもので、同会員や警察関係者らが参加しました。昨年9月に交通死亡事故が発生した同交差点は、六戸学園スクールバスの運行経路でもあり、会員らはドライバーに交通ルールの遵守を呼びかけました。



ストップマーク貼り付け作業

交通安全母の会(杉山美穂子会長)は、六戸学園の児童生徒の新学期のスタートに向け、町総合運動公園前の横断歩道に、一時停止と左右の安全確認を促すストップマークの貼り替え作業を行いました。参加した会員は、児童生徒の通学路となる歩道の安全性確保のため、それぞれ危険だと考えられる場所への設置作業を進めていきました。

六戸学園で交通安全教室を実施

六戸学園では児童生徒の交通安全意識を高めるため、全学年を対象に交通安全教室を実施。教職員らがスクールバスの正しい乗り方や自転車の安全な利用方法、徒歩通学時の注意点などを指導しました。

このうち1年生は、実際に六戸学園前の横断歩道を使い、安全な道路の渡り方を実践的に学習しました。



守りたい 子どもの通学

鳥越 美幸さん
(川原新田)



この春、お子さんが小学校に入学した鳥越さんにインタビューをしました。子どもの安全な登下校を願い、家庭での交通安全対策に取り組んでいます。

入学式で予想以上のスクールバスの台数に驚きました。冬はバスの遅延が予想され、子どもたちが停留所で長時間待つことへの不安があります。また、通学路は押ボタン式信号があるものの、隣市からの車が抜け道として使われるため速い車が多く、安心できません。家庭では入学前に子どもと通学路を歩き、危険箇所を確認しました。以前、上の子が雪道で転びランドセルの中身が散乱した経験もあり、油断できません。

六戸学園に子どもがいる保護者は通学路の危険箇所を把握していると思いますが、通るドライバーにも通学路であることを意識してもらえたらと思います。

親としても学校や町任せにせず、家庭での交通安全対策をしっかりとしていきたいですね。



3/17 高齢者叙勲で旭日単光章受章 下田^{まきお}禎男さん おめでとうございます

永きにわたり地方自治に多大な貢献をされたとして、下田禎男さん(七百)が高齢者叙勲・旭日単光章を受章し佐藤町長のもとへ報告に訪れました。

下田さんは、平成11年から通算12年にわたり議員を努められ、平成19年からは副議長を歴任し地方自治発展のために尽力されました。



十文字トヨさん 100歳おめでとうございます

3月22日に満100歳を迎えられた十文字トヨさん(上町)の百歳祝金授与式が有料老人ホーム 二の郷(吉田敏宏施設長)で行われました。式には、トヨさんのご家族 清志さんとその妻 久子さんも出席し、佐藤町長から顕彰状と祝金が、町社会福祉協議会(田中孝雄会長)から花束と記念品が贈呈されました。

向山いせさん 100歳おめでとうございます

4月5日に満100歳を迎えられた向山いせさん(通目木)の百歳祝金授与式が4月7日、町役場応接室で行われました。式には、いせさんのご家族が出席し、佐藤町長から顕彰状と祝金が手渡され、町社会福祉協議会(田中孝雄会長)から花束と記念品が贈呈されました。



4/13 町民に火災予防を呼びかけ 春の防火パレード

春の火災予防運動(4月14日~20日)に先駆け、六戸消防署員と町消防団が防火広報パレードを実施し火災予防を呼びかけました。

パレード後は町総合運動公園で消防訓練が行われ、署員と団員らが揚水や中継送水の手順等を確認し、消防技術と連携強化に努めました。



4/15 クマ対策にご協力いただきました クマ捕獲用の箱わなを寄贈

八戸市にある煙突工事会社の株式会社どりーむテクノより、自社制作のクマ捕獲の箱わなを1基寄贈いただきました。

寄贈に訪れた高森和雄会長は「鳥獣保護とはいえ、クマを野放しにするわけにはいかない。被害防止に役に立ててもらえれば」と話しました。



4/17 良質米の生産に向け、農家ら熱心 水稻の健苗育成現地指導会

田植えが始まる時期を前に小平、折茂、沖山の町内3地区で水稻の健苗育成現地指導会が行われ、約20人のコメ農家らが参加しました。

講師の上北農林水産事務所農業普及振興室三沢分室とおいらせ農協六戸支店指導課の職員が、育苗施設の温度管理を徹底するよう呼びかけました。



図書館外観

六戸学園敷地内に 六戸町立図書館が リニューアルオープンします!

6月1日
より



仕切り付き席



掘りごたつ付きの個室

ここが新しい! 町立図書館のポイント! ☒ Check!

居心地のよい 空間へ

全体的に木のぬくもりを感じられる開放感のある館内。大きな窓からは自然光が差し込み、ゆったりと本に向き合える空間を整えました。

学びと交流の 拠点に

個人でもグループでも利用しやすい多様なスペースを整備。中でも注目は掘りごたつ付きの個室。読書のほか、ちょっとした作業にもぴったりです。

仕切り付き席 を完備

窓際には、一人ひとりの空間を大切に仕切り付きの学習スペースを設置。周囲を気にせず、自分のペースで読書や勉強に取り組める環境です。

図書館利用者カードが 新しくなります ☒ New!

※館内は靴を履いたまま利用可能ですが、一部靴を脱いで利用する場所もあります。

- 図書を借りるには利用者カードが必要です。
- カードは無料で発行できます。
- カード発行時は住所、氏名等確認できるものをお持ちください。



旧カード
(利用不可)



新カード
※名前、バーコード
は裏面につきます



六戸町立図書館

ROKUNOHE LIBRARY

- 開館日 令和7年6月1日(日)
- 場所 六戸学園敷地内
- 電話 0176-55-2866
- 開館時間 午前9時30分から午後7時まで
- 休館日 毎週月曜日・祝日
(年末年始は12月29日から1月3日まで)

令和7年度 六戸町職員配置

六戸町の職員紹介

4月1日付の人事異動により各課職員の配置が決まりました。
()内は、移動前の所属・職名です。

町長 佐藤 陽大
副町長 円子 富浩
教育長 瀧口 孝之

町長事務部局

総務課 【13名】

課長 小林 章
課長補佐 下田 真悟
主幹 附田 慶哉
総括主査 沼尾 春奈
(総務課・主査)

総括主査 松村 祐樹
(総務課・主査)

主査 福沢 夏樹
(建設下水道課・主査)

