

令和4年(2022年)

10.1

No.420

広報 あおもり

【特集】

青森市中央卸売市場は 今年で開設 50 周年



主な内容

04	市からの重要NEWS	11	・10月は乳がん月間
	・新型コロナウイルスワクチン接種情報	13	・10月の子育て相談等の日程
05	・子育て世帯臨時特別給付金	15	情報ひろば
08	・市議会議員一般選挙		・10月は「男女共同参画推進月間」
11	健康ナビ	20	AOMORI COFFEE FESTIVAL 2022

写真：ダンスデイキャンプ（8月27日／モヤヒルズ）

青森市中央卸売市場は今年で開設50周年

圏中央卸売市場管理課（☎017-738-1101）

青森市の市場の歴史

青森市における卸売市場のルーツは、寛永3年（1626年）津軽藩2代藩主信牧公が、青森港の発展策として月6回の市を開かせた時から始まりました。当時、青森市は「善知鳥村」という一漁村でしたが、寛永元年（1624年）青森村と改め開港し、その後、商港として発展しました。

明治には、青森の海産商が北方漁場開拓を積極的に進め、東北・奥羽の二大鉄道を利用して全国各地に輸送販売され、青森は大正から昭和の終戦に至るまで、下関に次ぐ全国2位の鮮魚集散地となりました。特に青森の鮮魚市場を大きくしたのは明治32〜33年頃から漁獲された下北郡のマグロ漁で明治38年に開設された青森魚貝市場は、大集散市場となっていきました。



昭和47年 開設当時の青森市中央卸売市場



青森市中央卸売市場の誕生

戦後、人口は増加し、昭和40年代の経済成長とともに鉄道輸送からトラック輸送の時代へと変化していく中、青果物の需給調整と流通秩序の確立、青森市営魚市場の狭隘打開が喫緊の課題となり、青果・水産を含めた総合市場の設置が必要となりました。

そして、昭和47年に生鮮食料品の需要と供給の安定を図り食生活をより高度に向上させることを目的に「青森市中央卸売市場（水産物部・青果部）」が現在地で業務を開始しました。

なお、安方市営魚市場は、青森市中央卸売市場安方卸売市場として存続しましたが、安方港の埋立工事により昭和59年に廃止されました。

花き部は、昭和63年に業務を開始し、平成28年に地方卸売市場へ移行しました。



①

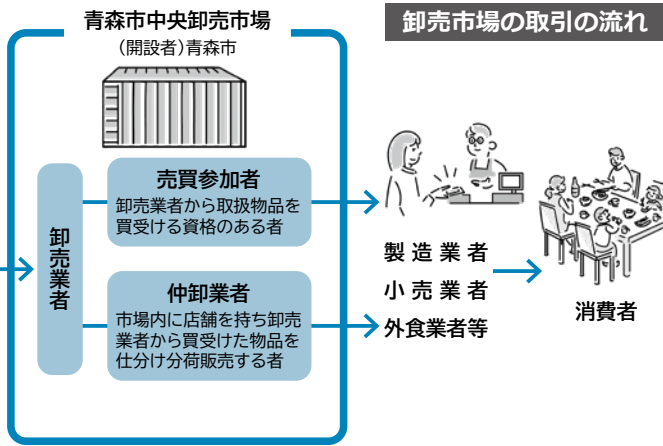


②

写真①② 昭和48年市場開放デーに向かう市民

卸売市場の役割

生鮮食料品は、鮮度が低下しやすいいため、長期保存に向かないものが多く、また天候や生産量、鮮度によって価格が著しく変動します。卸売市場は、このような生鮮食料品について需要と供給に応じた適正な価格で迅速に取引を行い、消費者に生鮮食料品の安定供給を行う流通拠点となっています。



青森市中央卸売市場開設50周年記念

市場まつり

新型コロナウイルス感染症の状況または天候等により開催中止や内容等が変更となる場合があります。また、ペット同伴の来場はご遠慮ください。

10.16 SUN 8:30 - 14:00

おろしたてのマグロが買える！

マグロの解体&即売！

- ① 9:00～ (水産仲卸売場 3か所)
- ② 10:30～ (水産仲卸売場 4か所)

ステージ

開会式・開設50周年記念式典
 ねぶた囃子演奏
 マルハニチロ俊武多会囃子方「海鳴」
 プラスバンド演奏 青森山田高校
 津軽手踊り 石川義梅会

- 1人5枚まで！ホタテ釣り(無料)
- フラワーアレンジメント教室(無料)
- 青果宝船&模擬せり

青果・水産物・花き即売会

普段、一般のかたは入場できない市場でお買い物をしてみませんか。

カレー用野菜詰め合わせセットプレゼント

先着500人 西側入場受付ゲートで8時頃から引換券配布

風船プレゼント

キッチンカー大集合！

JA直売コーナー、あおもり産品コーナー

フラワーディスプレイ

新型コロナウイルス 感染予防対策



入場の際に検温、手指消毒、連絡先の記入



未就学児を除きマスクの着用



会場内は水分補給を除き原則飲食禁止
 ※購入した食料品等はすべてテイクアウトとなります

これまで、これからも、市民の食卓を守っていきます！



写真③④ 昭和48年市場開放デーの様子

新型コロナウイルスワクチン接種情報

●小児ワクチン追加(3回目)接種について

令和4年9月6日から、5歳～11歳の小児に対する接種の努力義務(※)が適用されました。また、小児の3回目接種も可能となりました。※義務ではありません。感染症の緊急のまん延予防のため、ご協力いただくものです。

対象者：2回目接種から5か月経過した5歳～11歳のかた

接種方法：

- ①集団接種…下記日程をご確認ください。今後も実施予定です。
- ②個別接種…医療機関によって接種可能な年齢や予約方法等が異なります。詳細は、市ホームページをご確認ください。※個別接種は、接種可能人数に限りがあります。なるべく集団接種をご利用ください。

日程	予約可能期間
10月9日(日)	10月7日(金)12:00まで
10月16日(日)	10月14日(金)12:00まで

※初回接種(1・2回目)については、市ホームページをご確認ください。



●オミクロン株対応ワクチンについて ※9月9日時点の情報です

10月半ばを目途に、初回接種(1・2回目)を完了した12歳以上の全ての住民を対象に接種を開始する予定です。接種間隔等の詳細は国が検討していますので、決まり次第、改めてお知らせします。

※国は、ワクチン接種期間を令和4年9月末より延長の方向で調整しています。

お手元に既に届いている初回接種用及び追加接種用の接種券は、引き続き使用できます。

■接種予約は専用コールセンターか市運営WEB予約ページから

新型コロナワクチン接種専用コールセンター (☎017-764-6539、017-752-0517)

受付時間 9:00～18:00(月～土) ※祝日除く

FAX 017-718-2867 (聴覚障がいのかたのみ)



▲予約フォームはこちらから

**住民税非課税世帯等に
対する臨時特別給付金**

臨時特別給付金(1世帯10万円)の支給対象世帯「令和4年度住民税均等割非課税世帯」に該当すると思われる世帯に送付した確認書の返送期限は10月14日(金)です。該当する世帯のかたは、期限内に返送してください。※申請による受付期限は11月30日(水)です。

問福祉政策課

(☎017-734-5313)

**一日人間ドック・脳ドック
を受けましょう**

国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者を対象に、一日人間ドックまたは脳ドックの検査料金の一部を助成しています。

所市が委託する医療機関等
問青森市国民健康保険に加入

している満18歳以上のかた、または後期高齢者医療制度に加入しているかたで、市税に未納のないかた

料検査料金の3割相当額(自己負担額上限1万1千円)

※年度中に助成を受けられるのは、一日人間ドック・脳ドックのいずれかです。

※詳細はお問合せください。
問電話または直接、国保医療年金課(☎017-773-0181)、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1153)へ

**空き地をお貸しください
市民雪寄せ場募集**

住宅密集地の空き地を、地域住民の雪寄せ場として、無償で町(内)会にお貸しください。お借りした土地の令和5年度分固定資産税を減免(3分の1以内)します。

なお、町(内)会と使用貸借契約を結ぶ必要がありますが、地域の実情によっては契約できない場合もあります。手続の期限は11月30日(水)までです。詳細はお問合せください。

問道路維持課

(☎017-752-8584)
浪岡振興部都市整備課
(☎0172-62-1168)

子育て世帯臨時特別給付金を支給します

子育て支援課 (☎017-734-5334)、浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1113)
 ※11月2日(水)からは専用ダイヤル (☎017-761-4489)

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中で、食材料費等の物価高騰に直面する18歳以下の児童がいる世帯を支援するため、子育て世帯臨時特別給付金を支給します。詳細はお問合せください。

●支給額 児童1人当たり 2万5,000円

●対象者 下表参照 ※令和4年度(令和3年分)所得が児童手当所得制限限度額未満のかたに限る

番号	支給対象者	提出書類	支給時期
1	<p>【青森市からの児童手当受給者(公務員以外)】</p> <p>①令和4年9月分の児童手当を青森市から受給しているかた</p> <p>②令和4年9月1日～9月30日に生まれた新生児の父母等で、令和4年9月30日時点で青森市に住所があり、青森市への令和4年10月分の児童手当の受給手続きを済ませたかた</p> <p>③令和4年9月中に県外から転入し、令和4年9月30日時点で青森市に住所があり、青森市への令和4年10月分の児童手当の受給手続きを済ませたかた</p>	<p>申請不要(児童手当受給口座に振込み)</p> <p>▶①の対象となるかた …10月中旬にお知らせを送付予定</p> <p>▶②③の対象となるかた …11月中旬にお知らせを送付予定</p>	<p>①のかた 10月下旬</p> <p>②③のかた 11月下旬</p>
2	<p>【公務員で所属庁からの児童手当受給者】</p> <p>①青森市に住所があり、令和4年9月分の児童手当を所属庁から受給しているかた</p> <p>②令和4年9月1日～9月30日に生まれた新生児の父母等で、令和4年9月30日時点で青森市に住所があり、所属庁への令和4年10月分の児童手当の受給手続きを済ませたかた</p> <p>③令和4年9月中に県外から転入し、令和4年9月30日時点で青森市に住所があり、所属庁への令和4年10月分の児童手当の受給手続きを済ませたかた</p>	<p>申請が必要(指定口座に振込み)</p> <p>▶対象となる可能性のあるかたには 10月下旬～11月上旬にお知らせを送付予定</p> <p>【申請先】 駅前庁舎3階会議室 浪岡庁舎1階健康福祉課</p> <p>【申請期間】 11月2日(水)～12月31日(土) ※当日消印有効/持参は12月28日(水)まで</p> <p>【提出書類】 給付金申請書</p> <p>【添付書類】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本人確認書類(運転免許証等の写し) ・口座確認書類(通帳等の写し) <p>※以下のかたは次の書類も必要</p> <p>■公務員のかた 令和4年9月分(10月支給)の児童手当(特例給付を除く)を受給していることが確認できる書類(10月分給与明細等)</p> <p>■令和4年1月1日時点で青森市に住所がないかた 申請者と配偶者の令和4年度(令和3年分)所得課税証明書または非課税証明書</p>	<p>11月下旬以降順次</p>
3	<p>【上記以外で、高校生等のみを養育するかた】</p> <p>令和4年9月30日時点で青森市に住所があり、高校生等(平成16年4月2日～平成19年4月1日生まれ)の児童を養育するかた</p> <p>※生計の中心となる養育者が、単身赴任等で県外在住の場合は、支給の対象外です</p>	<p>■公務員のかた 令和4年9月分(10月支給)の児童手当(特例給付を除く)を受給していることが確認できる書類(10月分給与明細等)</p> <p>■令和4年1月1日時点で青森市に住所がないかた 申請者と配偶者の令和4年度(令和3年分)所得課税証明書または非課税証明書</p>	

