

令和5年(2023年)

12.15

No.449

広報



あおもり



写真：青森市子ども会議フォーラム2023
(11月19日／青森市議会議場)

- 主 04 市からの重要NEWS
な 10 健康ナビ
内 11 ご利用ください♪健康に関するイベント・講座
容 13 情報ひろば
16 2024あおもり桜マラソン参加者募集！

【特集】

**あおもり未来ミーティング
(ワークショップ形式)を開催しました**



あおもり未来ミーティング (ワークショップ形式)を開催しました

問広報広聴課 (☎017-734-5107)

新たな広聴事業を スタート

市では、市民ニーズや地域の課題を把握し、市政運営の参考とするともに、みんなで未来を育てるまちに向けて、みなで対話を深めることを目的に、ワークショップ形式による「あおもり未来ミーティング」を開催しました。

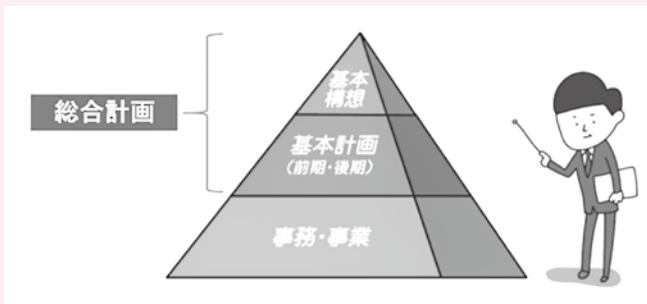
この「あおもり未来ミーティング」は、テーマに合わせたワークショップに参加した市民一人ひとりが積極的に意見を出し合い、自分とは異なる考え方や価値観に触れながら対話を重ねることで、個人では生み出せない未来志向の新たなアイデアやより良い解決策を提案してもらう場です。

今回の特集では、11月3日に初めて開催したワークショップ形式による「あおもり未来ミーティング」の様子をお届けします。



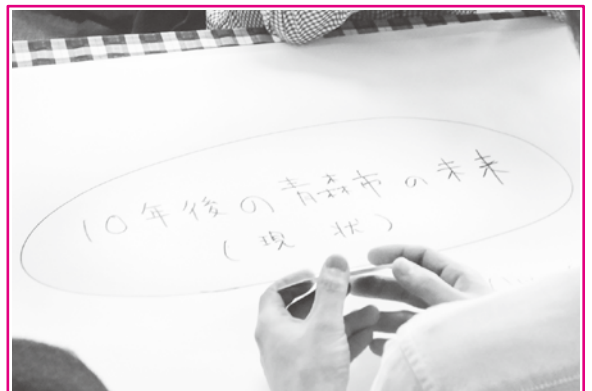
▲広報広聴課 吉田

総合計画とは



総合計画は、まちづくりを総合的、計画的に進めるための指針となり、10年後の将来を見据えたまちづくりの方向性を示した基本構想と、これを実現するための具体的な取組を示した基本計画で構成され、市のあらゆる活動の最上位の計画となるものです。

市では、青森市総合計画審議会を設置し、各分野における関係団体の方々に計画の内容を調査・審議いただいているところであり、来年6月に基本構想、9月に基本計画の決定を目指しています。



テーマは 10年後の青森市の未来

青森市総合計画策定に当たり、10年後のありたい姿について、市民の様々な視点から意見やアイデアをいただくこととしました。

当日は、高校生、大学生、移住者、起業家、働く女性、町会関係者、市若手職員と幅広い年代の総勢82人が参加しました。

西市長あいさつ 今こそチャンス



はじめに西市長が、「こんなに多くの人数でワークショップをやるのは初めて。皆さんのアイデアが出るのを楽しみにしている」とあいさつし、「青森のまちづくりは、みんなの力を合わせなければできないことであり、対話することで誰もが納得する方向性を見いだす。皆さんのアイデアをいただき、みんなで未来を育てていきたい」と熱い思いを伝えました。また、「今こそチャンスだ」と思うことは、まさにこのワークショップだ」と話し、

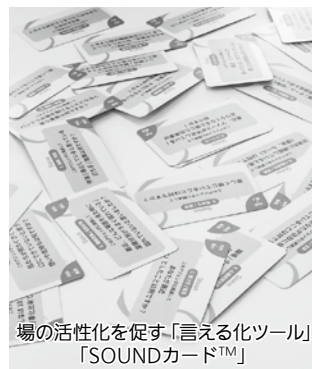
「まさに今、市政が新しく変わろうとしているタイミングなので、このワークショップは大きなチャンス。皆さんのご意見を参考にしながら総合計画を策定していく。ぜひ力を貸してほしい」と参加者へ呼び掛けました。

青森市の現状

この後、市から、総人口の推移と将来見通しや、市民意識調査の結果などについて説明しました。



- ・令和27年までの30年間で10万4千人が減少する見込み
- ・令和27年には、現役世代0.94人で1人の高齢者を支える見込み
- ・市の合計特殊出生率は、国・県と比較して低い割合で推移
- ・18歳や22歳前後の転出超過が著しい傾向
- ・「住み続けたいと思う」、「誇りや愛着を感じる」割合は、若い世代ほど低く、年齢層が高くなるほど増加



場の活性化を促す「言える化ツール」
「SOUNDカード™」

ワークショップ開始

ファシリテーターを務める佐藤淳さん（青森大学社会学部教授）が対話について説明し、いよいよワークショップ開始。

参加者は、4〜5人のグループに分かれ、各グループの参加者と対話を始めました。対話は、参加者が様々な「問い」が書かれた「SOUNDカード™」の中から自分が話したいと思う「問い」を選び、その「問い」に対する答えを話します。他の参加者は静かに耳を傾け、模造紙にポイントを書き込み、一巡したら、自由に浮かび上がったことをみんなで対話します。このような流れで、10年後の青森市の未来について、「現状」と「ありたい姿」を幅広い年代の方々が真剣に話し合い、考えました。

いただいた意見や アイデアの活用

最後に、参加者一人ひとりが「あなたは10年後、どんな青森市であってほしいですか」の問いに対する答えを用紙に記入し、グループで見せ合い、共有して終了しました。若い人が暮らしやすいまち・働ける場所が増えてほしい・子育てに日本一やさしい市になってほしい・子どもがのびのび、自分らしくいられる・雪国ですので除雪をしっかりとってもらいたい・障がい者も雪道で困らないように歩道の確保をしてほしい・好きじゃないところも、好きになれるように自分たちから工夫を！