主査 佐々木 流星
(税務課・主査)

主査 竹内 瑠菜
主事 円子 颯人
(新採用)

運転技能主事 円子 君仁
会計年度任用職員 織笠 順子
会計年度任用職員 小松 臣子
会計年度任用職員 附田 久子

企画財政課 【7名】

課長 吉田 英輔
課長補佐 高田 明宏
(建設下水道課・課長補佐)

主幹 柴田 雅子
主幹 赤平 祐奈
(福祉課・総括主査)

総括主査 青木 進吾
総括主査 島貫 誠士
(企画財政課・主査)

会計年度任用職員 本多 唯紀子

税務課 【10名】

課長 辻浦 宗典
(福祉課・課長)

課長補佐 木村 朝子
主幹 吉田 聖
(総務課・主幹)

主幹 杉山 貴浩
(税務課・総括主査)

総括主査 神 麻子
総括主査 吉本 平
主査 浦崎 幸也
主査 太田 真由
(町民課・主査)

主事 原 尚義
(新採用)

会計年度任用職員 小笠原 菜視子

農政課 【9名】

課長 佐藤 一也
課長補佐 赤石 正之
(企画財政課・課長補佐)

主幹 横手 学
(総務課・主幹)

総括主査 宮古 千尋
(農政課・主査)

主査 川村 駿太
主事 種市 健心
(新採用)

主事 金見 望美
(新採用)

会計年度任用職員 二本柳 美咲
会計年度任用職員 川崎 春菜

まちづくり推進課 【7名】

課長 鈴木 博文
(議会事務局・事務局長)

課長補佐 田中大 輔
総括主査 下田 直人
(まちづくり推進課・主査)

総括主査 小比類巻 雅哉
(まちづくり推進課・主査)

主事 円子 智希
(新採用)

会計年度任用職員 杉山 加奈
会計年度任用職員 折館 千明

町民課 【9名】

課長 佐藤 良一
課長補佐 金渕 秀一
(農政課・課長補佐)

主幹 久田 尚子
主幹 杉山 智恵
(町民課・総括主査)

主査 吉田 駿之介
(建設下水道課・主査)

主事 坂本 彩捺
主事 横浜 優子
(新採用)

主事 橋本 智美
(新採用)

会計年度任用職員 成田 依久美

福祉課 【16名】

課長 館 泰之
(会計課・課長)

課長補佐 松橋 紀幸
(総務課・課長補佐)

課長補佐 苫米地 貴博
主幹 佐々木 愛
主幹 山本 由美子
総括主査 久保田 純一
(福祉課・主査)

主事 起田 佳苗
主事 三上 桃子
(新採用)

栄養士 岩木 亜由美
主任保健師 三浦 しおり
保健師 小比類巻 亜希
保健師 藤田 真実
保健師 新山 遥香
会計年度任用職員 中澤 章子
会計年度任用職員 滝沢 優香

会計年度任用職員 藤田 織江

介護高齢課 【14名】

課長 高橋 宏典
(まちづくり推進課・課長)

課長補佐(総括保健師) 辻浦 智賀子
(福祉課・次長)

課長補佐 佐々木 頼行
(教育課・課長補佐)

主幹 久田 浩貴
(福祉課・総括主査)

総括主査 神 圭太
(福祉課・主査)

主事 中野 裕美
(福祉課・主事)

主事 佐々木 廣平
(新採用)

主事 佐藤 唯翔
(新採用)

保健師 力石 えりか
(福祉課・保健師)

会計年度任用職員 澤 巳 真理子
会計年度任用職員 佐伯 朋子
会計年度任用職員 高橋 和枝
会計年度任用職員 齋藤 里香
会計年度任用職員 湊 里加子

建設下水道課 【8名】

課長 円子 国浩
課長補佐 田中 利明
(建設下水道課・主幹)

主幹 鈴木 健司
総括主査 佐々木 拓也
(農政課・総括主査)

総括主査 木村 竜駆
主事 村上 祐菜
主事 沖澤 理人
(新採用)

主事 永井 佳純
(新採用)

会計課 【4名】

課長 田中 洋
(教育課・課長補佐)

課長補佐 高橋 千秋
(町民課・課長補佐)

総括主査 川原 徹
(再任用)

会計年度任用職員 船橋 忍

議会事務局

【3名】

事務局長 澤口 俊博
(税務課・課長)

事務局次長 小林 恵
総括主査 松橋 美幸

農業委員会事務局

【3名(併任2名)】

農政課長併任事務局長 佐藤 一也
農政課長補佐併任事務局次長 赤石 正之
主査 川村 徹朗

教育委員会事務局

教育課 【27名】

課長 長谷 智
(学校教育係・図書館係)
課長補佐 高間木 誠一
(農政課・主幹)

主幹 吉田 真樹子
(教育課・総括主査)

主査 伊澤 涼
会計年度任用職員 山田 洋子
会計年度任用職員 佐々木 佑子
会計年度任用職員 北向 陽子
会計年度任用職員 原 香織
会計年度任用職員 岩崎 淳子

(社会教育係)

課長補佐 佐々木 和仁
主幹 井川 静香
会計年度任用職員 水頭 花澄
会計年度任用職員 竹鼻 一男

(スポーツ係)

課長補佐 吉田 和彦
(会計課・課長補佐)

主幹 渡辺 祐希
(町民課・主幹)

総括主査 森田 俊介
主事 田中 智大
(税務課・主事)

会計年度任用職員 赤石 香織
(学校教育指導室)

室長 上原子 孝始
指導主事 外崎 綱一
(新採用)

会計年度任用職員 山内 亮悦
会計年度任用職員 畑山 ゆかり
会計年度任用職員 内海 浩幸
会計年度任用職員 木村 明美

ALT(外国語指導助手) ガブリエル・ガーニー
エイミリアス・ガラスカ
アンドリュー・ヘイマンズ

国民健康保険診療所

【18名】

所長 松山 淳
副所長 高橋 浩司
事務長 柴山 英夫
事務次長 岡山 泰之
総括主査 鳥越 直子
主任薬剤師 高橋 優子
主任薬剤師 川村 永夫
臨床検査主任技師 滝内 香里
臨床検査主任技師 石川 玲
診療放射線技師 高森 高明
会計年度任用職員 看護師長 若槻 律子
主任看護師 廣橋 千賀子
主任看護師 大久保 多美子
主任看護師 下林 英里香
(国民健康保険診療所・看護師)