※上記支給対象者に該当していても、児童との別居等によりお知らせが送付されない場合がありますので、お問合せください

※県内の転出入等により、青森市以外の市町村から給付金が支給される場合があります

※児童手当所得制限限度額や注意事項等、詳細は青森市ホームページをご覧ください

10月は児童手当の支給月

児童手当(6、9月分)を10月13日(木)に支給します。

5月末に「児童手当・特例給付現況届の提出について」のお知らせが届いたかたで、現況届が未提出または書類不備のかたは一時差止めとなります。

出生、転出、転入の際は、15日以内に手続きをしましょう。手続きが遅れると受給できない月が発生する場合があります。

※市外へ転出された場合や受給者が変更になった場合には、支給日が異なる場合があります。

※公務員のかたは、所属庁からの支給となりますので、支給日が異なります。また、新たに公務員に採用となったかたは、所属庁での手続の他、市役所での手続も必要です。

子育て支援課

☎017-734-5334

浪岡振興部健康福祉課

☎0172-62-1113

お知らせ

犬の登録と狂犬病予防 集合注射受付日程(10月)

犬生活衛生課 (☎017-765-5288)
浪岡振興部市民課 (☎0172-62-1140)



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

料登録手数料:3千円、予防注射:3千300円

※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(注射料金は病院によって異なります)。動物病院で接種する場合も、お知らせ(ハガキ)をお持ちください。

●散歩時のマナー

リードを短く持ちましょう/とっさの行動に対応できるように、犬をコントロールできる人が散歩させましょう/散歩中にしたフンは、必ず持ち帰りましょう/オシッコにも配慮しましょう。

日 時	会 場
12日(水)	9:45~10:00 沖館市民センター
	10:20~10:35 油川市民センター
	10:55~11:15 西部市民センター
	11:45~12:00 大野市民センター
13日(木)	9:45~10:00 東部市民センター
	10:20~10:35 戸山市民センター
	10:50~11:05 幸畑中央公園
	11:15~11:30 横内市民センター
	11:45~12:00 荒川市民センター
16日(日)	9:30~9:50 花岡農村環境改善センター
	10:05~10:25 吉野田農村センター
	10:40~11:00 なごやかプラザ福田
	11:15~11:35 本郷公民館
	11:45~12:30 浪岡庁舎正面玄関
	9:40~9:55 出町温泉南側車庫
	10:15~10:40 青森市役所本庁舎 東側議事堂前
	11:00~11:25 八重田浄化センター
	11:45~12:00 佃 青森市保健所

※網掛けは旧浪岡町の区域、網掛けなしは旧青森市の区域です。

都市計画変更の 説明会・公聴会

都市計画の変更にあたり、変更素案に関する説明会と、変更案について意見を述べる公聴会を開催します。

【案件】

・青森都市計画道路の変更
「県決定」/「市決定」

●説明会

10月7日(金)午後6時30分
所 柳川庁舎2階 大会議室
申当日、直接会場へ

●公聴会

11月4日(金)午後1時30分
所 本庁舎3階会議室4
申公述を希望する場合は10月

24日(月)までに、県都市計画課(県決定分)、または市都市政策課(市決定分)へ公述申出書の提出が必要です。

※公述の申出がない場合は中止。中止の場合は、県及び市ホームページでお知らせします。

青森県都市計画課

(☎017-734-9681)

都市政策課

(☎017-752-7977)

通知書等送付用封筒に掲載する有料広告を募集します

令和5年度に使用する①「霊園管理料納入通知書等送付用封筒」②固定資産税、軽自動車税(種別割)及び市・県民税の「納税通知書等送付用封筒」に掲載する有料広告を募集します。

「広告掲載申込書」に広告の見本等を添えて、10月3日(月)~31日(月)に、①については生活安心課へ、②については納税支援課へお申込みください。応募多数の場合は抽選により決定します。

※「広告掲載申込書」は各担当課窓口で配布するほか、市ホームページにも掲載しています。

☎①生活安心課(☎017-734-5277)、②納税支援課(☎017-734-5222)

■掲載枠と掲載料等

①「霊園管理料納入通知書等送付用封筒」

掲載枠	規格(縦×横)	掲載料(1枠当たり)	印刷予定枚数
2枠	6cm×7cm	94,000円	約30,000枚

広告掲載位置のイメージ
(封筒裏面)



②「納税通知書等送付用封筒」

種類	掲載枠	規格(縦×横)	掲載料(1枠当たり)	印刷予定枚数
固定資産税用	2枠	6cm×7cm	110,000円	約131,000通
軽自動車税(種別割)用	2枠	6cm×7cm	70,000円	約95,000通
市・県民税用	2枠	6cm×7cm	56,000円	約80,000通

※掲載料には、広告デザインや版下作成に要する費用は含みません。
※広告の色は、封筒の印刷に使用する色(単色)と同色です。
※印刷予定枚数と発送枚数は、一致するものとは限りません。

就学時健康診断

来春小学校に入学するお子さんの健康診断を行います。実施時間等、詳しくは10月中旬に入学通知書と一緒に郵送する『健康診断のお知らせ』をご覧ください。

青森市に住民登録していないかた（外国人を含む）が、青森市立小学校への入学を希望する場合は、下記までご連絡ください。

【青森地区】

学務課 ・入学通知（☎017-718-1414）
 ・健康診断（☎017-718-1402）

【浪岡地区】

浪岡教育課（☎0172-62-3003）

■就学時健診日程【50音順】

学校名	実施日	学校名	実施日	学校名	実施日
油川小	11月17日	篠田小	11月9日	浪打小	11月2日
荒川小 [㊟]	11月11日	新城小	11月2日	浪岡北小 [㊠]	11月2日
泉川小	11月18日	新城中央小	11月16日	浪岡野沢小 [㊡]	11月2日
浦町小	11月8日	千刈小	11月11日	浪岡南小 [㊢]	11月2日
大野小	11月4日	高田小 [㊤]	11月11日	浪館小	11月9日
沖館小	11月8日	荻町小 [㊦]	11月1日	野内小 [㊧]	11月8日
合浦小 [㊨]	11月1日	佃小	11月30日	橋本小 [㊩]	11月1日
金沢小	11月7日	造道小	11月17日	浜田小	11月16日
北小	11月4日	筒井小	11月18日	浜館小	11月9日
甲田小	11月18日	筒井南小	11月11日	原別小 [㊪]	11月8日
幸畑小	11月25日	堤小	11月1日	古川小 [㊫]	11月29日
小柳小	11月25日	東陽小 [㊬]	11月8日	本郷小 [㊭]	11月2日
三内小	11月22日	戸山西小	11月9日	女鹿沢小 [㊮]	11月2日
三内西小	11月15日	長島小 [㊯]	11月29日	横内小	12月9日

㊠浪岡南、浪岡北、女鹿沢、浪岡野沢、本郷は浪岡中央公民館で合同実施。

㊫古川、長島は、古川小学校で合同実施。

㊤荒川、高田は、荒川小学校で合同実施。

㊨合浦、荻町、橋本は、橋本小学校で合同実施。

㊪原別、野内、東陽は、原別小学校で合同実施。

母子父子寡婦福祉資金
 の貸付予約申請を受付
 母子父子寡婦福祉資金貸付のうち、お子さんの就学支度資金・修学資金・修業資金貸付の予約申請を受け付けます。貸付に当たっては、必要性や生活状況を伺うため、事前相談が必要です。予約の上お早めにご相談ください。詳細はお問合せください。

◆**予約申請期間**
 10月3日(月)～令和5年3月31日(金)

◆**対象者** 令和5年4月に小・中学校（所得税が非課税の場合のみ）、高等学校、大学、大学院、短期大学、高等専門学校、専修学校に入学する子を扶養している母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦のかたなど

申請子育て支援課
 (☎017-734-53334)
 浪岡振興部健康福祉課
 (☎0172-62-1113)
 ひとり親家庭等就業・自立支援センター
 (☎017-734-5817)

市長コラム

小野寺あきひこのスコラム!