のように若年層の定住、子育て、雪など様々なご意見をいただきました。

ここで出されたご意見は、11月27日に行われた青森市総合計画審議会の会議資料として活用させていただきました。



年末年始の業務案内

市役所・市の施設の主な業務は、12月29日(金)から1月3日(水)までお休みします。

主な施設の休日

施設名	休日
市役所本庁舎・駅前庁舎・柳川庁舎・浪岡庁舎(雪に関する市民相談窓口など一部を除く)／市民病院・浪岡病院(救急患者は受付)／各支所・各情報コーナー／つどいの広場「さんぽほ」／各市民センター／勤労青少年ホーム／元気プラザ／しあわせプラザ／市民図書館／男女共同参画プラザ「カダール」／働く女性の家「アコール」／リンクステーションホール青森／リンクモア平安閣市民ホール／協同組合タッケン美術展示館／縄文の学び舎・小牧野館／あおもり北のまほろば歴史館／浪岡中央公民館・各地区公民館／浪岡細野山の家／健康の森花岡プラザ／西山公園ロフトウ／カクヒログループスタジアム／盛運輸サンドーム／みちぎんドリームスタジアム／浪岡体育館／はまなす会館／三内丸山アリーナ	12/29(金)～1/3(水)
古川市民センタープール	12/4(月)～1/3(水)
西部市民センタープール	12/18(月)～1/3(水)
市民室内プール ※プール室の休日は12/18(月)～1/4(木)	12/29(金)～1/3(水)
中世の館／森林博物館	12/28(木)～1/4(木)
八甲田山雪中行軍遭難資料館／ねぶたの家ワ・ラッセ／青函連絡船メモリアルシップ八甲田丸／浪岡交流センター「あびねす」	12/31(日)～1/1(月)
道の駅「なみおか」アップルヒル	1/1(月)

■「道の駅」ゆ～さ浅虫、モヤヒルズ(スキー場/12/31(日)は16:00まで)は休まず営業します。

年末年始の前後は市民課の窓口が混雑します。住民票の写し・戸籍の謄抄本・印鑑登録証明書などの交付申請は、お早めをお願いします。

証明書コンビニ交付サービスは、システム代替作業のため、各種証明書の交付及び、「利用者登録サービス」が12/27(水)～1/9(火)の期間、全店舗で休止します。
 閏市民課(☎017-734-5239)

家庭ごみ収集のお休み

次の期間は、収集場所にごみを出さないでください。

- 旧青森市の区域
 …12月30日(土)～1月3日(水)
 - 旧浪岡町の区域
 …12月30日(土)～1月3日(水)
- 閏清掃管理課
 (☎017-718-1179)
 浪岡振興部市民課
 (☎0172-62-1140)

受付する施設・業務(受付時間などが変更となりますのでご注意ください)

施設名・課名	業務名	12/29(金)	12/30(土)	12/31(日)	1/1(月)	1/2(火)	1/3(水)
アウガ(駅前庁舎)警備室(☎017-718-1906)	出生・婚姻・死亡などの戸籍届書の受領、火葬許可証の交付	終日受付					
浪岡庁舎守衛室(☎0172-62-1111)	出生・婚姻・死亡などの戸籍届書の受領、火葬許可証の交付	終日受付					
雪に関する市民相談窓口 旧青森市の区域(☎017-777-0230) 旧浪岡町の区域(☎0172-62-1168)	雪に関する相談などの受付	8:30～18:00 ただし、降雪状況によって開設時間を変更する場合があります。					
地域外来(急病センター)(☎017-773-6477)	発熱や咳、倦怠感の症状など、新型コロナウイルス感染の疑いのあるかたの診療	受付時間19:00～21:30(診療終了22:00)					
青森市清掃工場(☎017-757-8840)	一般廃棄物受入れ 可燃物・不燃物・粗大ごみ	8:30～16:30				休日	
一般廃棄物最終処分場(☎017-787-2108)	不燃物・粗大ごみ	8:30～16:30				休日	
ECOプラザ青森(☎017-763-1200)	缶・PET・ガラスびん・その他プラ	休日(1/4(木)～6(土)も休日)					
黒石地区清掃施設組合(☎0172-53-1222)	一般廃棄物受入れ【旧浪岡町の区域】	8:30～16:30	8:30～12:00			休日	
	沖浦埋立処分地	休日					
水道部施設課(☎017-777-4255)	水道凍結などの受付	8:30～17:00					
	道路漏水の受付	終日受付(17:00～翌8:30 警備員受付)					
斎場(☎017-738-3206)	火葬業務	8:15～17:00			休日	8:15～17:00	
浪岡斎園(☎0172-62-1130)	火葬業務	8:15～17:00			休日	8:15～17:00	
総合福祉センター(☎017-722-4517)	施設利用	9:00～17:00 ※児童センターは12/29(金)～1/3(水)が休日となります。					
東部営業所(☎017-726-5443) 西部営業所(☎017-788-2326)	バス運行	土曜日・日曜日・祝日ダイヤ					

子ども・子育て世帯応援金を支給します

子育て支援課（☎017-718-1232）、浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1113）

令和4年度から持続する食料費や光熱水道費などの物価高騰に直面する18歳以下の子どもを養育する全ての子育て世帯を支援するため、「子ども・子育て世帯応援金」を支給します。詳しくは、市ホームページ及び県ホームページをご確認ください。