主任看護師 福田 桐子
(国民健康保険診療所・看護師)

看護師 田中 裕美
看護師 宮城 りみ
看護師 堤 亜紀

退職(3月31日付)

教育課指導主事 浪岡 貞治
(青森県教育委員会へ)

教育課指導主事 横山 祥人
(青森県教育委員会へ)

＼ 六戸町役場で働こう！ ／

六戸町職員採用試験

(令和8年4月1日採用)



募集内容

職 種	採用予定人	受付期間	試験日程	採用予定年月日
一般行政職 (大学卒業程度)	2 名程度	5 月 7 日(水) ～ 5 月26日(月)	一次試験 7 月13日(日) 二次試験 8 月上旬予定	令和 8 年 4 月 1 日
保健師	1 名程度			
社会福祉士	若干名	7 月 4 日(金) ～ 7 月25日(金) (予定)	詳細は広報ろく のへ 7 月号と町 ホームページに 掲載予定	
一般行政職 (短大卒業程度)				
一般行政職 (高校卒業程度)				
消防 (高校卒業程度)				
一般行政職 (社会人枠)				

詳細は六戸町ホームページをご覧ください。

六戸町 職員採用試験

検索



六戸町
ホームページ

■マイナ保険証利用時に、電子証明書の有効期限のアラートが表示された方は、更新のお手続きをお願いします

【問】 六戸町町民課
☎0176-55-3111(内線123)

■電子証明書の有効期限について

電子証明書の有効期限は、年齢問わず発行日から5回目の誕生日までです。

- ・有効期限の2～3か月前を目途に有効期限通知書が送付されます。有効期限通知書が届いた方は窓口でお手続きをするようにお願いします。

(通知が来ていなくても有効期限の3か月前から更新ができます。)

※電子証明書は健康保険証利用時や、インターネットサイト等にログイン等をする際に利用します。

■マイナンバーカードそのものの有効期限について

発行日から10回目の誕生日(未成年者は5回目)までです。

余裕をもってお早めに窓口で更新お手続きをお願いします。なお、電子証明書の有効期限が切れていても、窓口でお手続きを行うことができます。

■令和7年3月17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	委第8号(教委第9号)	六戸学園スクールバス10号車運行業務	入札不成立	

■令和7年3月26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	委第20号(六診委第3号)	薬局補助業務	興和ビルメンテナンス(株)	2,589,000 円
2	総印第1号	広報ろくのへ印刷製本業務	(株)六戸中央印刷	7,046,400 円
3	議印第1号	ろくのへ議会だより印刷製本業務	(株)六戸中央印刷	2,091,200 円
4	委第19号(教委第10号)	六戸学園ICT支援員配置業務	(株)ナスコ	5,600,000 円
5	委第9号(教委第2号)	六戸学園一般廃棄物収集運搬業務	県南清掃(株)	1,100,000 円
6	委第18号(下水委第7号)	公共下水道マンホールポンプ等維持管理業務	県南環境保全センター(株)	8,000,000 円
7	委第11号(下水委第6号)	下水道使用料改定支援業務	ビズアップ公共コンサルティング(株)	3,500,000 円
8	工第2号(建設第2号)	町道穴埋め工事	(有)伸栄建設	5,110,000 円
9	工第1号(建設第1号)	舘野公園支障木伐採工事	(有)吉田造園企画	4,350,000 円
10	委第12号(建設委第1号)	舘野・おおとり公園芝生等管理業務	金沢造園	6,500,000 円
11	委第13号(建設委第2号)	舘野公園枯れ枝剪定業務	金沢造園	2,000,000 円
12	建設委第7号	小松ヶ丘公園芝生等管理業務	下道建設(株)	2,130,000 円

■軽自動車税の減免申請期限は6月2日まで！ [問] 六戸町税務課 ☎ 0176-55-4494

身体などに障がいがあり、下表に該当する場合は軽自動車税が減免となります。
これまでに減免申請された方も改めて申請が必要です。



■申請期限 6月2日(月)まで

■対 象 次の(1)から(3)のいずれかに該当する場合

- (1) 身体などに障がいがある方が所有し、自らが運転する軽自動車
- (2) 身体などに障がいがある方が所有し(生計を一にする方が所有する場合を含む)、
生計を一にする方が障がいのある方のために運転する軽自動車
- (3) 身体などに障がいのある方が所有し、その方を常時介護する方が運転する軽自動車(障がいがある方のみの世帯に限る)



※減免となる軽自動車税は障がいがある方1名につき1台分のみです

■必要書類

- (1) 軽自動車税減免申請書(税務課窓口や町ホームページ上にあります)
- (2) 納税通知書(5月上旬に発送いたします)
- (3) 軽自動車を運転する人の運転免許証またはマイナ免許証
- (4) 軽自動車の所有者のマイナンバーカードまたはマイナンバー通知カード
- (5) 自動車検査証
- (6) 下表の各種手帳 ※(3)～(6)は写し可(ただしマイナ免許証は除く)

《表 身体障害者手帳等の交付を受けている方の減免対象範囲》

手帳の種類		障がいの程度											
療育手帳		A											
精神障害者保健福祉手帳 (通院医療費受給者番号の記載があるもの)		1級											
戦傷病者手帳		税務課にお問い合わせください											
障害の区分	運転者・等級	本人運転						生計同一者・常時介護者運転					
		1級	2級	3級	4級	5級	6級	1級	2級	3級	4級	5級	6級
身体障害者手帳	視覚障がい	○	○	○	○			○	○	○	○		
	聴覚障がい		○	○	○				○	○			
	平衡機能障がい			○		○				○			
	喉頭摘出による音声機能障がい			○									
	上肢不自由	○	○					○	○				
	2級：2級の1または2級の2に該当する場合												
	下肢不自由	○	○	○	○	○	○	○	○	○			
	3級：3級の1に該当する場合												
	体幹不自由	○	○	○		○		○	○	○			
	乳幼児期以前の非進行性脳	○	○					○	○				
	病変による運動機能障がい	○	○	○	○	○	○	○	○	○			
	心臓機能障がい	○		○	○			○		○	○		
	腎臓機能障がい	○		○	○			○		○	○		
	呼吸器機能障がい	○		○	○			○		○	○		
	ぼうこうまたは直腸機能障がい	○		○	○			○		○	○		
	小腸機能障がい	○		○	○			○		○	○		
	ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい	○	○	○	○			○	○	○	○		
	肝臓機能障がい	○	○	○	○			○	○	○	○		