世界で輝くホンモノに出会い、ワクワクする企画が相次ぎました。

8月27日、「ダンス×デイキャンプ」がモヤヒルズで初開催。インストラクターに国内外で活躍するダンサーのMacotoさん、HIROTOさん、大舌恭平さん、食育料理研究家のなぎさなおさんをお招きし、ダンスと食育のコラボ企画に市内小学生34名が参加。最高の笑顔とポーズでワークショップを終えました。



8月27日、弘前ねぶた300年祭。櫻田宏弘前市長やミス桜 高橋美貴さん、田村真子さん、松田萌里さんと無事運行を終えて安堵の記念写真。

この日は弘前ねぶた300年祭特別運行へも参加。津軽地方を襲った大雨災害の被災者の方々にお見舞い申し上げるとともに、弘前市の友好都市・北海道斜里町での海難事故の犠牲者を弔い、城下町弘前を初めて大型ねぶたが運行。本番以上の人垣が沿道を埋めつくしました。

8月28日、第16回かかしロード280オープニングセレモニーへ。今年のシンボルかかしは、元陸上選手・福士加代子さん。4月のあおもり桜マラソンで出発地・野木和公園を一躍有名にくださった陸上界のレジェンドへの油川地域の皆さんの感謝の思いが伝わりました。

新プロジェクトが進みだす鼓動、歴史を刻む尊さ、そして地域の皆さまの笑顔が印象に残る夏となりました。

10月30日(日)は 市議会議員一般選挙の投票日

投票日	10月30日(日) (10月23日告示)	私たちの日常生活に直接結びつく市政を担う代表者を選ぶ大切な選挙です。必ず投票しましょう。 選挙管理委員会事務局 (☎017-734-5822)
投票時間	7:00~20:00 (一部を除く)	
投票所	市内108投票所	



各世帯の有権者の代表者宛

開く

- 1枚のはがきに、最大3人分の世帯員の入場券を印刷。
- 自身の氏名が記載された入場券を切り離して持参。

入場券がお手元ない場合は、指定の投票所・期日前投票所で住所・氏名・生年月日をお申し出ください。

投票できるかた
 令和4年7月22日以前から引き続き青森市内に住み、住民登録をされているかたで、平成16年10月31日以前に生まれたかた(投票日まで青森市から転出したかたは投票できませんのでご注意ください)。

転居したかた
 令和4年10月12日以降、市内で転居(住所変更)の届出をしたかたは、旧住所地の投票所での投票となりません。転居しても住所変更の届出をしないと、投票所入場券が届かない場合がありますので、忘れずに市民課・各支所等で届出をしましょう。

投票所入場券(選挙のお知らせ)
 選挙人名簿に登録され、投票できるかたには、10月21日頃までに投票所入場券を各世帯の有権者の代表者宛に郵送します。届かない場合や、記載内容の誤りなどはご連絡ください。

特別郵便等投票について
 新型コロナウイルス感染症で宿泊・自宅療養等をしているかたで、一定の要件に該当するかたは、「特別郵便等投票」ができます。
 詳細はお問合せください。

投票所の変更
 左記の投票所を変更します。
第3投票区
 野内小学校→野内町民会館
 ※第49投票区投票所ごとくには廃止しました。新しい投票所は入場券に記載してありますので、ご確認ください。

選挙公報の配布
 10月25日(火)~28日(金)に有権者世帯全てに配布
 ※期間が過ぎても配布されない場合はご連絡ください。

新型コロナウイルス感染症対策について
 有権者の皆さんが安心して投票できるよう、アルコール消毒液の設置、投票者間の間隔の確保、定期的な換気や消毒の実施などに取り組みます。
 投票所にご来場の際は、マスクの着用及び来場前の手洗いをお願いします。また、持参した鉛筆をご使用いただけます。
 詳細はお問合せください。

期日前投票・不在者投票は10月24日(月)~29日(土) (一部を除く)

区分	対象となるかた	投票場所/投票方法など																
期日前投票	投票日当日に仕事や旅行、レジャー、冠婚葬祭等のため投票所へ行けない見込みのかた	◆投票場所… <table border="1"> <tr><td>アウガ 6階会議室</td><td>8:30~20:00</td></tr> <tr><td>市役所浪岡庁舎 2階中会議室</td><td>8:30~20:00</td></tr> <tr><td>イオン青森店 3階会議室(サンロード青森内)</td><td>10:00~20:00</td></tr> <tr><td>ユニバースラ・セラ東バイパスショッピングセンター</td><td>10:00~20:00</td></tr> <tr><td>マエダガーラモール店</td><td>10:00~20:00</td></tr> <tr><td>青森中央学院大学 7号館フリースペース</td><td>10月25日(火)11:00~19:00</td></tr> <tr><td>青森公立大学 交流ホール</td><td>10月26日(水)10:30~18:30</td></tr> <tr><td>青森大学 6号館集いのスペース622教室</td><td>10月27日(木)11:00~18:00</td></tr> </table> 投票所入場券の裏面の「期日前(不在者)投票宣誓書」に必要事項を記載の上、お持ちください。入場券がお手元ない場合は、期日前投票所に備付けの宣誓書に記載の上、受付に提出してください。	アウガ 6階会議室	8:30~20:00	市役所浪岡庁舎 2階中会議室	8:30~20:00	イオン青森店 3階会議室(サンロード青森内)	10:00~20:00	ユニバースラ・セラ東バイパスショッピングセンター	10:00~20:00	マエダガーラモール店	10:00~20:00	青森中央学院大学 7号館フリースペース	10月25日(火)11:00~19:00	青森公立大学 交流ホール	10月26日(水)10:30~18:30	青森大学 6号館集いのスペース622教室	10月27日(木)11:00~18:00
アウガ 6階会議室	8:30~20:00																	
市役所浪岡庁舎 2階中会議室	8:30~20:00																	
イオン青森店 3階会議室(サンロード青森内)	10:00~20:00																	
ユニバースラ・セラ東バイパスショッピングセンター	10:00~20:00																	
マエダガーラモール店	10:00~20:00																	
青森中央学院大学 7号館フリースペース	10月25日(火)11:00~19:00																	
青森公立大学 交流ホール	10月26日(水)10:30~18:30																	
青森大学 6号館集いのスペース622教室	10月27日(木)11:00~18:00																	
不在者投票 <small>※詳細はお問合せください</small>	滞在先での投票	◆投票場所…滞在先の市町村の選挙管理委員会 事前に手続が必要です。全国市町村備付け、または市ホームページ掲載の不在者投票用紙の請求書を、青森市選挙管理委員会へ郵送または持参してください。																
	病院・施設での投票	◆投票場所…入院(入所)している病院・施設内 病院や施設の長に申請が必要です。指定する病院・施設等の一覧は市ホームページから確認できます。																
	郵便による在宅での投票	◆投票場所…自宅等 「郵便等投票証明書」の交付を受けているかたに請求書等を郵送しますので、10月26日(水)までに請求してください。※証明書交付申請は随時受付																

掲載の内容は、9月5日時点の情報をもとに作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

マイナンバーカードが健康保険証として利用できます

問 国保医療年金課 (☎017-734-5493)



マイナンバーカードが医療機関や薬局で健康保険証として利用できるようになりました。利用には、申し込みが必要です。※従来の健康保険証が利用できなくなるわけではありません。マイナポータルはこちら▲ スマホからも申し込み可能

▶ 利用の申込方法は？

ICカードリーダーを接続したパソコンやスマートフォンでマイナポータルから申込み/セブン銀行のATM画面の「マイナンバーカードの手続き」から申込み/駅前庁舎1階のマイナポイント支援窓口に設置している専用端末で申込み
※登録にはマイナンバーカードと設定した「暗証番号(数字4桁)」が必要です。

▶ どこで利用できるの？

右のステッカーやポスターが貼ってある病院や薬局で利用できます。

厚生労働省のHPでも利用できる医療機関・薬局をご案内しています。
利用できる医療機関・薬局は順次増えていきます。
☎ https://www.mhlw.go.jp/stf/index_16743.html



▶ どんないいことがあるの？

同意すれば初めての医療機関等でお薬手帳を持参しなくても、特定健診情報や今までに使った薬剤情報が医師や薬剤師と共有でき、より適切な医療が受けられるようになります。マイナポータルで自身の特定健診情報や、薬剤情報・医療費通知情報が閲覧できます。マイナポータルを通じた医療費通知情報の自動入力で、確定申告の医療費控除が簡単になります。限度額適用認定証がなくても高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。※一部対象外あり。就職や転職、引っ越しをしても健康保険証として使用できます。※医療保険者が変わる場合は、加入の届出が必要です。

助成対象団体 県内の産業団
助成金 助成対象事業費の5分の4以内を助成
助成事業 地域の活性化及び産業の育成・振興を図る事業

助成事業募集
むつ小川原地域・産業振興プロジェクト支援

町市民課
(☎017-718-0440)

※詳細は市ホームページを確認ください。

※顔写真の無料撮影・申請書の作成補助を行います。
※カードは後日市役所にご来庁の上お取りとなります。
※詳細は市ホームページを確認ください。

市議会議員一般選挙の期日前投票期間中に、投票所近くの特設会場でマイナンバーカードの申請をお手伝いします。

期日前投票期間にマイナンバーカード申請を

町市民図書館
(☎017-776-2455)

※市民図書館窓口で受付します。
※問合せは10月13日(木)以降受付。

申請書の受付期間▶令和4年11月17日(木)～24日(木)
(土・日、祝日を除く)

実施要項等の配布期間▶令和4年10月13日(木)～20日(木)
(土・日を除く)

委託期間▶令和5年4月1日～令和10年3月31日

●事業者を公募する業務
図書の出し・返却を主とする窓口等業務

市民図書館の委託業務 実施事業者を公募

市民図書館では、市民図書館窓口等業務を実施する事業者を次のとおり公募します。

体、地域団体など
応募期限 10月31日(月)まで
(必着)
問合せ・応募先 (公財)むつ小川原地域・産業振興財団
(☎017-773-6222、HP <http://www.jomon.ne.jp/~mozaidan/>)

シャットアウト “わら焼き” みんなで守る！ 澄んだ空気と暮らしの安心

稲わら焼きの煙は、生活に大きな悪影響を及ぼします。稲わらは有効活用しましょう。
問 農業政策課 (☎0172-62-1176)

- ◆稲わら焼却防止活動…巡回パトロールを実施
- ◆稲わら活用相談窓口…10月31日(月)まで開設
- ◆稲わらふりーでん…生産者の協力により無料で稲わらを提供します。「稲わらふりーでん」の旗がある田んぼの稲わらをご自由にお持ちください。※詳細は市役所各庁舎、各支所・市民センターに備付け、または市ホームページ掲載のマップをご覧ください。
- ◆稲わら収集ボランティア (小雨決行)

時 所 10月5日(水) 9:30～12:00/高田地区の水田 内「稲わらふりーでん」に置く稲わらの収集 (収集した稲わらは持ち帰りできます) 問 事前に農業政策課 (☎0172-62-1176) へ

稲わらは焼かずに有効活用しましょう!