●支給額 児童1人当たり 3万円 ●対象者 下表参照

区別	申請方法など	支給対象者	支給時期
青森市が支給	申請不要 児童手当等受給口座に振込み ※12月4日に対象者へお知らせを発送済	▶令和5年11月分の児童手当・特例給付を市から受給しているかた（公務員以外） ※高校生等（平成17年4月2日～平成20年4月1日生まれ）の児童分は別途青森県への申請が必要	12月21日（木）
青森県が支給	申請必要 【申請方法】 Web申請フォームまたは郵送 【申請受付期間】 令和6年3月15日（金）まで 【申請先】 青森県子育て世帯応援金給付事務センター 【申請に関する問合せ】 専用ダイヤル（☎0120-467-073） ※月～金曜日（祝日、年末年始を除く）9：00～17：00  ▲青森県子ども・子育て世帯応援金給付事業特設サイト	1 児童の養育者が青森県内に住所を有する場合 【令和5年10月31日時点で青森県内に住所を有するかた】 ▶高校生等を養育するかた ※養育する児童に中学生以下の弟妹がおり、市から児童手当等を受給しているかたでも、青森県への申請が必要 ▶令和5年11月分の児童手当等を所屬庁から受給しているかた（公務員） ▶児童を養育しているかたの所得が児童手当所得上限限度額を超えることにより、令和5年11月分の児童手当等を受給していないかた 【上記以外のかた】 ▶令和5年11月1日～令和6年2月29日（木）の間に出生した新生児を養育するかたで申請日時点で青森県内に住所を有するかた ▶満18歳までの児童を養育するかたで令和5年11月1日～令和6年2月29日の間に青森県外から青森県内に転入したかた 2 青森県内に住所を有する児童の養育者が青森県外に在住する場合 ▶令和5年11月分の児童手当等を青森県外の自治体、または所屬庁から受給しているかた ▶児童を養育しているかたの所得が児童手当所得上限限度額を超えることにより、令和5年11月分の児童手当等を受給していないかた ▶令和5年10月31日時点で青森県内に住所を有する高校生等を養育するかた ▶令和5年11月1日～令和6年2月29日の間に出生した新生児を養育するかた ▶令和5年11月1日～令和6年2月29日の間に青森県外から青森県内に転入した満18歳までの児童を養育するかた 3 令和5年10月31日時点で高校生等が施設等に入所などしている場合 ▶小規模住居型児童養育事業を行う者 ▶里親 ▶障害児入所施設等の設置者 ※小規模住居型児童養育事業を行う住居の所在地、里親の住所地、障害児入所施設等の所在地が青森県内にある場合に限る	12月下旬以降順次

※市から令和5年11月分の児童手当等を受給するかたであっても、児童手当等の提出書類の不備などにより青森県子育て世帯応援金給付事務センターへ申請していただく場合があります。

青森市役所で一緒に働けるかたを募集

令和6年度に青森市役所で働く会計年度任用職員を募集します。応募資格など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

募集職種▽一般事務補助・窓口業務／技術補助（電気・建築・土木・化学）／看護師／保健師／助産師／薬剤師／管理栄養士／臨床心理士／社会福祉士／精神保健福祉士 など

※障がい者枠の新規募集については、ハローワークの専門援助部門にご相談ください。

任用期間▽令和6年度内

選考方法▽面接による選考

申込方法▽申込書に必要事項を記入の上、直接または郵送で、〒030-8555 青森市役所人事課へ

申込締切▽令和6年1月12日（金）午後6時必着

※市民病院及び浪岡病院（看護師・看護助手など）の募集詳細については、市ホームページをご覧ください。

ムページをご覧ください。

人事課（☎017-734-5093）

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。

◆12月22日(金)～令和6年1月4日(木)に満70歳になるかたは、12月21日(木)から申請できます(土・日、祝日、年末年始を除く)。

- ◆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)
- ☎高齢者支援課(☎017-734-5326)
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1134)
AOPASSについては
東部営業所(☎017-726-5443)

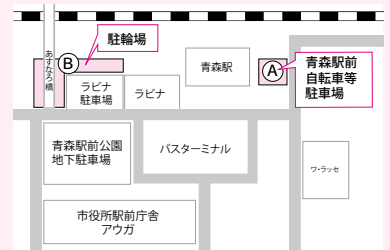
青森駅前自転車等駐車を
冬期間閉鎖します

青森駅東口北側の「青森駅前自転車等駐車場(A)」と「あすなろ橋東側下及びラビナ西側駐輪場(B)」を12月29日(金)から令和6年3月31日(日)まで閉鎖します。

駐車及び駐輪している自転車などは、閉鎖前に移動してください。放置すると、雪の重みで破損します。

雪解け後、駐車場及び駐輪場内に放置された自転車などについては撤去します。撤去した自転車などを所有者に返還する際には、撤去などに要した費用として、条例で定める費用をお支払いいただきますのでご注意ください。

☎生活安心課
(☎017-734-5258)
青森駅前自転車等駐車場
(☎017-777-1101)



①積雪で、水道メーターの検針ができない場合は、見積り水量(直前3か月の平均使用水量などをもとにして推定した水量)で水道料金を算定します。雪解け後の検針で、見積り水量と実際の使用水量との間に差が生じた場合、過不足分の水道料金を精算します。

☎水道部営業課
(☎017-734-4281)

上下水道課
(☎0172-62-1143)

②気温がマイナス4度以下になる場合は、水道管の水抜きをし、凍結・破裂を防止しましょう。

水抜きの方法は、水抜き栓を右に止まるまで回し、蛇口を左に回すと空気が入り、水が抜けます。水抜き栓の操作が不十分だと、凍結や漏水の原因となりますので、止まるまでしっかり回しましょう。

☎水道部給排水課
(☎017-774-1234)

冬期間の水道メーター検針と水道管凍結防止

①積雪で、水道メーターの検針ができない場合は、見積り水量(直前3か月の平均使用水量などをもとにして推定した水量)で水道料金を算定します。雪解け後の検針で、見積り水量と実際の使用水量との間に差が生じた場合、過不足分の水道料金を精算します。

☎水道部営業課
(☎017-734-4281)

本町などの指定区域の公共の場所における風俗営業等の客引き行為等は条例で禁止されています。客引きに対する罰金の上限額は50万円です。「客引きをしない・させない、安全・安心なまちづくり」のため、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

☎条例に関する問合せ
生活安心課
(☎017-734-5258)

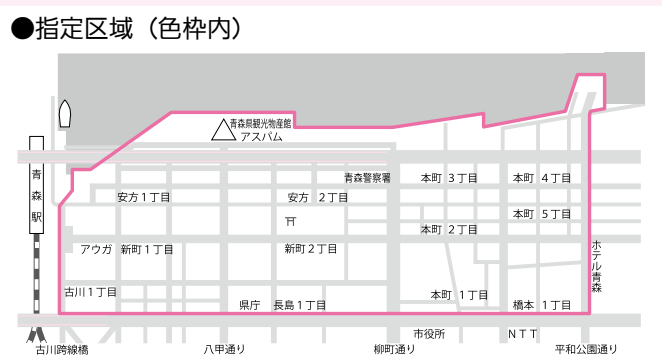
☎客引きなどの通報
青森警察署
(☎017-723-0110)