■その他減免対象の軽自動車

- ・公益のために直接専用するものと認められる軽自動車
- ・構造が専ら障がいのある方の利用に供する軽自動車(車いす移動車、入浴車など)

※必要書類等については税務課までお問い合わせください。

■国民年金保険料をスマホアプリで 納付できます！

【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

国民年金保険料の納付方法に、現金、口座振替、クレジットカード、Pay-easy等の納付に加え、**スマートフォンアプリを使用したキャッシュレス決済での納付**ができるようになりました。

◇納付書のバーコードを決済アプリで読み取るだけで、簡単に納付することができます。

◇いつでもどこでも、自分の時間に合わせて納付できます。

◇30万円を超える額の納付書、延滞金納付書はスマホ決済できません。

■利用可能な決済アプリ

- ・ a u P A Y ・ 楽天ペイ
- ・ d 払い ・ AEONペイ
- ・ P a y B ※ ・ P a y P a y

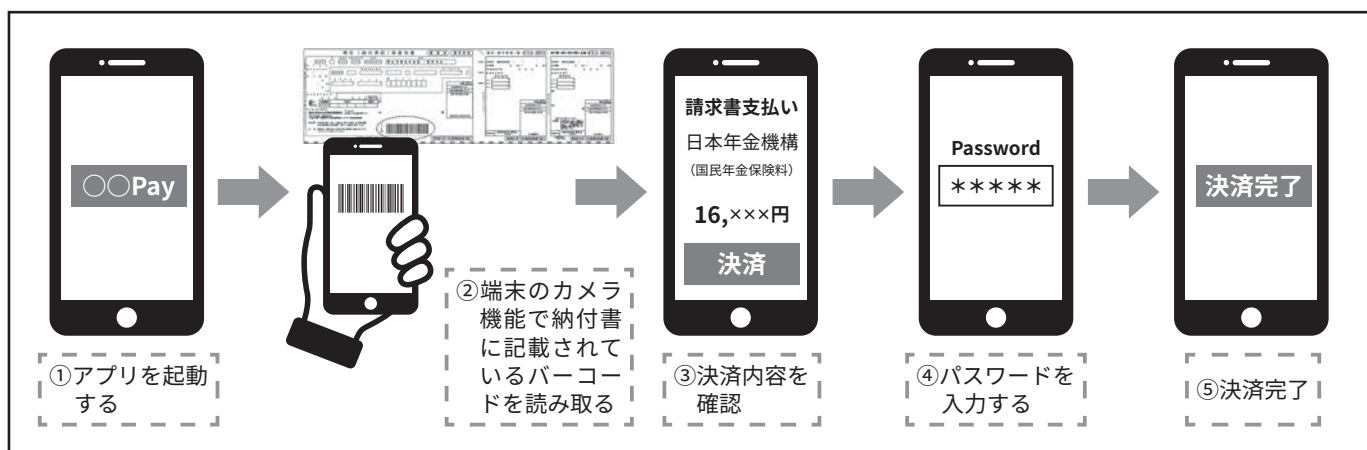
※詳細は、PayBのアプリ上の情報、またはPayBホームページをご確認ください。、または、PayBホームページをご確認ください。

■納付に必要なもの

- ・ 領収(納付受託)済通知書(納付書)
- ・ スマートフォン
- ・ 決済アプリ※

※初めて利用する方は対応する決済アプリをダウンロードし、利用者登録を行ってください。

■スマホ決済の流れ(イメージ)



【注意点】

- ・ 決済アプリの詳しい使用方法・利用条件等は、各決済事業者にご確認ください。
- ・ スマホ決済後の納付書は、コンビニ・金融機関等で使用しないようご注意ください。

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5月分の国民年金保険料の納付期限は令和7年6月2日(月)です。

受講生募集

■目と耳の両方に不自由がある方を支援するための講座

■日 時

令和7年6月15日(日)から11月16日(日)まで
10時から15時まで、多少変更あり
隔週日曜日全12回 48時間

■会 場

青森市中央3丁目17-1
アピオあおもり 小研修室

■内 容

盲ろう者向け通訳・介助員養成
盲ろう者とのコミュニケーション方法や、外出時
などのサポートの仕方などを学んでいただき、盲
ろう者の社会参加をお手伝いする人材を育成しま
す。

■対 象

一般県民
手話・点字・介助技術など未経験の方も受講でき
ます。

■人 数

8人
年齢・障がいの有無は不問、情報保障有り

■料 金

無料
テキスト代のみ自己負担 1,760円

■申込期日

5月1日(木)から5月23日(金)まで

■申込・お問い合わせ

チラシ裏面もしくはHP画面の申込書にて
チラシは、市町村等の窓口並びにHPをご覧ください

青森県盲ろう者支援会

☎・FAX 0172-34-1850(神 邦泰)

✉ k-jin1053@cronos.ocn.ne.jp

講座URL <http://w3a.in/mourou/>



ホームページQR

■自動車税(種別割・環境性能割)の減免制度

【問】 上北県税事務所 納税管理課

☎ 0176-22-8111(内線211~214)

身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育(愛護)手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方またはその
方と生計を一にする方、もしくは常時介護者が、それらの手帳の交付を受けている方の通院や通学等のために自
動車を使用している場合で、その障がいの程度や自動車の使用状況などが一定の条件に該当するときには、申請
により自動車税(種別割・環境性能割)、軽自動車税環境性能割の減免を受けることができます。

すでに減免を受けている方は、5月に送付される「自動車税(種別割)減免予定通知書」の内容をご確認ください。
申請した内容に変更があった場合には、変更手続きが必要です。

制度・申請についての詳細は、県税事務所までお問い合わせください。

※減免の対象となる自動車は、軽自動車を含め、手帳の交付を受けている方1人につき1台に限られます。軽自
動車税種別割の減免制度につきましては、主たる定置場所在の市町村にお問い合わせください。

■後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

【問】 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎ 017-721-3821

六戸町民課 ☎ 0176-55-4612

■交通事故等にあったとき

交通事故や暴力等、第三者(自分以外の人)の行為によって負傷され、マイナ保険証、被保険者証または資格確認
書を使って治療を受けたときは、必ず役場町民課へ届出してください。また、自損事故の場合も届出が必要です。
詳細については、役場町民課または青森県後期高齢者医療広域連合までお問い合わせください。