農業政策課 須郷

**後期高齢者医療制度
加入者のみなさんへ**

◆後期高齢者医療の窓口負担が2割負担に変更となったかたへ被保険者証回収のお願い

令和4年10月1日から後期高齢者医療被保険者証の一部負担金の割合が1割負担から2割負担へ変更となるかたへ、9月に青森県後期高齢者医療広域連合より新しい被保険者証が発送されました。

2割負担となるかたは、10月1日以降1割負担の被保険者証は使用できませんので、1割負担の被保険者証の返却が必要です。

返却方法▼

- ・同封の返信用封筒を利用し、ポストへ投函
- ・駅前庁舎1階9番窓口国保医療年金課もしくは浪岡庁舎健康福祉課まで返却

※今回の制度改正の見直しに関するご質問等は、厚生労働省コールセンターへお問合せください。

厚生労働省コールセンター
(☎0120-001719)
青森県後期高齢者医療広域

連合(☎017-721-3821)
国保医療年金課
(☎017-734-5493)

◆保険料が年金から天引き(特別徴収)されているかたへ

天引きされる保険料額は月によって変動します。

4月・6月・8月▽年金振込時に前年度2月と同額を天引き(仮徴収)

10月・12月・2月▽残りの保険料額を分割して天引き(本徴収)

※天引きされる保険料額は、7月にお送りした保険料額決定通知書をご確認ください。

国保医療年金課
(☎017-734-5340)
浪岡振興部健康福祉課
(☎0172-62-1153)
青森県後期高齢者医療広域連合(☎017-721-3821)

◆お薬代負担軽減のご案内

医療機関で処方されるお薬をジェネリック医薬品に切り替えるとお薬代が安くなる可能性のあるかたへ、「お薬代負担軽減のご案内」を10月下旬に送付し、どのくらい負担軽減につながるかをお知らせ

します。ジェネリック医薬品の利用を希望するかたは、医師、薬剤師にご相談ください。

浪岡振興部健康福祉課
(☎017-734-5343)

青森県後期高齢者医療広域連合(☎017-721-3821)

法人県民税・法人事業税・特別法人事業税・法人市民税の電子申告

県及び市では、インターネットによる法人県民税・法人事業税・特別法人事業税及び法人市民税の電子申告を受け付けています。詳細は県または市のホームページをご覧ください。

青森県地域県民局県税部
課税第一課
(☎017-734-9972)
市民税課
(☎017-734-5192)



各種相談

10月の専門相談

◆予約が不要な相談

所屬市民なんでも相談室(駅前庁舎1階) ☎017-734-5249

- 人権相談 随3日(月)・17日(月) 午前10時～午後3時
- 行政相談 随6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木) 午前10時～午後3時
- 司法書士相談 随3日(月)・11日(火) 午前10時～午後2時
- 不動産相談 随6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木) 午前10時～午後3時
- 不動産鑑定士相談 随25日(火) 午後1時～3時
- 土地家屋調査士相談 随3日(月) 午前10時～午後2時
- 行政書士相談 随14日(金)・21日(金)・28日(金) 午前10時～午後3時

◆予約が必要な相談

●法律相談 随11日(火)・24日(月) 午後1時～3時

●生活安心5人(申込順) 随生活安心課 ☎017-734-5250へ電話予約。11日は3日から、24日は12日から受付(午前8時30分～) ※相談は1回まで

浪岡地区の相談

所屬浪岡庁舎2階 小会議室

- 人権相談・行政相談 随6日(木)・20日(木) 午前9時～午後3時

所屬浪岡振興部健康福祉課 ☎0172-62-1113

消費税インボイス説明会

随10月20日(木) ①午前9時30分～②午後2時

※②は免税事業者向け

所屬青森税務署1階共用会議室/30人

申請10月18日(火)までに、青森税務署法人課税第一部門(☎017-776-4241)へ

※音声案内「2」を選択

暮らしの困りごと相談所

各種行政機関や弁護士等が、年金・相続・多重債務等の様々な相談に応じます。

随10月18日(火) 午前10時30分～午後3時

所屬アウガ5階AV多機能ホール

申請10月4日(火) 午前9時から、総務省行政相談センター きくみ青森(☎0570-090-110)へ



健康ナビ

掲載の内容は、9月5日時点の情報をもとに作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

FOR YOUR HEALTH

10月は乳がん月間～乳がん検診を受けてください～

★乳がんになるのは40歳～60歳代がピーク

乳がんは女性がかかるがんの第1位ですが、早期発見・早期治療で99%以上が治ります。(出典：国立がん研究センターがん情報サービス乳がん臨床進行度別5年相対生存率)

★ブレスト・アウェアネス(乳房を意識する生活習慣)

4つのポイントで乳がんの早期発見を！

- ①知る…自分の乳房の状態を知る
- ②気づく…乳房の変化に気をつける(セルフチェック)
- ③相談する…変化に気づいたらすぐ医師に相談する
- ④検診を受ける…40歳になったら2年に1回の乳がん検診！

【自己負担金】

- ・40歳～59歳(2方向撮影：青森市国保加入者1,020円、その他1,430円)
- ・60歳以上(1方向撮影：青森市国保加入者無料、その他410円)

☎健康づくり推進課(☎017-718-2918)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)



詳しくは、市ホームページで内容をご確認ください

健康づくり推進課 鈴木

高齢者インフルエンザ予防接種が始まります

☎感染症対策課(☎017-718-2852)、

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)

時所11月1日(火)～12月31日(土)(年末は各医療機関の診療日まで)／指定医療機関(要予約)

☑**①**接種時に満65歳以上のかた、**②**接種時に満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より身体障害者手帳の内部障がい1級に該当するかた

☑**備**1,270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**となります(確認書類がない場合は、自己負担金が発生します)／健康保険証、身体障害者手帳(②の場合)を持参

▼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(①～⑤のいずれか1つ)…①令和4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(保険料段階が第1～3段階が対象)②令和4年度介護保険料納入通知書(保険料段階が第1～3段階が対象)③介護保険負担限度額認定証④後期高齢者医療限度額適用・標準負担額認定証⑤自己負担金が無料となる予診票(事前の申請が必要)※③④は有効期限が令和5年7月31日までのもの

■上記①～④の確認書類を医療機関へ持参出来ない場合の手続

【申請方法】郵送申請▶「高齢者インフルエンザ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、申請場所に郵送。1週間程度で予診票を送付します ※申請期限：12月20日(火)当日消印有効

来所申請▶即日発行※8:30～17:00(土・日、祝日を除く)／申請期限：12月28日(水)

【申請場所】感染症対策課(元気プラザ内)、浪岡振興部健康福祉課(浪岡庁舎)

【申請書設置場所】感染症対策課(元気プラザ内)、浪岡振興部健康福祉課(浪岡庁舎)、市役所本庁舎・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

健康に関するイベント・講座

いずれもマスクの着用をお願いします



＊体づくり講座・健康C&C(Check&Challenge) in 西部市民センター

チェック チャレンジ

時10月12日(水) 10:00～11:30

所西部市民センター 3階

☑**人**①椅子に座ってできる筋力トレーニング及び健康体操②血管年齢や握力測定等の健康・体力チェック、健康相談(予約優先)／各25人(申込順)

備公共交通機関でお越しください

☎10月7日(金)までに、①②両方またはどちらかを選択し、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

＊中央地区リーダー企画 ロコトレ講座

時10月13日(木) 10:00～11:30

所県民福祉プラザ4階多目的室4B

☑**人**健康講話、骨・関節・筋肉などを鍛えてロコモを予防する運動／20人(申込順)

備タオル、飲み物、内履き持参。動きやすい服装でお越しください。

☎10月7日(金)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ



10/10(月)～16(日)は精神保健福祉普及運動週間

精神保健福祉普及運動は、精神障がい者の福祉の増進及び国民の精神保健の向上のため、毎年、全国的に実施されています。こころの健康の不調は誰にでも起こりうる問題ですが、周囲からはわかりにくいという特徴があります。自身や周囲の大切なたのこころの健康について考えてみませんか。☎保健予防課（☎017-765-5285）

《精神保健福祉相談》

眠れない、気分が落ち込むなど、こころの不安や悩みを抱えるかたや家族などからの相談に、精神保健福祉士等が応じます。精神科医による相談（要予約）も定期的に行っています。

◆受付時間 月～金曜日（祝日を除く）8：30～18：00

◆相談窓口 ・保健予防課（☎017-765-5285）※精神保健福祉士が応じます
・浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1114）※保健師、精神保健福祉士が応じます
精神保健福祉士による相談（要予約）は、毎月第2水曜日（14：00～16：00）に実施



10月はこころの相談窓口の受付時間を延長しています

こころの相談窓口 ☎017-718-3434

月～金曜日（土・日、祝日、年末年始を除く）8：30～18：00

【延長日時】

※10月7日・14日・21日・28日の金曜日…

8：30～21：00（受付終了20：30）

※10月2日・9日・16日・23日・30日の日曜日…

16：00～21：00（受付終了20：30）

☎保健予防課（☎017-765-5285）



医師による健康教室・健康相談

☎10月19日(水) 健康教室13：00～14：00、健康相談
14：00～15：00／西部市民センター

☎盛勇造先生（盛ハート・クリニック院長）による講話
「高血圧症と賢く付き合う」

☎健康教室は30人（申込順）、健康相談は4組（申込順）
☎料無料／マスクの着用をお願いします

☎10月12日(水)までに、健康づくり推進課（☎017-718-2942）へ



医師による不妊専門相談

☎10月27日(木) 13：30～14：30

☎対象者には別途お知らせします／2組（申込順）

☎10月20日(木)までに、電話で、あおもり親子はぐくみプラザ（☎017-718-2984）へ



認知症の人を抱える家族のつどい in 青森

認知症のかたを抱える介護者同士がお互いに話し合い、介護の知恵を知ることができる場です。

☎10月16日(日) 13：00～15：00

☎料しあわせプラザ／無料

☎当日直接会場へ（途中の参加及び退室自由）

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



10月の助産師による心と体のケア相談

☎10月5日(水)・26日(水)

いずれも①10：00～②11：00～

☎あおもり親子はぐくみプラザ（元気プラザ内）

☎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、助産師が相談に応じます（要予約）

☎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

☎各日①・②ともに1組（申込順）

☎母子健康手帳、乳房の相談のかたはバスタオル及びフェイスタオル持参

☎希望日の前日までに、あおもり親子はぐくみプラザ（☎017-718-2984）へ



青森市ファミリー・サポート・センターサポート会員養成講習会

☎10月28日(金)、11月2日(水)・7日(月)・10日(木)・11日(金) ※詳細についてはお問合せください

☎青森市総合福祉センター

☎備20人（申込順）／サポート会員には、有償ボランティアとして、基準に基づき報酬が支払われます

☎10月21日(金)までに、電話で、青森市ファミリー・サポート・センター（フリーダイヤル ☎0120-916-800）へ



あおもり親子はぐくみプラザプレイルームの講座・発達相談 つどいの広場「さんぽぽ」10月のイベント案内

※ご利用の際は電話予約が必要になります。詳しくはお問合せください。

★あおもり親子はぐくみプラザ

〔プレイルーム開館時間〕 8:30~18:00(土・日、祝日も開館)