※緊急時は110番へ

参加してみませんか?
インターネット公売

県では、動産や不動産、自動車などの差押財産について、KSI官公庁オークションを利用して売却するインターネット公売を実施しています。

詳しくは、県ホームページ



指定区域の公共の場所での「客引き・誘引・客待ち」は
条例で禁止されています

県税・市町村税インフォメーション内の「インターネット公売」バナーをご覧ください。

☎納税管理課
(☎017-734-9975)

▲県ホームページ

県税・市町村税インフォメーション内の「インターネット公売」バナーをご覧ください。

掲載の内容は、11月20日時点の情報をもとに作成しています。イベントなどは中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

写真撮影
無料

マイナンバーカード申請サポート いろいろあります！

◆商業施設などで…マイナンバーカードの出張申請サポートを行います。

日時	会場
12/16(土)・17(日)	10:00~18:00 サンロード青森
12/20(水)・21(木)	10:00~17:00 マックスバリュ浜田店
12/23(土)・24(日)	10:00~18:00 青森駅ビルLOVINA(ラビナ)
R 6. 1/6(土)・7(日)	10:00~18:00 ラ・セラ東バイパス ショッピングセンター
R 6. 1/10(水)・11(木)	10:00~17:00 油川市民センター
R 6. 1/13(土)・14(日)	10:00~18:00 さくら野百貨店青森本店

【問合せ】申請サポート窓口コールセンター

☎0120-14-8170 (10:00~18:00 ※土・日、祝日を除く)

◆1人からでも…ご指定の場所に出張します。

【出張予約申込み】☎080-9180-4881

10:00~17:00 ※土・日、祝日を除く

マイナンバーカード
申請サポート
特設ページ▶



◆郵便局で…青森中央郵便局、青森西郵便局で受付しています。

【受付時間】9:00~17:00 ※土・日、祝日を除く

降雪期の空き家の 管理をお願いします！

例年、降雪期には空き家に関する通報が多く寄せられます。

屋根に堆積した雪の重さにより空き家が倒壊したり、大きな雪庇の塊が落下して隣の建物を破損させたり、道路をふさいでしまうなど、地域の皆さんが困るような状況が見られます。空き家の所有者の皆さんは、屋根の雪下ろしを行うなど、周辺の生活環境に悪影響を及ぼさないよう、空き家の適正管理にご理解とご協力をお願いします。

☎017-734-2385

浪岡振興部都市整備課

☎0172-62-1145



年末年始の火災予防

年末年始はいつもより生活が慌ただしくなります。こんな時、ちょっとした気の緩みから火災が発生します。

◆住宅の防火安全対策

住宅用火災警報器を点検し、音が鳴らないものは交換しましょう。また、火災を出さないように次のことを心掛けましょう。▼調理中は、その場を離れない／ストーブの上や、周囲には洗濯物などを干さない／仏壇のローソクや線香の火の始末と着衣への着火に注意する

◆店舗や飲食店などの防火安全対策

次の行為はやめましょう▼避難階段などに物品を置く行為／防火戸の開けっ放し

☎017-775-0853

消防本部予防課

住宅用火災警報器
設置後の維持管理



西秀記の



コラム



11月8日、青森中央学院大学主催の「市町村長リレートーク」で、「人づくりと地域社会」をテーマに、学生の皆さんの前で講演。青森市しごと創造会議や農水産物のブランド力、生産力・収益力の向上など、青森市の活性化に向けた主な重点政策等について話しました。参加者の方々に、青森市の政策について知ってもらえる良い機会となりました。

11月18日、緑と花をテーマとしたコンクール表彰式へ。図画・ポスターの部から沖館小4年・成田青葉さんと筒井中2年・藤川真緒さん、標語の部から新城小2年・今悠真さんが見事市長賞を受賞。おめでとうございます。

11月19日、子ども会議フォーラム2023へ出席。「もっと魅力あふれる青森市に！」をテーマに、子どもの権利の普及啓発活動や他市とオンライン交流などをした2つのグループが、これまでの活動報告とまちづくりに対する意見提案を青森市議会議場で堂々と発表。子どもたちが青森市の魅力に気付き、考え、提案してくれて大変うれしく思います。

これからも次世代を担う子どもたちの成長を青森市は全力でサポートしていきます。



11月19日 青森市子ども会議フォーラム2023
子どもたちが青森市に誇りをもって、これからの道を歩んでいくことが未来の青森市を創っていく原動力になります。

連載 共同経営・統合新病院整備に向けて（第3回）

9月22日、宮下青森県知事と西市長が会談し、病院規模、整備場所など、オープンな場で議論を進めることを確認したことを踏まえ、10月31日に開催した「第1回共同経営・統合新病院整備に係る有識者会議」についてご紹介します。

第1回共同経営・統合新病院整備に係る有識者会議の開催

青森県と青森市による共同経営・統合新病院に係る基本構想・計画の策定に当たり、専門的かつ多角的なご意見をいただきました。主なご意見は以下の通りです。

- 病床数、機能、整備場所など大きな課題等があるので、今年度中の基本構想・計画の策定に固執することなく、しっかりと丁寧に議論することが大事
- 一次救急を担う医療機関等との役割分担を明確にした上で、統合新病院でなければ対応できない重篤な救急患者等にしっかり対応していけるよう、地域の医療機関等との連携体制を構築し、救急医療の強化につなげていくことが重要
- 弘前大学と統合新病院が連携して全県の医療を支える仕組みを作っていくことが重要。統合新病院が青森地域保健医療圏をしっかりと支える病院となるためには、近隣の自治体病院を含む医療機関との協力連携が不可欠

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

〒017-734-2171 市民病院事務局 病院整備準備室 (☎017-753-0240)

市民病院
ホームページ



新型コロナウイルス ワクチン集団接種情報

◆青森県総合健診センター

【12歳以上】

12月18日(月)・19日(火)

※予約受付は各接種日の3日

前まで

申問青森市新型コロナウイルス

接種専用コールセンター

(☎017-764-6539、017-

752-0517)へ

※令和6年1月から、ワクチ

ン接種専用コールセンター

の運営時間が、月々金曜日

(祝日除く)午前9時〜午

後5時に変更になります。



▲WEB予約
サイトは
こちら

青森市受診・相談

コールセンター

新型コロナウイルス感染症
に関する症状などの相談は、
青森市受診・相談コールセン
ターで受け付けています。

発熱、のどの痛み、咳など
の新型コロナウイルス感染症
を疑う症状があるかたや、自

市民病院脳ドック

市民病院では、脳血管障害などの脳疾患の早期発見・治療のため、脳ドックを実施しています。

時毎週月・木曜日 8:40~(祝日、年末年始を除く)