第33回青森県障がい者 スポーツ大会について

【問】 青森県障がい者スポーツ実行委員会事務局(ねむのき会館)
☎ 017-738-5033 / FAX 017-738-0745
✉ kenspo@nemunoki.jp

■ 日程・会場

日程・会場	競技名等	会場
令和7年8月31日(日)	開会式・陸上 フライングディスク	新青森県総合運動公園 陸上競技場 同 補助陸上競技場
令和7年9月6日(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
令和7年9月7日(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)
令和7年9月14日(日)(予定)	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(予定)
令和7年9月14日(日)	ボウリング	アオモリボウル
令和7年9月28日(日)	バレーボール 卓球競技 水泳	新青森県総合運動公園メインアリーナ 同 サブアリーナ 同 50mプール

■ 参加資格

令和7年4月1日現在12歳以上で、

- ①身体障害者手帳を所持する者
- ②原則として愛護手帳を所持する知的障がい者
- ③原則として精神障害者保健福祉手帳を所持する者

■ 参加費

無料(ボウリング競技のみゲーム代・貸しシューズ代が必要です)

■ 申込期間

令和7年5月7日(水)から令和7年6月13日(金)まで

■ 申込先

各市町村障がい福祉主管課

■ その他

- ①第33回青森県障がい者スポーツ大会は、第25回全国障害者スポーツ大会(青森大会)の予選会となります。
- ②ボウリング競技のゲーム代金額は、4月下旬に各市町村へ送付予定のボウリング競技実施要綱に記載します。
- ③チャレンジクラスも前大会同様に実施予定ですが、確定ではないため詳細は大会実施要綱(4月下旬公表予定)を参照してください。

● 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

■令和7年度 六戸町二十歳のつどいのお知らせ

【問】 六戸町教育委員会教育課(六戸町文化ホール内)
☎ 0176-55-5511
✉ shakyo@town.rokunohe.aomori.jp

六戸町では、今年度20歳を迎える皆さんを対象とした「二十歳のつどい(旧称：成人式)」を開催します。

■日 時 令和7年8月15日(金) 午後2時

■場 所 六戸町文化ホール

■対象者

平成17年4月2日から平成18年4月1日生まれの今年度20歳到達者で、原則次のいずれかに当てはまる方

①町内在住 ②町内小学校または中学校卒業生

※該当者で転出入等により案内文書が届かないことがあります。該当すると思う方または心当たりのある方はお問い合わせください。

実行委員募集

式典の企画・運営を行い、終了後に「二十歳を祝う会(懇親会)」を行う実行委員を募集します。
たくさんのご応募をお待ちしております。

【応募条件】 報酬や謝礼はありませんが、年齢や経歴は一切問いません。

- ・自分たちで式典を作りたい方
- ・先輩、後輩、同級生の新たな門出を祝いたい方
- ・イベントの企画・運営に携わりたい方
- ・就職活動等でアピールしたい方

【実行委員会の開催】 8月上旬まで定期的に会議や式典に向けた準備をします。

【応募方法】 6月6日(金)までに教育課(社会教育係)へEメールまたは電話でお申し込みください。

■令和7年度 まちカフェ「メイプル」を開催します



このカフェは、安心してすごせる地域づくりをめざし、認知症の方やその家族・友人など、どなたでも気軽に集うことができる場所です。皆さんでお茶を飲みながらおしゃべりしてみませんか。参加希望される方は電話にて申し込みお願い致します。

〈令和7年度まちカフェ「メイプル」予定表〉

日にち	内 容	時 間	場 所
5月28日(水)	体にやさしいおやつを作ってみよう!	14時から15時まで	小松ヶ丘地域交流館
6月11日(水)	認知症認定師のおはなし	〃	小松ヶ丘地域交流館
7月29日(火)	季節を感じる作品作り	13時30分から15時まで	包括支援センター
8月26日(火)	体にやさしいおやつを作ってみよう!	〃	包括支援センター
9月30日(火)	もの忘れ・健康相談	〃	市日
10月28日(火)	布切り絵に挑戦!	〃	老人福祉センター
11月25日(火)	脳トレーニング	〃	老人福祉センター
12月23日(火)	運動で認知症予防!	〃	老人福祉センター

その他にも……

☆七百カフェ：にこにこ七百 毎月第3日曜日 (13時～)

☆大曲カフェ：大曲公民館 毎月第2火曜日 (10時～) でも実施しています。

【申込先】 六戸町介護高齢課(地域包括支援センター内) ☎ 0176-27-6688

夢生学習塾 参加者募集のお知らせ

[問]・申込み 六戸町文化ホール ☎ 0176-55-5511

FAX 0176-55-5514

生涯にわたり学ぶ意欲の啓発と自己の向上をめざし、充実した生きがいのある生活を送ることを目的とした学習会です。

特徴1 参加者の希望や意見で内容が決められます。

過去の例

- ・ふるさと講座 ・音楽と健康
- ・紅茶教室 ・映画鑑賞
- ・手作り石けん教室 ・種差海岸散策
- ・街歩き ・健康体操

特徴2 決定したテーマから好きな内容を選び参加できます。

特徴3 共通の話題から人と人とのつながりができます。

第1回夢生学習塾(ご案内)

●日時

令和7年5月28日(水) 10時から12時まで

●会場

六戸町文化ホール 視聴覚室

●内容

開講式

学習内容についての話し合い

■開催期間

令和7年5月から令和8年3月まで(月1回程度)

■対象者

町内在住の成人

■参加料

無料

(必要経費等は参加者負担)



参加申込〆切: 令和7年5月20日(火)



くまもとNAVI
上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

三沢市 寺山修司記念館

フェスティバル2025春

●開催日時

5月4日(日) 11時から18時まで

●開催場所

寺山修司記念館内

屋外多目的スペースなど

[問] 寺山修司記念館

☎ 0176-59-3434

横浜町

2025菜の花フェスティバルin横浜

●開催日時

5月10日(土)・5月11日(日)

●開催場所

横浜町大豆田特設会場

[問] 菜の花フェスティバル実行委員

会事務局(横浜町役場産業振興課内)

☎ 0175-78-2111

FAX 0175-78-2118

十和田市 南部裂織保存会

創立50周年記念作品展・体験会
「次世代へつなぐ」

●開催日時

6月6日(金)から6月8日(日)まで

10時から17時まで

※8日は16:00まで



●開催場所

十和田市民文化センター

[問] 南部裂織保存会

☎ 0176-20-8700

✉ nanbu@sakiori.jp

秋田県小坂町

第40回小坂町アカシアまつり

●開催日時

6月7日(土)・6月8日(日)