講座(電話予約)	開催日時	対象
よちよち広場 ~えがお みーつけた~	10/8(土) 10:00~11:00	0歳~1歳児の 子どもと保護者
あつまれ! わん ぱくこたち ~体をいっぱい動かして 親子でリフレッシュ~	10/13(木) 10:00~11:00	1歳6か月~概 ね3歳の子とも と保護者
おはなし広場 ~おはなし でてこい~	10/18(火) 10:00~11:00	0歳~就学前の 子どもと保護者
パパと遊ぼう ~りびだいすき~	10/23(日) 10:00~11:00	0歳~就学前の 子どもと保護者
ふたごちゃん みつごちゃん 一緒に遊ぼう!	10/26(水) 10:00~11:00	多胎児と保護者

※いずれも5組(申込順)

▼子どもの発達相談

相談内容	開催日時・対象
◆「はぐくみ相談」 集団生活の困りごとや就学に向けての心配ごとがあるお子さんと保護者を対象とした相談専門員による個別相談	10/7(金) 10:00~11:30 概ね3歳~就学前
◆「楽しくあ・そ・ぼ!」 ことば等の発達に心配のあるお子さんと保護者を対象とした集団あそびや相談専門員による個別相談	10/12(水)・25(火) 10:00~11:30 1歳~概ね3歳
◆「医師相談」 医師によるお子さんの発達に関する相談	10/19(水) 13:30~15:30

※いずれも2日前までに要予約

申問あおもり親子はぐくみプラザ

(佃二丁目 元気プラザ内、☎017-718-2975) へ

★つどいの広場「さんぽぽ」

〔開館時間〕 9:00~18:00(土・日、祝日は17:00まで)

イベント	日時・備考
赤ちゃん待ち合わせ (0歳児の育児についての情報交換と交流の場)	10/6(木) 10:30~11:15、 10/11(火) 13:15~14:00 1~11か月 各5組(申込順)
はじめてさん、こんにちは! ~さんぽぽって、どんなところ? (プレママプレパパ・初めてご利用するかた同士(妊婦さんも) 楽しく交流しましょう)	10/16(日) 10:30~11:15 5組(申込順)
英語であそぼう! (親子でハロウィンを楽しみましょう)	10/19(水) 10:30~11:15 7組(申込順) 講師:白取美穂さん (ラボ子ども英語教室)
西日本のママあつまれ~ (西日本出身の親子の交流の場)	10/24(月) 14:00~14:45 5組(申込順)
転勤族のママあつまれ~ (青森に転入された親子の交流の場)	10/28(金) 10:30~11:15 7組(申込順)

所 対 駅 前 庁 舎 2 階 / 0 歳 ~ 3 歳 の 乳 幼 児

申 問 イベントの申込みは10月1日(土) 9:00から

電話で、つどいの広場「さんぽぽ」

(☎017-721-4005) へ

お気軽にご参加ください♪



さんぽぽスタッフ



10月の子育て相談等の日程

子育て相談 妊産婦と子育て中のかた

- ◆あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)
保育士による相談…毎日
8:30~18:00(予約不要)(☎017-718-2975)
保健師等による相談…月~金曜日(祝日除く)
8:30~18:00(予約不要)(☎017-718-2983)
- ◆浪岡総合保健福祉センター
10/6(木) 9:00~10:30(前日までに電話予約)

ハミガキ相談(歯ブラシ持参) あおもり親子はぐくみプラザ
仕上げみがきの仕方、親子ふれ 10/11(火)(要予約)
あい遊び、絵本など 9:30~12:00
【対象】妊産婦と子育て中のかた

【申込み・問合せ】

- ・あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975)
…1週間前までに電話予約
- ・浪岡総合保健福祉センター…前日までに、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)へ電話予約



オンラインマタニティ講座

- ①沐浴編 時 10月12日(水) 10:00~10:30 / 沐浴
- ②育児準備編 時 10月12日(水) 10:45~11:15
内容 オムツ交換、抱っこ仕方、新生児の特徴
- ③マタニティライフ編 時 10月12日(水) 11:30~12:00
内容 早産予防、栄養

①~③いずれも

対 象 本市に住民票がある妊婦とそのご家族。パソコン、スマートフォン、タブレットのいずれかで「Zoom」を利用できるかた(データ通信料は利用者負担) / 各5組(申込順)

申 問 前日までに、電話またはEメールで、
氏名・電話番号・Eメールアドレス・

出産予定日・受講希望講座を、
あおもり親子はぐくみプラザ

(☎017-718-2984、

✉hagukumi-plaza@city.aomori.aomori.jp) へ



「青森市急病センター」は、「地域外来」として診療しています

「青森市急病センター」は、発熱や咳、倦怠感等の症状など、新型コロナウイルス感染の疑いのあるかたを診療する「地域外来」としています。診断の結果、医師が新型コロナウイルス感染症の検査（PCR検査）が必要と判断した場合は、翌日、「検査センター」で検査を受けていただきます。

☎️地域外来（青森市急病センター） ☎️017-773-6477 19:00～22:00 ※予約不要



急病診療案内

☎️保健予防課（本庁舎、☎️017-734-5770）

救急医療施設の確認は…◎救急病院紹介 消防本部 ☎️017-722-2211

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

子どもの病気やケガに関するご相談は…

◎こども救急電話相談 ☎️#8000 または ☎️017-722-1152

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

夜間のお薬相談は…

◎夜間お薬相談 ☎️090-5849-4348 ※毎日19:00～23:00



▲あおもり医療情報ネットワーク

初期救急医療施設案内

時間帯や症状に応じて初期救急医療施設をご利用ください

○夜間や日曜日・祝日の比較的軽度な急病患者への応急処置は、在宅当番医・休日救急歯科で受け付けています。右表を確認し、ご利用ください。

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

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

■休日在宅当番医（内科系 9:00～13:00/歯科 9:00～12:00）

- ・当番医は変更となる場合があります。受診の際は救急病院紹介（消防本部、☎️017-722-2211）へご確認ください。
- ・症状や年齢によって診療できない場合があります。受診の際はお問合せください。
- ・休日救急歯科を受診する際は、事前に電話で予約をしてから受診してください。

夜間（18:00～翌朝8:00）
夜間在宅当番医など ※救急病院紹介（消防本部）へ問合せ
日曜日・祝日の日中（9:00～13:00）
休日在宅当番医・休日救急歯科 （歯科は12:00まで）※下表をご覧ください

診療科目	医院名	電話番号	所在地
▼10月2日(日)			
内科系	高屋医院	017-776-2881	長島三丁目
歯科	こん歯科口腔外科クリニック	017-764-0071	西大野一丁目
▼10月9日(日)			
内科系	斉藤内科小児科医院	017-777-3818	青柳二丁目
歯科	桜田歯科医院	017-738-7511	野尻今田
歯科	長内歯科医院	017-722-3760	古川一丁目
▼10月10日(月)			
内科系	おきつ内科	017-757-8787	古川二丁目
歯科	ミナトヤ歯科医院	017-723-3077	桂木四丁目
歯科	後藤歯科医院	017-781-3130	篠田一丁目

診療科目	医院名	電話番号	所在地
▼10月16日(日)			
内科系	佐藤内科クリニック	017-726-7800	はまなす一丁目
歯科	たきや歯科医院	017-742-0939	花園二丁目
▼10月23日(日)			
内科系	まちだ内科クリニック	017-788-6688	羽白沢田
歯科	神田歯科医院	017-782-8359	浪館前田四丁目
▼10月30日(日)			
内科系	和田クリニック内科・胃腸科	017-775-1300	橋本二丁目
歯科	鈴木歯科医院	017-781-0032	篠田二丁目

10月は骨髄バンク推進月間

骨髄移植及び末梢血幹細胞移植は、白血病等の難治性血液疾患に対する有効な治療法です。白血球移植は、骨髄や末梢血幹細胞を提供していただける希望者の善意があって、初めて成り立つものです。移植を待つ患者さんのため、骨髄・末梢血幹細胞移植に関する正しい知識を持っていただき、一人でも多くのかたにドナー登録いただきますよう、ご理解とご協力をお願いします。詳細はホームページをご覧ください。☎️(公財)日本骨髄バンク ☎️03-5280-1789、🌐https://www.jmdp.or.jp

市では、骨髄等提供時にドナー休暇を利用することができないドナーやドナー休暇を付与した事業所に対して、「骨髄ドナー普及啓発助成事業助成金」を交付しています。☎️保健予防課 ☎️017-765-5281



▲パンフレット

◀パンフレットの
内容はこちらから

甲記載のものは申込順(一部除く) ほかは当日直接会場へ
 料記載のないものは無料
 ※掲載の内容は9月5日時点の情報をもとに作成しています。



情報ひろば

Information Plaza

！ イベント等は中止・延期・変更となる場合があります。最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

10月は「男女共同参画推進月間」 〇男女共同参画プラザ「カダール」 (☎017-776-8800)

青森市は、全ての人互いに個人としての人権を尊重し喜びも責任も分かち合い、それぞれの個性と能力を發揮できる「男女共同参画社会」の実現に向け、平成8年10月22日に「男女共同参画都市」を宣言、平成30年4月には『青森市男女共同参画推進条例』を施行しました。10月は推進月間として多彩なイベントを開催します。