※受付から終了まで2時間程度

因問診、身長・体重・血圧測定、MRI・MRAによる
画像診断 ※検査結果は2週間程度で郵送

因入満18歳以上のかた、各日5人(申込順)

料24,420円(青森市国民健康保険または後期高齢者
医療制度加入者は3割負担)

因前月15日までに、電話または直接、市民病院(☎017-734-2171)、青森市国民健康保険または後期高齢者医療制度加入者は、国保医療年金課(☎017-773-0181)、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1153)へ ※いずれも土・日、祝日、年末年始を除く

因市民病院事務局(☎017-734-2171)



己検査で陽性となり、体調に不安のあるかたなどから相談を受け、必要に応じ医療機関をご案内します。
なお、かかりつけ医がある場合は、かかりつけ医に電話でご相談ください。
因青森市受診・相談コールセンター※24時間対応
(☎017-764-6499)

町会に宝くじの助成金

(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源にコミュニティ助成事業を実施しています。次の町会では、この助成金を活用してコミュニティ活動に必要な備品を整備しました。

◆相野第一町会 除雪機1台

(令和5年12月)

因市民協働推進課

(☎017-734-5231)

**令和6・7年度競争入札
参加資格審査申請の受付**

受付期間▽令和6年1月11日(木)～2月13日(火)午前8時30分～午後6時(土・日、祝日を除く)
※消印(郵送の場合)または配達依頼日(信書便の場合)が2月13日までのものを有効とします。

受付場所▽本庁舎急病センター棟(旧第三庁舎)2階入札室、浪岡庁舎2階浪岡振興部総務課

資格有効期間▽令和6年4月1日(月)～令和8年3月31日(火)(2年間)

対象▽本市が発注する工事、物品の買入れまたは修繕、製造の請負、委託、賃貸借などの競争入札への参加を希望するかた

提出方法▽郵送または受付場所へ直接持参※駐車場の混雑を回避するため、郵送での提出にご協力ください。

その他▽提出書類など詳しくは、市ホームページに掲載している「令和6・7年度競争入札参加資格審査申請書提出要領」をご覧ください。

問合せ・郵送先▽〒030-8555 青森市役所契約課

- ・工事、測量・建設コンサルタントなど業務関係
- ☎017-734-5144
- ・物品、委託、賃貸借など業務関係
- ☎017-734-5145

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

【12月28日(木)納期限】

- ①固定資産税 第4期分
 - ②国民健康保険税(普通徴収分) 第6期分
 - ③後期高齢者医療保険料(普通徴収分) 第6期分
 - ④介護保険料(普通徴収分) 第6期分
 - ⑤児童保育負担金(保育料) 第9期(12月)分
 - ⑥市営住宅使用料12月分
 - ⑦市営住宅駐車場使用料12月分
 - ⑧下水道事業受益者負担金・分担金 12月納期分
 - ⑨放課後児童会負担金12月分
- 【令和6年1月10日(水)納期限】**

⑩市・県民税(給与特別徴収分) 12月分

- ☎①～④、⑩納税支援課
- ☎017-734-5209
- ⑤子育て支援課
- ☎017-734-5330
- ⑥・⑦住宅まちづくり課
- ☎017-734-5572
- ⑧企業局水道部営業課
- ☎017-734-4281
- ⑨子育て支援課
- ☎017-734-5348

**市税などの納付を
お願いします**

市では、市税などを期限までに納めていないかたに対して、督促状・催告書の送付や電話など、様々な方法で納付をお願いしています。それでも納付していただけない場合は、財産を調査し、「差押え」を行うことがあります。

また、市税などを滞納すると、一部の行政サービスが制限されることがあります。市税などは地域を支える貴重な財源です。納期限内に忘れずに納めましょう。

☎納税支援課
☎017-734-5209

各種相談

**ひとり親家庭などの
無料法律相談**

離婚・養育費などの相談に弁護士がお応えします。

時 令和6年1月4日(木)午後1時～3時/4人(申込順)
備 相談時間は30分。申込時に相談内容をお知らせください。
所 申国12月25日(月)までに、電話で、ひとり親家庭等就業・自立支援センター(☎017-734-5817)へ

**女性のための専門相談
(法律)**

時 令和6年1月23日(火)午後1時～3時
所 アピオあおもり3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。
申 申国令和6年1月18日(木)まで(水曜日を除く午前9時～午後4時受付)に、県男女共同参画センター相談室(☎017-732-1022)へ

**女性のための専門相談
(こころ)**

時 令和6年1月18日(木)午後1時～3時

**ひとり親家庭等
就業・自立支援センター**

ひとり親家庭などのかたを対象に、母子・父子自立支援員が養育費などの諸問題や資格取得などの相談に応じます。Eメールでの相談や予約も受け付けています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

時 月～金曜日(祝日を除く)午前8時30分～午後6時
所 駅前庁舎2階 子育て支援課内
申 国ひとり親家庭等就業・自立支援センター(☎017-734-5817、☎kateishien@city.aomori.aomori.jp)へ

交通事故紛争処理センター

自動車事故にかかると損害賠償問題の紛争解決を弁護士が無料でお手伝いします。まずは、電話でご予約ください。

時 月～金曜日(祝日・年末年始を除く)午前9時～午後5時
所 (公財)交通事故紛争処理センター仙台支部
☎022-263-7231



各種がん検診等の受診者証・無料クーポン券などをご利用ください

5月下旬、対象となるかたへ市の各種検診の受診者証・無料クーポン券などを送付しています。今年度対象のかたの**有効期限は令和6年3月末**です。年度末は混みますので、早めの受診をお願いします。

対象者…令和5年4月2日～令和6年4月1日に、以下の年齢に到達するかた

①受診者証

★大腸がん検診、歯周疾患検診、ABC胃がんリスク検診…40歳のかた

★子宮頸がん検診…30歳の女性のかた

②無料クーポン券

★子宮頸がん検診…21歳の女性のかた

★乳がん検診…41歳の女性のかた

③歯周疾患検診無料利用券

歯周疾患検診…50、60、70歳のかた

※①～③いずれも、紛失した場合はお問合せください。

☎健康づくり推進課 (☎017-718-2918)

浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1114)