●開催場所

小坂中央公園

[問] 小坂町アカシア祭り実行委員会

(小坂町観光産業課観光商工班内)

☎ 0186-29-3908

FAX 0186-29-5481

お知らせ

**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け取りは原則ご本人です。そのため、平日の開庁時間内の受け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、受け付け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
5月10日(土)、25日(日)

● **平日夜間開設日**

17時から19時まで
5月14日(水)、28日(水)

● **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い合わせください。

※休日開設日にカードの受け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

**あすなろコーラス
25周年記念コンサート**

「遠い日の歌」「モルダウ」「ふるさとの四季」など歌い継がれてきた名曲を披露します。

入場無料です。ぜひみなさんお越しください。

● **日時** 6月14日(土)

開場 13時30分 開演 14時

● **会場** 六戸町文化ホール

・指揮 山崎由佳
・ピアノ 今田文子

● **主催** あすなろコーラス

(六戸町文化協会所属)

● **お問い合わせ**

あすなろコーラス代表 佐藤文雄
☎ 090・6471・1593

● **あすなろコーラスでは、**

随時団員を募集しています。

・指導者 山崎由佳
・伴奏者 今田文子

● **練習日** 毎週金曜日

10時から12時まで(祝日除く)

● **場所** 小松ヶ丘地域交流館

● **団費** 月2,000円

(衣装代・楽譜代は個人持ち)
見学はいつでもOKです。混声4

部合唱 ただいま団員30人です。別料金でボイストレーニングも受けられます。

● **お問い合わせ**

あすなろコーラス代表 佐藤文雄
☎ 090・6471・1593

**青森県男子・婦人既製服製造業
最低工賃改正のお知らせ**

1 青森県男子・婦人既製服製造業最低工賃が、**令和7年5月1日**より改正されます。

2 改正のポイントは次のとおりです。

工賃額について、すべての品目、工程(男子既製服2品目25工程、婦人既製服5品目36工程)において、それぞれ1円〜12円引き上げられるほか、男子既製服の品目「背広上衣」に工程「アームホール星入れ」を追加するものとなっています。詳しくは、青森労働局ホームページをご覧ください。
(<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

新幹線走行試験ご協力をお願い

JR東日本では、新幹線試験電車を使用しての走行試験を実施しますので、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

● **仙台〜新青森間(複数回)**

令和7年5月26日夜
(5月26日午後11時ころから
27日午前5時ころまで)

※都合により日程を変更することがあります。

● **連絡先**

東日本旅客鉄道株式会社盛岡支社
経営戦略ユニット
☎ 019・625・4079

総務省からのお知らせ

6月1日から10日は「電波利用環境保護周知啓発強化期間」です。

電波は航空機や船舶、警察、消防、救急用など、私たちの生活の安心・安全の確保に使われています。

不法電波は、こんな大切な通信を妨害して私たちの生活や、人命の安全を脅かします。

電波の混信・妨害についてのお問い合わせは総務省東北総合通信局
相談窓口 022・221・0641
まで

講習

転職・再就職・スキルアップを
応援！職業訓練を受けませんか

厚生労働大臣認定の求職者支援訓練を開講します。訓練期間中から修了後にわたって、ハローワークと訓練施設が積極的に就職支援を行います。

●税理士補助養成科

▽訓練施設

有限会社ビジネスマインド根城校

▽訓練期間・時間

6月3日から12月2日まで

9時10分から15時50分まで

▽締切 5月8日

▽定員 15人

●Webクリエイター実践科

(短時間)(託児)

▽訓練施設

ベストフレンドICTスクール

▽訓練期間・時間

6月13日から9月12日まで

9時10分から15時50分まで

▽締切 5月21日

▽定員 15人

●IT簿記基礎科

▽訓練施設

有限会社ビジネスマインド根城校

第二施設

▽訓練期間・時間

6月23日から10月22日まで

9時10分から15時50分まで

▽締切 5月28日
▽定員 15人

●受講料

無料(テキスト代等は自己負担)

●お問い合わせ

ハローワーク三沢

☎0176・53・4178

※募集コースは、高齢・障害・求職者雇用支援機構青森支部のHPでも確認できます。



令和7年度甲種防火管理 新規講習のお知らせ

甲種防火管理者の資格を取得するための講習です。

●日時

7月2日(水)・3日(木)の2日間

1日目

午前10時から午後4時まで

2日目

午前10時から午後4時10分まで

●会場

十和田消防庁舎2階第2会議室

●受講料 無料

※ただし、テキスト代として4,100円が必要となります。

●受講手続き

各消防署に備え付け、またはホームページからダウンロードした受講申込書に必要事項を記入の上、消防本部予防課へテキスト代4,100円を添えて申し込みしてください。

ホームページ <http://www.towada-kouiki.jp/syoubou/>

●受付期間

左記のとおりとする。ただし、定員(40名)になり次第締め切ります。

●お問い合わせ

▽受付期間

6月2日(月)から6月6日(金)まで

▽受付対象

・十和田市または六戸町の事業所に勤務している方
・十和田市または六戸町に居住している方

▽受付期間

6月9日(月)から6月10日(火)まで

▽受付対象

・全ての方(定員に満たない場合に限り。)

●お問い合わせ

十和田地域広域事務組合消防本部

予防課 ☎0176・25・4113

相談

弁護士無料法律相談会

●内容

弁護士無料法律相談は、インターネットトラブルや債務問題、悪質商法被害など、あなたのお悩みに弁護士が対応します。(要予約)

【相談日の2日前まで】

●日時 5月22日(木)

午後1時30分から午後3時30分まで

※次回開催日 6月19日(木)

●場所 六戸町就業改善センター 1階相談室

●対象 六戸町民

●お問い合わせ・予約先

六戸町まちづくり推進課

☎0176・55・2411

※定員に達した場合は、予約を締め切らせていただきます。

不動産無料相談会

●内容

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 5月13日(火)

午後1時30分から午後3時30分まで

※次回開催日 6月17日(火)