イベント名	日時・場所・人員	内容
記念イベント	10/8(土) 14:30~16:00/ カダールAV多機能ホール ※受付は終了しました	①セレモニー「男女共同参画都市青森宣言」②青森市男女共同参画推進表彰 表彰式③ryuchell(りゅうちえる)トークショー…すべての人が「自分自身」を生きていける愛あふれる社会をめざしryuchellが語ります！進行役は元りんご娘のジョナゴールド♪
講師デビュー応援講座「一家に1つ！オーガニックハーブで作るMYスプレー」	10/2(日) 10:00~12:00/ アコール会議室/10人	講師：澤野真希さん(AEA)「日本アロマ環境協会」アロマセラピーインストラクター/材料費800円
カダールなんでも座談会(予約不要 聴くだけでもOK)	10/21(金) 10:00~11:30/ カダール企画ワーク室2/6人	その日に集まったメンバーで「これって私だけ？こんな時どうしてる？」などの悩みや疑問について気軽に話しましょう。
ピンクリボンキャンペーン	10/3(月)~31(月)/カダール、インナーパーク・アコール	ピンクリボンねぶた展示、100人で作ったピンクリボンキルト展示など
三内丸山遺跡センター岡田所長に聞く「魅力ゆたかな縄文の暮らし~自分らしく生きるヒントを発掘しよう!~」	10/22(土) 13:30~15:30/ カダール研修室/40人	世界遺産登録に尽力した岡田所長に縄文の暮らしの魅力を聞き、今を生きる私たちの「ゆたかさ」とは何かを考える講座。 講師：岡田康博(三内丸山遺跡センター所長)
カダール映画の日2022特別編『ぼけますから、よろしくお願ひします。』無料上映会&監督トーク	10/23(日) 13:00~16:00/ カダールAV多機能ホール/150人	認知症の母と耳の遠い父と離れて暮らす 信友監督が両親の記録を撮ったドキュメンタリー映画。 監督のトークをお聞き逃しなく！ 信友直子監督▶
併催事業「男女共同参画関連図書展示」	10/13(木)~27(木)/ 市民図書館	テーマ…『「あなたらしい」を築く、「あたらしい」社会へ』に合わせて選んだ本の数々を図書館の一角に展示



スポーツ教室 申込みは各会場への来館のみ ★詳細はスポーツネット青森ホームページ(HP)http://miz-ss.com/sportsnet-aomori/top/)

教室名	開催日時	対象/人員	料金	申込み(申込順)
●みちぎんどリームスタジアム ☎017-765-6200				
弓道実技指導 ※土曜、祝日は昼のみ	10/20~11/10の火・木・土曜日 14:00~16:00、19:00~21:00	18歳以上の弓道経験者 各回5人	個人使用料	10/2(日)~
●大進建設スポーツ広場 ☎017-764-5525				
ラグビー教室	10/30(日) 10:00~12:00	3歳~中学生40人	無料	10/2(日)~28(金)

10月10日(月)スポーツの日に無料開放!

施設名/ 問合せ先	カクヒログループスタジアム (☎017-743-3361)	市営庭球場 (☎017-743-3361)	盛運輸サンドーム (☎017-729-3106)	青森市民室内プール (☎017-743-3440)
利用可能種目 /時間	バドミントン・卓球 …9:00~22:00	テニス …9:00~17:00	ジョギング・トレニング …9:00~22:00	水泳…10:00~12:00/13:00~15:00 15:30~17:30/18:30~20:30

青森競輪日程 (10月前半) 〇青森競輪場 (☎017-787-2020)

※は安方前売SCでのみ発売




熊本記念(GⅢ) 場外	1日(土)~4日(火)	函館ナイター(FⅠ) 場外	10日(月)~12日(水)
防府(FⅠ) 場外	2日(日)~4日(火)	弥彦(FⅠ) 場外	11日(火)~13日(木)
小倉ナイター(FⅠ) 場外※	5日(水)~7日(金)	松山(GⅢ) ナイター場外	13日(木)~16日(日)
和歌山(FⅠ) 場外	5日(水)~7日(金)	静岡(FⅠ) 場外(1・2日目)	14日(金)・15日(土)
青森ミッドナイト(FⅡ)	6日(木)~8日(土)	静岡(FⅠ) 場外(3日目)※	16日(日)
松阪記念(GⅢ) 場外	7日(金)~10日(月)		

車券発売状況についてはお問合せください。
 ミッドナイトは一般入場は行っておりません。





青森競輪場
イメージキャラクター 葵 明輪

イベント
イベント名

イベント名	日時・場所・内容	対象・人員	料金・備考	申込み・問合せ
アコール階段ギャラリー	10/2(日)~30(日) 9:00~21:00※10/9(日)は休館日/働く女性の家「アコール」/『戦争はいけません。絶対にダメです』澤田教一が伝えたかった事。澤田サタが伝えぬく事。』写真パネル展	—	—	働く女性の家「アコール」 (☎017-723-1700)
三内丸山アリーナ健康教室	10/6(木)・13(木) 16:00~18:00/三内丸山アリーナ/中高年から落ちてくる下半身の筋肉を鍛え、無理のない有酸素運動で生活習慣病の予防や、身体機能の低下を予防しましょう。運動で身体的・精神的な機能の維持・改善をしましょう。	各回30人	1回200円 (保険料込)	事前に、電話で、三内丸山アリーナ(☎017-761-4771)へ
松原町会第39回文化祭	10/8(土)10:00~16:00、10/9(日)10:00~15:00/中央市民センター/地域住民が制作した芸術作品及び地域の保育園、幼稚園、小・中学生の作品展示ほか、新鮮朝市の開催や段ボール迷路へのチャレンジ など	—	—	松原町会 (新潟、☎090-3753-2019)
油川市民センターまつり	10/8(土)・9(日) 10:00~15:00…作品展示等、10/8(土)10:00~11:00…肺がん検診・結核健診(検診車)/油川市民センター	—	—	油川市民センター (☎017-788-1201)
雲谷新そばまつり	10/8(土)~10(月) 10:00~そばが無くなり次第終了/モヤヒルズ/モヤヒルズで収穫したそば粉を使ったざるそば 各日限定120食	—	—	モヤヒルズ(☎017-764-1110)
きのご展示・鑑定会	10/9(日) 9:30~15:00/月見野森林公園ログハウス/各種きのご展示と「青森きのこ友の会」による鑑定		—	森林組合あおもり (☎017-739-1310)
樹木医と巡る合浦公園	10/16(日) 13:30~15:00/合浦公園※雨天時屋内/樹木医が合浦公園内の樹木の生態等を解説	15人	—	10/13(木)までに、氏名・電話番号を、電話で、公園河川課(☎017-752-8334)へ
青森秋まつり	10/9(日)・10(月) 9:00~16:00※10/10は15:00まで/合浦公園多目的広場/①ステージイベント②各種出店③合浦ドキドキ展望車コーナー④木登り体験会⑤スラッグライン ほか	④午前午後各30人	③中学生以上300円、小学生100円 ④1人500円	パークメンテ青い森グループ (☎017-741-6634)
秋の緑と花の市	10/9(日)・10(月) 9:00~16:00※10/10は15:00まで/合浦公園多目的広場/花苗・苗木の販売 ほか	—	天候等により早めに終了する場合あり	公園河川課(☎017-752-8334)
市民センターのおはなし会 主催：青森市読書団体連絡会 ※10/21までの開催分	10/9(日) 11:00~11:30/東部市民センター 2階和室 10/15(土) 10:30~11:30/油川市民センター 3階創作活動室 10/21(金) 15:15~15:30/西部市民センター 和風学習室1	3歳~小学3年生と保護者	—	市民図書館(☎017-776-2455)
シニア向け合同企業説明会	10/13(木) 13:00~16:00/男女共同参画プラザ「カダール」A/V多機能ホール/企業担当者による会社概要・求人内容等の説明(参加企業15社程度)、ミニセミナー「採用につながる応募書類のポイント」ほか ※入退場自由	45歳以上の就職活動中のかた	雇用保険受給者資格者の求職活動として認められます。	ネクストキャリアセンターあおもり(☎017-723-6350、 ✉chuukounen@ims-hirosaki.com)
コケ観察会	10/15(土) 9:50眺望山管理棟駐車場集合 12:00終了/澤田満さん(津軽植物の会)と眺望山のコケを観察 ※申込後の連絡はありませんので、当日直接集合場所へ	—	飲み物・雨具・ループ・長靴・筆記用具持参	10/10(月)までに、この観察会名・住所・氏名・年齢・電話番号を、はがき・FAX・Eメールで、〒038-0012 柳川二丁目4-37 森林博物館(☎017-766-7800、☎017-766-7803、✉info@aomori-shi.shinrinhakubutsukan.jp)へ
青森公立大学 青森まるっとよいところ祭り	10/15(土) 10:00~15:00/県観光物産館アスパム1階イベントホール/学生が企画・運営する県内10市町村のPRイベント	—	—	青森公立大学地域連携センター (☎017-764-1589)
青森公立大学 学生企画「浅虫のWA」  詳しくはこちら	①文化祭 in 浅虫…10/15(土) 10:00~16:35/「道の駅」浅虫温泉ゆ〜さ浅虫駐車場、4階会議室/公立大学の8サークル、浅虫町会の「琴の会」と「軽音楽部」がパフォーマンス披露。浅虫風芋煮会や温泉券の抽選会もあり ②浅虫の和…10/30(日) 10:00~15:00/「道の駅」浅虫温泉ゆ〜さ浅虫4階会議室、浅虫コリドー横/講師を招き、「和」をコンセプトとする水引・生花・抹茶・着物の4つの体験教室を開催。ご家族での参加も大歓迎!	—	②水引150円、生花500円、抹茶200円、着物2,500円	②の生花と着物は事前に、下記二次元コードより申込み。  ◀申込みはこちら 青森公立大学経営学科 丁研究室 (☎017-764-1673)

☑記載のものは申込順（一部除く） ☒記載のないものは無料
 ※掲載の内容は、9月5日時点の情報をもとに、作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