高齢者肺炎球菌予防接種

高齢者の肺炎の原因のうち最も多い肺炎球菌の感染を予防し、重症化を防ぎます。この予防接種は、年度ごとに対象者が定められており、対象となる年度のみ1人1回、接種費用の助成が受けられます。対象者には、4月末にお知らせを郵送しています。**令和6年度からは、対象者が基本的に65歳のかたとなります**ので、接種を希望されるかたは、この機会に接種することをおすすめします。

料2,190円(自己負担金) ※生活保護受給者・市民税非課税世帯(世帯全員が非課税)のかたは無料。非課税世帯のかたは、接種前に申請すると無料の予診票を交付します。接種後の払戻しはできませんので、ご注意ください。※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

☎感染症対策課 (☎017-718-2852)

浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1114)



青森家族会依存症勉強会のお知らせ

依存症は薬物・アルコール・ギャンブル・ネットなどの様々な種類があり、自分の意思だけでは止めることが難しく、誰もがなりうる病気とされています。今、あなたの身近で起きている問題は依存症の症状かもしれません。見て見ぬふりをしたり、隠したり、説得したりして、問題を悪化させていませんか。

元依存症者で、長年依存症者の支援に取り組んできたかたを講師に迎え、依存症勉強会を実施します。

お気軽にお越しください。

☎令和6年1月13日(土) 13:00～16:00 (12:30受付開始)

☎西部市民センター 2階学習室

☎依存症に関する講義(依存症者への接し方など)

☎講師:岩井喜代仁さん(茨城ダルク施設長)

☎当事者・家族・支援機関・一般のかたなど

☎料☎50人(当日先着順)／無料／当日直接会場へ

☎青森家族会事務局 (☎090-3397-1043)



1月の助産師による心と体のケア相談



☎令和6年1月10日(水)・24日(水)

各日①10:00～②11:00～

☎所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

☎料各日①・②ともに1組(申込順)／無料

☎備母子健康手帳、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、電話で、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984 土・日、祝日を除く)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所です。

☎12月17日(日) 13:00～15:00

☎所料しあわせプラザ／無料

☎当日直接会場へ(途中参加・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)

掲載の内容は、11月20日時点の情報をもとに作成しています。イベントなどは中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

ご利用ください♪ 健康に関するイベント・講座

＊地域健康教室

開催日時	場所	内容
12/19(火) 10:00～	すみれ会館	健康体操
12/21(木) 10:00～	横内市民センター	ストレッチ
12/22(金) 14:00～	東部市民センター	ストレッチ

料無料/人数を制限する場合があります。

申込事前に、電話で、青森保健生活協同組合 (☎017-762-5888) へ



どなたでも参加できます
ぜひお越しください♪

まちなかいきいきサロン
in ラ・セラ
実行委員会の皆さん

＊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つ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ドなどで、体操やレクリエーションを行います！

【受付時間】いずれも開始時間30分前から受付

実施場所	日時	内容
生協コスモス館 (イートインスペース)	①1/9(火) ②1/23(火) 10:30～11:30	①いつまでも元気に歩ける体づくり ②初めての運動教室
アウガ (駅前庁舎 1階 駅前スクエア)	①1/9(火) ②1/30(火) 11:00～12:00	①楽しく筋トレとストレッチ ②お気軽運動教室
イトーヨーカドー 青森店 (1階 フードコート)	①1/10(水) ②1/24(水) 10:30～11:30	①チャレンジ！ストレッチと筋トレ ②初めての運動教室
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)	①1/15(月) ②1/22(月) 10:30～11:30	①運動で、体も心もリフレッシュ！ ②ちょっと寄り道、みんなで体操！
浪岡老人福祉センター (多機能室 (大広間))	①1/17(水) ②1/31(水) 10:00～11:00	①楽しく体と頭の体操 ②初めての運動教室

料無料/当日直接会場へ

高年齢者支援課 (☎017-734-5326)

その他イベント・講座はこちら

イベント・講座名	日時/場所/内容	人員/料金/備考	申込み/問合せ
あお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」	12/22(金) 10:00～11:30/花岡プラザ 1階大広間ほか/寝て行う筋力トレーニング・ストレッチ、2階健康づくりフロアを利用したウォーキングなど	12人(申込順)/無料/動きやすい服装、バスタオルまたはヨガマット、汗拭きタオル、内履き、飲み物持参	前日までに、電話または直接、健康づくり推進課 (☎017-718-2912) へ
あおり健康づくりリーダーと健康チャレンジ！ 「リーダーと運動しよう！体力づくり講座」	①1/9②1/16③1/23④1/30の火曜日 各日10:00～11:15/元気プラザ/椅子に座って筋力トレーニング及び健康体操	各30人(申込順)/無料/公共交通機関でお越しください。	①～④まで2つまで選択し、1/5(金)までに、電話または直接、健康づくり推進課 (☎017-718-2912) へ
体力づくり講座・健康C&C (Check&Challenge)in 西部市民センター	1/10(水) 10:00～11:30/西部市民センター 3階/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などの健康・体力チェック、健康相談(予約優先)	各40人(申込順)/無料/汗拭きタオル、飲み物、内履き持参、公共交通機関でお越しください。	①②両方またはどちらかを選択し、1/5(金)までに、電話または直接、健康づくり推進課 (☎017-718-2912) へ
あおり健康づくりリーダーと健康チャレンジ！ 「中央地区リーダー企画ロコトレ講座」	1/11(木) 10:00～11:30/県民福祉プラザ 2階多目的室 2A/健康講話、骨・関節・筋肉などを鍛えてロコモを予防する運動	20人(申込順)/無料/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。	12/15(金)～1/5(金)に、電話または直接、健康づくり推進課 (☎017-718-2912) へ
健康C&C (Check&Challenge) in サードプレイス	1/11(木) 10:00～15:00 (14:30受付終了)/本庁舎 1階ロビー/血管年齢測定や握力などの健康・体力チェック、健康相談(予約優先)	50人/無料 青森市 明治安田生命	前日までに、電話または直接、健康づくり推進課 (☎017-718-2942) へ
あおり健康づくりリーダーと健康チャレンジ！ 「冬を健康に乗り切るためのチェック&ウォーキング」	1/12(金) 13:30～16:00/盛運輸サントム会議室/健康ウォーキング、ミニ健康講座など	15人(申込順)/110円(施設使用料)/内履き、汗拭きタオル、飲み物持参。※70歳以上のかたは身分証を持参ください。(施設使用料110円が無料になります。)	前日までに、電話または直接、健康づくり推進課 (☎017-718-2942) へ
あおり健康づくりリーダーと健康チャレンジ！ 「三内・西滝地区体力づくり講座」	1/17(水) 10:00～11:15/三内丸山市民館 (三内丸山186)/椅子に座って行う筋力トレーニング・ストレッチなど	40人程度(申込順)/無料/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。	前日までに、電話または直接、健康づくり推進課 (☎017-718-2912) へ