●場所 六戸町就業改善センター 1階相談室

●対象 六戸町民

●お問い合わせ・予約先

六戸町まちづくり推進課

☎0176・55・2411

※定員に達した場合は、予約を締め切らせていただきます。

募 集

小学生・高校生のための夏休み
海外研修交流事業 参加者募集

公益財団法人 国際青少年研修会
では、夏休み海外研修交流事業の参加者を募集しています。海外での体験を通してお互いの理解や交流を深め、国際性を養うことを目的に実施します。事前説明会からオリエンテーション、事前研修会まで丁寧にご案内しますので、安心してご参加いただけます。

●内容 ホームステイ・学校体験・英語研修・文化交流・地域見学・野外活動など

●研修先 イギリス・オーストラリア・カナダ・サイパン・ハワイ

●日程 7月26日(土)から8月14日(木)までの7から17日間

※コースにより異なります。

●対象 小3から高3の方まで

※コースにより異なります。

●説明会 オンライン形式（実施日等は役場HPへ）

●参加費 30万円から80万円（旅費、研修費、ホームステイ費、事前研修会費、交流費、海外旅行保険含む）

●締切 6月5日(木)

●お問い合わせ・資料請求

公益財団法人 国際青少年研修協会

☎ 03・6825・3130
✉ info@kskk.or.jp

**福祉のお仕事を
体験してみませんか？**

●対象者 福祉・介護・保育の仕事に関心のある方

●体験先 青森県内の高齢者、障害者、保育分野等の社会福祉施設および事業所

●実施期間 毎年度4月初日から翌年3月末まで

●体験内容 体験先施設により異なりますが、実際にお仕事を体験していただきます。

●体験期間 1人あたり最大10日まで（体験時間は1日8時間以内）

●体験経費 無料（ただし、交通費、食事代等は本人負担）

●申込時期 体験先の調整のため、体験希望日の20日前までにお申込みください。

●申し込み・問い合わせ先

青森県福祉人材センター

☎ 017・777・0012

弘前福祉人材バンク

☎ 0172・36・1830

八戸福祉人材バンク

☎ 0178・47・2940

※電話・FAX・webから申し込みできます。

東京六戸会 入会のご案内

東京六戸会は関東近郊にお住まいで、六戸町にゆかりのある方々との会で約30年の歴史があります。

これからも皆様と共に、会を盛り上げていきたいと存じます。

左記連絡先までご連絡をお待ちしています。

●連絡先番号

☎ 045・542・9925

（FAX同様）

☎ 080・6861・1014

✉ metsas1014@gmail.com

佐藤 明

一人で悩んでいませんか？

自立に向けた相談窓口のご案内

あなたの生活の **困りごとや心配**

「なにをどうすればいいかわからない」と立ち止まらずに一緒に進んでみませんか？どなたでもご相談ください。

仕事がなかなか決まらない
仕事が長続きしない
家計が毎月赤字どうしよう…（家計が心配）
高齢だけど働いて収入を得たい
社会参加してなにかの役に立ちたい
うちの息子がずっと働かないで家にいる。将来どうしよう…

上北地域自立相談窓口（対象地域：野辺地町・七戸町・六戸町・横浜町・東北町・六ヶ所村）
上北郡七戸町字七戸198-2
FAX 0176-27-5631

フリーダイヤル（青森県社会福祉協議会）
スマホからでも相談無料・通話料無料
0800-800-7114

0176-27-5630

令和7年度 自衛官等採用案内

第2回 一般幹部候補生(一般)

●資格

令和8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26歳以上28歳未満の方)

●受付期間

令和7年4月23日から6月6日まで

●試験期日

〈1次試験〉令和7年6月14日
〈2次試験〉令和7年7月26日から8月1日まで※

●処遇

[初任給：曹長]
月額：273,600円(大学修了者以外)
月額：287,600円(大学修了者)
月額：290,400円(大学院修了者)

第2回 幹部候補曹

●資格

令和8年4月1日現在20歳以上33歳未満の方

●受付期間

令和7年4月23日から6月6日まで

●試験期日

〈1次試験〉令和7年6月14日
〈2次試験〉令和7年7月26日から8月1日まで※

●処遇

[初任給：士長]
月額：235,000円(短大卒)
月額：252,600円(大卒)

キャリア採用幹部

●資格

大卒以上の者で、応募資格に定められた学部・専攻学科等を卒業後、2年以上の業務経験のある者

●受付期間

令和7年3月1日から5月16日まで

●試験期日

陸：令和7年6月9日
海：令和7年6月13日
空：令和7年6月10日から12日まで※

●処遇

2等海・空佐：37万円から
3等陸・海・空佐：約35万円から
1等陸・海・空尉：
約32万円から約34万円
2等陸・海・空尉：
約30万円から約32万円
3等陸・海尉：
約29万円から約31万円

技術曹

●資格

20歳以上の者で国家免許資格取得者等

●受付期間

令和7年3月1日から5月16日まで

●試験期日

陸：令和7年6月9日
海：令和7年6月16日
空：令和7年6月10日から12日まで※

●処遇

海・空曹長、1等陸・海・空曹：
約29万円から31万円
2等陸・海・空曹：
約28万円から30万円
3等陸・海・空曹：
約26万円から29万円
※学歴・職歴等により異なります。

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1日から5月7日まで

●試験期日

〈1次試験〉
令和7年5月17日から25日まで※
〈2次試験〉
令和7年6月14日から29日まで※

●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)

※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7年1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



三沢募集案内
Instagram



個別相談
QR

◀個別に相談に応じます。QRコードから申し込み



消防署だより

■山火事防止・遭難事故防止

【問】 六戸消防署 ☎ 0176-55-2016

枯草焼き、ゴミ焼きに注意!!