イベント

イベント名	日時・場所・内容	対象・人員	料金・備考	申込み・問合せ
アフタヌーン・コンサート 	10/15(土) 14:00~15:30 / 中世の館 / 弘前市吹奏楽団によるコンサート※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策にご協力をお願いします。なお、休憩時の飲み物提供は中止します。	-	200円(高校生以下無料)	中世の館 (☎0172-62-1020)
アーティストックスイミング体験会(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ全て25m完泳できるかた)	10/15(土) 13:00~15:00 / 新青森県総合運動公園室内プール / 2026年開催予定の国民スポーツ大会で青森市開催の競技ですのでぜひご参加ください!	小学3年生以上の女子	-	10/12(水)までに、住所・氏名・学年・電話番号を、電話・Eメールで、県水泳連盟 (☎090-9747-5189、☒4499jin@gmail.com)へ
第10回『未来のおもりの街』コンクール作品・表彰式	10/15(土)・16(日) 展示…9:00~17:00※10/16は14:00まで、10/16(日) 表彰式…14:00~ / 県観光物産館アスパム2階エネルギー館ギャラリー / 市内小学4~6年生を対象に募集した全作品を展示。来場者によって決められる当日賞もありますので、ぜひお越しください。	-	-	未来をかたちに実行委員会事務局 (☎017-729-1857)
世界遺産で学ぼう!! 「こまきの縄文アカデミア4」  小牧野遺跡PRキャラクター「こまっくー」	10/23(日) 9:40~15:00 ※9:30縄文の学び舎・小牧野館集合 / 縄文の学び舎・小牧野館、小牧野遺跡 / 小学3~6年生までの児童とその保護者を対象に、小牧野古道謎解きウォーキング、考古学お仕事体験、火起こし大会などの体験学習。ランチ付。	8組(1組4人まで)	ホームページやSNS等の取材に協力いただけるかたのみ	10/10(月)までに、児童氏名(ふりがな)・学校名・学年・住所・保護者氏名(ふりがな)・電話番号を、Eメールで、縄文の学び舎・小牧野館 (☎017-757-8665、☒info@komakinosite.jp)へ
エコごはん料理教室	10/29(土) ①10:00~12:30②14:00~16:30 / 西部市民センター / 青森の身近な食材をまるごと使って、できるだけ生ごみを発生させない、家庭にも環境にもやさしくおいしい「エコごはん」にチャレンジ!	①②各12人(小学生以下保護者同伴)	エプロン・三角巾・ふきん持参	10/3(月)から電話で、清掃管理課 (☎017-718-1179)へ


講座

講座名	日時・場所・内容	対象・人員	料金・備考	申込み・問合せ
燻製作り体験講座	10/16(日) 9:00~12:00 / 浪岡細野山の家 / 魚の生干し・ベーコン等を使って燻製作りを体験 講師: 池内完さん	10人	1,500円 / エプロン・マスク・軍手持参	10/2(日)から浪岡細野山の家 (☎0172-62-3129)へ
「あもり歴史トリビア」を読む会 【テーマ】青森市と油川町の合併	10/19(水) ①14:00~②218:30~ ※①②同内容 / 市民図書館 8階会議室2 / 講師: 工藤大輔(歴史資料室長)	各回20人	-	10/3(月)から、歴史資料室 (☎017-732-5271 ※祝日を除く月~金曜日9:00~17:00受付)へ
ふれあい農園加工体験講座「豆腐づくり」	10/23(日) 9:30~12:30 / ふれあい農園 / 県産大豆「おすす」を使って豆腐づくり	4組(抽選) ※1組3人まで	1組1,000円	10/12(水)必着で、住所・氏名・電話番号を、往復はがき(1組1枚)に、〒030-1261 四戸橋字磯部243-342 青森市ふれあい農園「豆腐づくり」(☎017-761-3082)へ
デジカメ講座 	10/29(土) 10:00~12:00 / 森林博物館 / 青森県の自然を中心に撮影している成田徹さんにデジタルカメラをうまく活用する方法を学ぶ	20人(抽選)	デジタルカメラ(スマートフォン可)、筆記用具持参	10/17(月)必着で、住所・氏名・年齢・電話番号を、往復はがき(1枚2人まで)に、〒038-0012 柳川二丁目4-37 森林博物館 (☎017-766-7800)へ
青森市国際交流員異文化理解講座 ①Let's Cooking! アメリカで人気のCookieを作ってみよう! ②~台湾おさんぽ~ 名勝めぐり&グルメの旅	①10/29(土) 10:00~12:00 / 沖館市民センター2階調理実習室 / アメリカで人気のカラフルな「マープルチョコチップCookie」を作ったり、英語を使ってゲームをしたりして、楽しい!おいしい!国際交流に参加しませんか? 講師: ベンジャミン・バルガス(青森市国際交流員) ②11/8(火) 13:30~15:30 / 浪岡庁舎2階大会議室 / 今はまだ海外旅行は難しいけれど、台湾の名勝めぐりやグルメなど、旅をしたくなるような台湾情報を楽しく学ぼう! 講師: ウ・ヨンシン(青森市国際交流員)	①小学生16人(抽選) / ②20人	①300円程度(当選者に納付書を送付) / エプロン、三角巾持参 ②筆記用具持参 Let's make yummy cookies♪ (おいしいクッキーを作ろう)	①は10/14(金)までに、氏名・年齢・住所・電話番号を、電話・Eメールで、交流推進課 (☎017-734-5235、☒kouryuusuishin@city.aomori.aomori.jp)へ ②は事前に、氏名・住所・電話番号を、電話・Eメールで、地域づくり振興課 (☎0172-62-1147、☒n-chiiki@city.aomori.aomori.jp)へ

青森市国際交流員ベンジャミン・バルガス

お知らせ・募集案内

青森高等技術専門学校
令和4年度
職業訓練生
募集



ハロートレーニング
急がば学べ

☑①簿記・経理基礎科2…11/15(火)~R5.2/14(火)、
 ②介護実務者研修科3…12/9(金)~R5.6/8(木)
 ☒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
 各20人
 ☑①は10/25(火)、②は11/18(金)までに、
 ハローワーク青森 (☎017-776-1561 音声案内42#)へ



詳しくはこちら▶

市民センターの講座

申込みは各開催場所へ(申込順・一部抽選) / 少数中止 / 受講キャンセルは開始1週間前まで

講座名	開催日時	対象/人員	料金	申込方法
●東部市民センター ☎017-736-6255				
「初心者絵画教室」【後期】～心の贈り物・秋を描く～	10/17(月)・18(火)10:00～12:00	18歳以上5人	無料	10/8(土)9:00～来館・電話
シリーズ「和の伝統文化体験教室」～②風呂敷の驚きの活用法～	10/26(水)10:00～12:00	18歳以上10人	無料	10/12(水)9:00～来館・電話
「シニア向けスマートフォン教室」～基礎コース・文字入力とカメラを学ぶ～	10/28(金)10:00～12:00	60歳以上10人	無料	10/14(金)9:00～来館・電話
東部キッズスクール ベンジャミン先生の「わくわく英会話⑥」	11/5(土)10:00～11:30	小学1～3年生20人	無料	10/22(土)9:00～来館・電話
東部キッズスクール「小中学生のパドミントン基礎教室」	11/5～19の土曜日10:00～12:00	小・中学生13人	900円	10/22(土)12:00～料金持参で来館
体幹を鍛えよう！石川久美子社中「津軽笑っせ手踊り教室」【後期】	11/10・17の木曜日19:00～20:30	5人	無料	10/20(木)9:00～来館・電話
●大野市民センター ☎017-739-6228				
ヨガでゆったり、心と体を鍛えよう♪	11/1～22の火曜日13:00～15:00	18歳以上10人	無料	10/1(土)9:00～電話・来館
煎茶道でお茶を楽しむ	11/9～30の水曜日10:00～12:00	18歳以上10人	1,000円	10/1(土)9:00～電話・来館
【地域力アップ講座】もしもの時に役立つエンディングノート	11/17(木)13:00～15:00	18歳以上15人	無料	10/1(土)9:00～電話・来館
小物づくり(折り鶴の小銭入れ)	11/18・25の金曜日10:00～12:00	18歳以上10人	1,600円	10/1(土)9:00～電話・来館
●横内市民センター ☎017-738-8723				
青森の近代文学 第2弾	10/17(月)10:00～12:00	18歳以上20人	無料	10/3(月)10:00～電話・来館
～ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ～	10/24(月)10:00～12:00	18歳以上15人	無料	10/11(火)10:00～電話・来館
青森市内にある文化財	11/8(火)10:00～11:30	18歳以上25人	無料	10/25(火)10:00～電話・来館
子供から大人まで～ニュースポーツ(ラダーゲッター・〇×ゲーム)～	11/12(土)10:00～12:00	小学生以上30人	無料	10/28(金)10:00～電話・来館
●戸山市民センター ☎017-743-0720				
からだ矯正！背骨の歪みを整えよう！	10/26～11/9の水曜日10:00～12:00	18歳以上15人	無料	10/1(土)10:00～電話・来館
【地域力アップ講座②】「地域包括支援センターって知ってますか？」	11/15(火)10:00～12:00	18歳以上20人	無料	10/10(月)10:00～電話・来館
●油川市民センター ☎017-788-1201				
税務署が教える相続税のお話	10/27(木)10:00～12:00	18歳以上20人	無料	10/3(月)9:00～電話・来館
羊毛でミニマフラーを作ろう(キウイクラフト)	11/7(月)10:00～13:00	18歳以上10人	1,300円	10/18(火)9:00～電話・来館
やさしい着付け教室	11/10～12/15の木曜日10:00～12:00	18歳以上15人	無料	10/20(木)9:00～電話・来館
はじめてのごぎん刺し、コースターに挑戦	11/15～29の火曜日10:00～12:00	18歳以上10人	1,000円	10/25(火)9:00～電話・来館
●古川市民センター ☎017-776-8082				
【地域力アップ講座】「ほんとは知らない市役所の仕事」	10/24(月)10:00～12:00	18歳以上20人	無料	10/5(水)10:00～電話・来館
ソフトエアロビクスと健康講座	11/5～12/3の土曜日10:00～11:30	中学生以上50人(抽選)	無料	10/22(土)9:00～9:30 来館受付、9:30～抽選
●荒川市民センター ☎017-739-2343				
ママ＆ベビー・キッズフィットネス～産後のボディリカバリー～	10/18(火)10:00～11:30	6か月～3歳の乳幼児と保護者15組30人	無料	10/5(水)9:00～電話・来館
和布でハンドメイド～かわいいお地藏様～	10/21・28の金曜日10:00～12:00	18歳以上10人	800円	10/7(金)9:00～電話・来館
草木染教室～マリーゴールド～	10/27(木)10:00～12:00	18歳以上12人	1,000円	10/13(木)9:00～電話・来館
からだスッキリ！リフレッシュヨガ	10/28(金)13:00～14:30	18歳以上20人	無料	10/14(金)9:00～電話・来館
今日は俺が作るぜ！男の料理教室～秋～	10/29(土)10:00～13:00	中学生以上の男性12人	1,000円	10/11(火)9:00～電話・来館
楽しくフィットネス！～エアロビクス&ストレッチ教室～	11/8～29の火曜日19:00～21:00	高校生以上30人	無料	10/26(水)9:00～電話・来館
心しずかに自分と向き合う～写経と心にひびくお話～	11/12(土)10:00～12:00	中学生以上20人	無料	10/28(金)9:00～電話・来館
●沖館市民センター ☎017-761-4161				
心静かに・・・写経を学ぶ	10/13～27の木曜日10:00～12:00	18歳以上20人	100円	10/3(月)9:00～電話・来館
スタンドグラスでフットランプづくり	10/19・26の水曜日9:30～12:30	18歳以上10人	2,500円	10/4(火)9:00～電話・来館
一味違う肉料理	10/21(金)10:00～13:00	18歳以上20人	1,800円	10/5(水)9:00～電話・来館
健康教室「シニア世代に保健師さんがすすめる健康習慣」	10/25(火)10:00～12:00	50歳以上30人	無料	10/6(木)9:00～電話・来館
●北部地区農村環境改善センター ☎017-754-2244				
権現舞と居合術	11/6(日)10:00～12:00	18歳以上20人	無料	10/1(土)9:00～電話・来館
初めての社交ダンス	11/11・18の金曜日10:00～12:00	18歳以上10人	無料	10/10(月)9:00～電話・来館
安藤氏と城館について(フォーラム)	11/19(土)13:00～16:00	18歳以上40人	無料	10/1(土)9:00～電話・来館
自分へのご褒美に！疲労回復、ステーキ丼	11/23(水)10:00～13:00	18歳以上12人(抽選)	無料	10/21(金)～23(日)9:00～電話・来館、10/25(火)9:00～抽選結果揭示