集団健診・検診(1/16～2/15の日程)

申込み・
問合せ先

健康づくり推進課

〒030-0962 佃二丁目19-13

☎017-743-1745 ☎017-743-6276

浪岡振興部健康福祉課

〒038-1392 浪岡字稲村101-1

☎0172-62-1114 ☎0172-62-0023

感染症などの発生状況により、集団健診・検診、各医療機関における個別健診・検診については、実施を見合わせる場合や人数を制限する場合がありますのでご了承ください。また、受診の際は状況に応じて、マスクの着用をお願いします。咳などの風邪症状や体調不良があるかたは受診をお控えください。

実施場所・日程

実施場所	実施日・受付時間
青森県総合健診センター	1/19(金)・25(木)・31(水)、2/1(木)・4(日)・5(月)・9(金) 午前の部 8:30～9:30 午後の部 12:30～13:30

健康診査(R5.4.1～R6.3.31に下記の年齢になるかた)

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

がん検診など(R5.4.2～R6.4.1に下記の年齢になるかた)※本市に住民票のあるかたが対象

健診・検診名	対象	自己負担金		受付時間	
		青森市国保加入者	左記以外		
肺がん検診・結核健診	40歳以上	無料※1	無料※1	午前の部 ※2	
大腸がん検診	40歳以上	無料	510円		
胃がん検診※3	50歳以上(胃部エックス線検査)	510円	1,020円	午前の部	
子宮頸がん検診	20歳以上	510円	1,020円	午後の部	
乳がん検診	40～59歳	偶数年齢 の女性	1,020円		1,430円
	60歳以上		無料		410円
骨粗しょう症検診※4	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	510円	510円	午前・午後の部	
ABC胃がんリスク検診	40歳になるかた	1,320円	1,320円	午前の部	

※1…必要と認められたかたは、喀痰検査が追加(青森市国保加入者以外のかたは自己負担金410円)

※2…青森県総合健診センターは、女性のみ午後も受付

※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(青森市国保加入者は1,620円、加入者以外のかたは3,250円)。また、令和4年度に市の胃内視鏡検査を受診したかたは、令和5年度の市の胃がん検診は受診できません。

※4…青森県総合健診センターのみで実施

★上記(※3含む)以外の検診・対象外のかたの検診については、任意での検診となるため、費用は全額自己負担となります。申込みや料金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。

- 電話…上記申込み先へ
- 窓口…健康づくり推進課(元気プラザ内)、浪岡振興部健康福祉課、国保医療年金課、各情報コーナー、各支所
- はがき・FAX…住所・氏名・生年月日・電話番号・健康保険被保険者証の種類・希望日・希望健診(検診)名・希望会場を記載の上、上記申込み先へ

●市ホームページ…

各種健診・検診
申込みフォーム



◎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。

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)。

「医療安全相談窓口」をご利用ください

市民の皆さんからの医療に関する相談に対応するため、医療相談窓口を設置しています。

●受付時間

月～金曜日 8:30～18:00(祝日、年末年始を除く)

●受付場所

青森市保健所保健予防課

●相談方法・問合せ

☎017-765-5281、☎017-718-5645

〒030-0962 佃二丁目19-13

青森市保健所保健予防課医療安全支援センター

☒hoken-yobou@city.aomori.aomori.jp

●相談内容

近くの医療機関が知りたい、医療機関での診療に関して疑問や不安がある、医療機関の対応や接遇が気になる、医療のことでどこに相談したらよいか分からないなど

※内容に応じて、適切な部署や機関を紹介します。

※次の内容でのご相談はご遠慮ください。

- ・医療機関と患者の紛争の仲介や調停
- ・治療内容などの適否及び過失の判断
- ・医療機関の評価及び有する設備 など

申請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11月20日時点の情報をもとに作成しています。



Information Plaza

情報ひろば

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

モヤヒルズ サンタとじゃんけんクリスマス



ゲレンデにサンタさんが登場!小学生までのお子さんを対象に、じゃんけんをして勝ったかた限定200人に、お菓子の詰め合わせをプレゼント♪

時 12月24日(日) 13:00~
 所 モヤヒルズコスモスクウッドリフト乗り場前
 圃 モヤヒルズ (☎017-764-1110)



アフタヌーン・コンサート

料大人300円※高校生以下無料
 所 圃中世の館 (☎0172-62-1020)

アフタヌーン・コンサート Unexpected VII

時 令和6年 1月20日(土) 14:00~15:30
 因 「葛西愛子サクソフォンリサイタル with サクソフォンカルテットラピスラズリVol.17」出演: 葛西愛子さん(サクソフォン)、サクソフォンカルテットラピスラズリ(サクソフォン)、飯田倫子さん(ピアノ)



▲出演者のサクソフォンカルテットラピスラズリ

アフタヌーン・コンサート

時 令和6年 1月27日(土) 14:00~15:30
 因 「エンジョイ! パワーコーラス」 出演: M's(えむず)

エンジョイ
 CURLING2024
 大会参加チーム募集!

とき: 令和6年 2月18日(日)

所 みちぎんドリームスタジアム カーリングホール
 ※8:30までに2階南側観覧席集合
 因 カーリング経験者(小・中学生で構成するチームは、1人以上の保護者がメンバーになること)
 入 料 10チーム(1チーム4~6人) / 1チーム5,000円

申込み・お問合せ

令和6年1月31日(水)までに、申込書(下記二次元コードよりダウンロード)をEメールで、青森県カーリング協会(石田、☎090-8253-6718、✉ishikan126@gmail.com)へ



▲詳しくはこちら





スポーツ教室 申込みは会場への来館のみ ★詳しくは指定管理者ホームページ (☎http://sports-aomori.jp/)

教室名	開催日時	対象/人員	料金	申込み(申込順)
●みちぎんドリームスタジアム ☎017-765-6200				
カーリング実技指導	R6. 1/23(火) 13:00~15:00	小学4年生以上10人	個人使用料	12/16(土)~1/18(木)