風が強く、空気が乾燥するこの時期は、山火事が発生しやすい状況にあります。皆さんのちょっとした火の取扱いから大規模な林野火災へと発展するケースもありますので、**枯草焼きやゴミ焼き、たばこの投げ捨てなどはやめましょう。**先の岩手県大船渡市林野火災をはじめ、大規模な林野火災が発生しています。火災を減らすよう町民一人ひとりが注意し、災害のない町にしましょう。



遭難に注意

雪に閉ざされた草木も眠りから覚め、山々も新緑に包まれ、これから楽しみなのが山菜採りです。山に入る際は、**ベテラン、初心者問わず**、次のことに気をつけて、遭難事故を防止しましょう。

～遭難事故を防ぐ7つのポイント～

- 1 体力や体調にあわせて無理な行動はせず、二人以上で出掛けるようにしましょう。
- 2 天気予報に注意し、悪天候の場合は入山しないようにしましょう。
- 3 着替え、雨衣、食料、ライター等を持ちましょう。
- 4 必ず、家族には行き先や帰宅時間、同行者など行動予定を伝えてから出掛けるようにしましょう。
- 5 万が一山で迷った場合は、無理に歩き回らず、暖を取るなどして救助隊の助けを待ちましょう。
- 6 携帯電話やスマートフォンをお持ちの方は、持ち歩くようにしましょう。
- 7 反射鏡や反射シール付き服装や、目立つ色の服装で入山するようにしましょう。



警察署だより

■山菜採りでの遭難に注意！

【問】 十和田警察署 ☎ 0176-23-3195

六戸駐在所 ☎ 0176-55-2110

春になると山菜採りでの入山者が増えますが、毎年、遭難者が後を絶たず、命を落とす方もいます。山菜採りを計画している方は、次のことについて心がけをお願いします。

- ・ 2人以上で入山
- ・ 入山前に家族などに行き先や帰宅時間を知らせる
- ・ 入山場所の地形を地図などで確認
- ・ 携帯電話や非常食、熊よけ鈴などを持ち歩く
- ・ 集合時間を必ず守り、早めの下山を心がける

■万が一、道に迷ったら110番を！

日没後は歩き回らず救助を待ってください。また、ヘリコプターの音が聞こえたら、見通しのよい場所でタオルなどを振って合図してください。

■ヤママップ(登山地図アプリ)のインストールを！

詳しくは、青森県警察本部地域課ホームページから→



令和7年5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	2日(金)・9日(金)・12日(月)・13日(火)・16日(金)・19日(月)・20日(火)・23日(金) 26日(月)・27日(火)・30日(金)
一般運転者講習	2日(金)・9日(金)・12日(月)・16日(金)・23日(金)・26日(月)・30日(金)
初回運転者講習	12日(月)・26日(月)
違反運転者講習	2日(金)・9日(金)・16日(金)・23日(金)・30日(金)

令和7年

5月

●町税・保険料 納期限

固定資産税(1期)

軽自動車税(全期)

の納付月です。

納期限

令和7年

6月2日(月)

●主な施設の休館日

図書館 5月31日(土)まで

文化ホール 26日(月)

■小松ヶ丘出張所開所日(毎週火)

13日・20日・27日



◆町民バス運休情報

24日(土)



まちのうごき

(令和7年3月末現在)

人口 10,498人

先月比 -18 前年比 -137

男 5,176人

先月比 -8 前年比 -72

女 5,322人

先月比 -10 前年比 -65

世帯 4,712世帯

先月比 +12 前年比 +9



お誕生

川原 采桃

(父：康信 母：理会)

高 見

洗平 乃逢

洗平 瑛菜

(父：学 母：日和)

中 町



ご結婚

千葉 慎之介

高橋 愛美

小松ヶ丘

小松ヶ丘



おくやみ

吉岡 ミネ(97歳) 折茂新田

田中 次男(94歳) 南町(一)

石田 孝徳(56歳) 小松ヶ丘

吉田 奥治(97歳) 米沢

木野 貢(82歳) 折茂新田

中塚 テル(80歳) 下町

鳥越 正夫(86歳) 高見

高坂 香(72歳) 堀切

附田 建治(89歳) 七百

届出時に確認し、希望者のみ掲載しています。
他市町村で届け出した場合でも掲載することができます。掲載を希望する場合は、町民課戸籍担当まで届け出ください。なお、家族が届け出する場合は、本人の了承が必要となります。

掲載の行事等は、内容等が変更する場合がありますのでご了承ください。

今月は

ミルクゼリー& にんじんジャム

材 料		5 人 分
水		100mL
粉寒天		2 g
砂糖		大さじ 1
牛乳		150mL
にんじんジャム		適量
(作りやすい分量)	にんじん	150 g (1 本)
	りんご	100 g (1 / 2 個)
	レモン汁	大さじ 2
	砂糖	100 g

六戸産の春人参を
使用して作りました！



ミルクゼリー & 人参ジャムの 健康ポイント！

○カルシウム補給！

牛乳にはカルシウムが豊富に含まれており、骨や歯の健康維持に効果的。特に成長期の子どもや骨粗鬆症予防が気になる方におススメ！

○β-カロテンが豊富！

人参はβ-カロテンの宝庫。体内でビタミンAに変換され、目の健康や免疫力アップ、美肌効果にもつながります。

○食物繊維も摂れる！

すりおろした人参は、腸内環境を整える食物繊維も豊富。便秘改善に役立ちます。

作 り 方

- ①鍋に水と寒天を入れ、2分程煮る。
- ②砂糖を入れ、溶けたら牛乳を入れる。
- ③器に流し入れ、固める。
- ④上のにんじんジャムをのせる。

にんじんジャムの作り方

- ①ほうろ鍋にレモン汁を入れる。
- ②にんじん・りんご(皮をむく)の順にすりおろして鍋に入れ、砂糖を加えて混ぜる。
- ③強火にかけ煮立ったら弱火にし混ぜながら丁寧に煮る。
- ④ぽってりとした感じに煮詰まったら火を止める。

世界禁煙デー 5月31日
5月31日から6月6日は禁煙週間です。



たばことさよならしませんか？
さよならをおすすめする**3つ**の理由

1 たばこはあなたを傷つけます

命をおとす原因となるたばこは、認知症の原因にもなります。喫煙すると、認知症になる危険が2～3倍高まります。喫煙は認知症のほか、脳卒中、骨折などを介して要介護の状態になりやすいこともわかっています。認知症や寝たきりにならないために、禁煙しておくことが重要です。

2 たばこは周囲の人を傷つけます

受動喫煙により、肺がん、脳卒中、心疾患、乳幼児突然死症候群にかかる危険が確実に高まります。

3 健康を害する以外にも、損をします

具体的には、たばこ代や医療費がかかり**経済的に損をする**。喫煙のために**時間を奪われる**、知らないうちに周囲の人に**不快感を与える**、皮膚のくすみやしわなどが増えて**見た目でも損をする**などです。たばこは身近なストレス解消法のように思えますが、実はニコチン依存症のために**ストレスを増やしている**ことがわかっています。

なかなか禁煙が続かない方へ！

禁煙が続かなくても自分を責めず、「禁煙サポート外来」がある医療機関を受診してみましょう。禁煙治療には、健康保険が使えますし、ご自身で頑張るよりもずっとラクに禁煙できるでしょう。