掲載のものは申込順（一部除く）ほかは当日直接会場へ

※掲載の内容は、9月5日時点の情報をもとに、作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

市民スクール 応募者多数抽選/少数中止/受講キャンセルは開始1週間前まで

開催場所	番号	講座名	開催日時	対象/人員	料金
中央市民センター	1	初めてでも安心！エアロビクス&ストレッチで楽しく運動習慣づくり	11/1～29の火曜日10:00～12:00 ※11/15除く	18歳以上30人	無料
	2	版画で作る年賀状～あおもりから新年のごあいさつ～	11/5～12/17の土曜日10:00～12:00 ※11/12・19除く	18歳以上12人	700円
	3	要介護にならないために～ロコモ予防でいきいきエンジョイ！～	11/7(月) 10:00～11:30	18歳以上30人	無料
	4	日本の財政、青森の経済情勢について考えよう	11/8(火) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	5	小牧野遺跡を中心とした国内外の環状列石&白神山地VR体験	11/9(水) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	6	太極拳で冬場の健康維持	11/10～12/1の木曜日13:30～15:30	18歳以上30人	無料
	7	暮らしを支える税と財政	11/14(月) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	8	知っておきたい終活の話～幸せな遺言・相続について～	11/19(土) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	9	こぎん刺しでミニがまぐちを作ってみよう	11/23(水) 13:00～15:00	中学生以上15人	1,000円
	10	毎日の食生活を見直してみよう！～楽しく健康な人生のための食生活～	11/28(月) 10:00～11:30	18歳以上30人	無料
戸山市民センター	11	さぁクリスマス！ファミリーパーティー☆	11/27(日) 10:00～13:00	中学生以上8人	1,500円
	12	新城石江の中世遺跡	11/4(金) 10:00～12:00	18歳以上30人	無料
西部市民センター	13	初めての太極拳でラクラク転倒予防	11/7～28の月曜日 10:00～12:00	18歳以上30人	無料
	14	塩谷先生の「うたごえ&ミニレクリエーション」	11/9～30の水曜日 13:00～15:00	30人	無料

キッズスクール 開催場所：中央市民センター 対象：市内在住の小学生 応募者多数抽選/少数中止/受講キャンセルは開始1週間前まで

番号	講座名	開催日時	対象/人員	料金
1	将棋道場「粘り強く考える力を身につける『はじめての子ども将棋教室』	11/5～26の土曜日10:00～12:00	1～6年生20人	無料
2	羊毛フェルト「羊毛でチクチク作ろう！『コロんとかわいいパンダちゃん』	11/6(日) 10:00～12:00	3～6年生10人	500円
3	パティシエ「季節の果物でおやつ作り！『県産リンゴの簡単タルトタタン』	11/12(土) 10:00～12:00	3～6年生15人	600円
4	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！」	11/12(土) 13:00～15:00	1～6年生15人	無料
5	国際交流「ゲーム」国際交流員ベン先生に教わる『とっても楽しいアメリカのイースター』	11/13(日) 13:00～15:00	1～6年生15人	無料
6	キッズヨガ「しなやかに健やかに『今のうちに身に付けたいキッズヨガ』	11/19・26(土) 13:30～15:30	1～6年生20人	無料
7	津軽こぎんざし「キッズこぎん応用編『縫わずに作れるとってもかわいいミニがまぐち』	11/23(水) 10:00～12:00	3～6年生15人 ※3年生は保護者同伴	500円
8	パティシエ「オリジナルデコレーションを楽しもう！『ケーキミックス粉で作る簡単マドレーヌ』	11/26(土) 10:00～12:00	3～6年生15人	600円
9	サイエンス「天然色素で染め物体験『自分だけのハンカチ作り』	11/27(日) 13:00～15:00	1～6年生30人	無料

【申込方法】 10/17(月)必着で、必要事項を記入の上、下記の方法でお申込みください。※10/24(月)から結果通知

●申込用紙（キッズスクールはなし/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（コンビニ等不可） ●Eメール（件名「〇〇スクール申込」）

【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講座番号・講座名 ⑦学校名(キッズスクールのみ) ⑧FAX番号(FAXでお申込みのかたのみ)

【申込み先】 〒030-0813 松原一丁目6-15 中央市民センター ☎017-775-7048、✉center-koza@city.aomori.aomori.jp

【問合せ先】 中央市民センター ☎017-734-0164

中央市民センターのイベント

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

◆こどもの映写会

時 10月23日(日) 10:00～10:40(開場9:30)

因 おしりたんていシリーズ「ププッ コアラちゃんだいかつやく」、「ププッ とこやさんにうかぶゆうれい」

因 料 25人(当日先着順)/無料

◆10月のプラネタリウム

料 160円(中学生以下無料/障がい者手帳提示80円)

星空の時間 土曜日 ①11:00 ②13:30

必見! 皆既月食～赤く染まる月～ 日曜日・祝日 13:30
(約50分) (16日除く)

プラネくと星空さんぽ 日曜日・祝日 11:00
絵話「しょうじょう寺のためぎばやし」 (16日除く)
(幼児向け・約40分)

◆おとなの映写会

時 10月28日(金) 10:00～11:45(開場9:30)

因 「オリバー・ツイスト」…戦争の中で運命をもてあそばされていく健気な少年オリバー・ツイストの感動物語(1947年/字幕版)

因 料 50人(当日先着順)/無料

いずれのイベントも
マスクの着用を
お願いします



中央市民センター 長内

AOMORI COFFEE FESTIVAL 2022

食欲の秋
美味しいイベントへ
でかけてみませんか？



インスタで
チェック！



ゴミを減らす試みとして、リユースカップでの提供を予定しています！

MENU

コーヒーやコーヒーに合うパンやマフィン、スコーンのほか、コーヒーに関連した雑貨など、県内外から約60店舗のお店が大集合！あなたのお気に入りを見つけよう！また、世界大会出場選手によるラテアートやコーヒーワークショップも開催。オリジナルグッズも販売します♪

と き：10/22(土)・23(日)
10:00～16:00
※雨天決行

ところ：ねぶたの家ワ・ラッセ西の広場、
あomorい駅前ビーチ
☎AOMORI COFFEE FESTIVAL実行委員会 (☎017-722-7947)

秋も浅虫♪

浅虫パンと
コーヒーまつり

ゆ～さ浅虫クラフト縁日

※天候により中止の場合があります

と き：10/8(土)10:00～16:00

10/9(日)9:00～15:00

ところ：「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫

青森県内の美味しいパン、コーヒー、スイーツのお店が多数出店！「ゆ～さ浅虫クラフト縁日」では、雑貨等の販売や射的・ヨーヨー釣りなどイベント盛りだくさん♪

☎「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫 (☎017-737-5151)

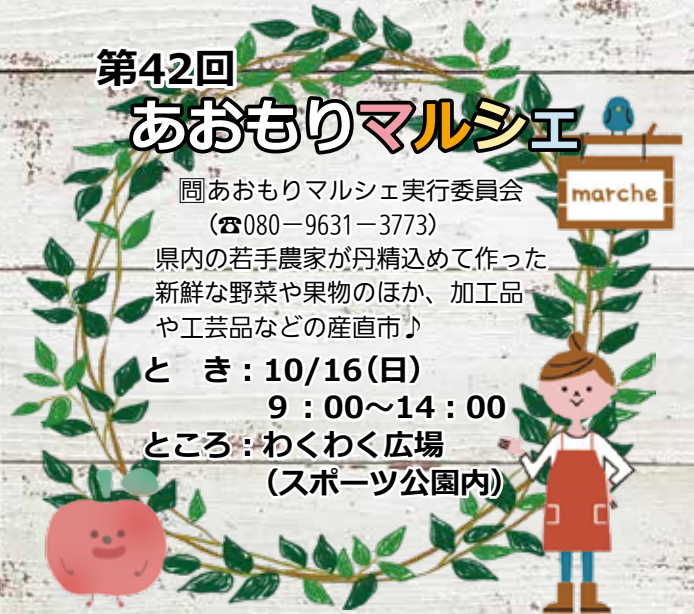
第42回
あomorいマルシェ

☎あomorいマルシェ実行委員会
(☎080-9631-3773)

県内の若手農家が丹精込めて作った新鮮な野菜や果物のほか、加工品や工芸品などの産直市♪

と き：10/16(日)
9:00～14:00

ところ：わくわく広場
(スポーツ公園内)



《広告》



60歳からの
助だち人生

お仕事の一例や、会員さんの声はこちらから



(公財) 青森市シルバー人材センター

青森市本町4丁目1-3
福祉増進センター2階

☎：017-773-3604

次号10月15日号の配布日は、
10月13日(木)～15日(土)です。

人口と世帯数 令和4年9月1日現在 ※住民基本台帳調べ()内は前月との増減
男性127,205人(-84) 女性145,415人(-142) 合計272,620人(-226) 世帯数137,433世帯(-67)