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
棟方志功記念館 冬の展示 「板極道」	12/19(火)～R6. 3/31(日) 各日9:30～17:00/棟方志功記念館/青森が生んだ世界に誇る板画家・棟方志功の作品が時代を超えて広く愛され続けることを願って、生涯の芸業を展覧します。※小・中学生は無料	—	一般550円、学生(専門含む)300円、高校生200円	棟方志功記念館 (☎017-777-4567)
企画展 「映画 ポスター展 —戦後 復興期 の希望—」	12/22(金)～R6. 3/10(日) 各日9:00～17:00※12/29(金)～R6. 1/3(水)は休館日/あおり北のまほろば歴史館/戦後復興期の人々に夢と希望を与えた映画。当時の世相を反映した、娯楽・文芸・歴史など様々なジャンルの映画ポスターを約100枚展示!(資料:市教育委員会所蔵)※70歳以上と中学生以下は無料	—	一般310円、大学生・高校生160円/常設展も見学可	あおり北のまほろば歴史館 (☎017-763-5519)
第13回 全国小・中学生ねぶた下絵 コンクール入賞作品展	12/23(土)～R6. 3/31(日) 各日9:00～22:00/ねぶたの家ワ・ラッセ1階エントランスホール/小・中学生のオリジナリティあふれるねぶた下絵をぜひご覧ください♪	—	—	ねぶたの家ワ・ラッセ (☎017-752-1311)
ゆ～さ浅虫 お正月特別企画	R6. 1/1(月) 9:00～無くなり次第終了/「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫/お土産コーナー・ゆ～さ市場でのお買い物や展望浴場ご利用のかたに、りんごジュース1缶プレゼント(各売り場50缶限定)	—	年末年始は休まず通常営業します。	「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫 (☎017-737-5151)
ペアレントメンターによる 傾聴	①R6. 1/17(水)②R6. 3/13(水) 各日10:00～11:00/青森県発達障害者支援センター「ステップ」/発達障がいまたはその傾向をもつ子どもたちの子育て応援隊『ペアレントメンター』と一緒に話してみませんか?	各日2組	電話や「Zoom」での対応も可	①はR6. 1/9(火)まで、②はR6. 3/5(火)までに、電話で、青森県発達障害者支援センター「ステップ」 (☎017-777-8201)へ
カダールフェスタオープニングイベント「先川栄蔵 青森ライブ おしゃべりライブ」	R6. 1/20(土) 13:30～15:30/男女共同参画プラザ「カダール」AV多機能ホール/テレビでおなじみの先川さんが、青森での自分らしい生き方を楽しくおしゃべり。「ジェンダー川柳」優秀作品発表もあります。	200人	Eメールは件名に「1/20 オープニング」と記入	事前に、氏名・電話番号を、電話・FAX・Eメールまたは直接、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

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
「介護基本技術講習」 ～介護のキホンを学んで 就職活動に活かそう～	R6. 1/9(火)～12(金) 各日10:00～17:00/県民福祉プラザ/介護現場へ就労意欲のある県内のかたで、4日間(22.5時間)の講習全てに参加可能なかたを対象とした講習	50人 申込書はこちら▶		12/19(火)までに、申込書(左記二次元コードよりダウンロード)を、FAXまたは直接、介護労働安定センター青森支部(☎017-777-4331、☎017-777-4335)へ
2024年上期 産業カウンセラー 養成講座 無料体験講座 	①R6. 1/20(土)②R6. 2/10(土) ③R6. 3/3(日)④R6. 3/9(土) 各日13:30～15:30※各日同内容/リンクモア平安閣市民ホール ①②は4階会議室(2)(3)、③④は1階会議室(4)/産業カウンセラーの説明、養成講座の紹介、ミニ講座、体験ワーク	①②各12人 ③④各6人	—	事前に、氏名・住所・電話番号またはEメールアドレス・希望日を、FAXまたは左記二次元コードより、日本産業カウンセラー協会東北支部事務局(☎022-715-8114、☎022-715-8115)へ

問屋町ビジネススクール 企業の組織力の強化や、中核人材の育成・確保に役立つテーマ別講座

	講座名	開催日時	人員/料金
会計	① 図解で簡単に理解できる!決算書の読み方・活かし方 ～企業の財政状態を理解しよう!読み解きの3つのポイントと貸借対照表編～	R6. 1/18(木)・23(火) 18:30～20:30	15人 4,800円
	② 図解で簡単に理解できる!決算書の読み方・活かし方 ～企業の経営成績を理解しよう!3ステップで押さえる損益計算書編～	R6. 2/15(木)・20(火) 18:30～20:30	15人 4,800円
自営業 共催	③ 【新規講座】良い習慣が人を作る!習慣化のテクニックと成功率アップのコツ ～10年後の自分のために!現状や未来に不安を抱えている人はすぐに始めよう～	R6. 2/1(木) 18:30～20:30	15人 2,700円
	④ 【新規講座】コーチングとティーチングを適切に使い分けよう!部下を成長させる指導法 ※ポリテクセンター青森と共催	R6. 2/27(火) 9:30～16:30	15人 3,300円

所問屋町会館1階会議室



①～③は開催日1週間前まで、④は2/9(金)までに、ホームページ(☎<https://business-school.tonyamachi.com>)の申込みフォームから申込み。またはFAXで、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(☎017-738-4711、☎017-738-7323)へ



▲ホームページはこちら

用記載のものは申込順（一部除く）ほかは当日直接会場へ 用記載のないものは無料
 ※掲載の内容は、11月20日時点の情報をもとに、作成しています。イベントなどは中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

お知らせ・募集案内

モヤヒルズからのお知らせ	<p>★大晦日の営業時間変更のお知らせ…12/31(日)のみ、営業時間が9:00~16:00(ナイター営業は中止)となります。なお、R6.1/1(月)以降は通常の営業時間9:00~21:00となりますので、ぜひご利用ください。 用モヤヒルズ (☎017-764-1110)</p>
生涯学習活動団体・サークルや指導者の情報を募集	<p>お互いに教え学び合う環境づくりのため、団体・サークルや指導者の情報を募集しています。それぞれの情報は、市ホームページでご確認ください。詳しくはお問合せください。 用文化学習活動推進課 (☎017-718-1376)</p> <p style="text-align: right;">詳しくはこちら▶ </p>
青森高等技術専門学校令和5年度職業訓練生募集	<p>用①簿記・経理基礎科3…R6.2/15(木)~5/14(火)、②介護実務者研修科4…R6.2/27(火)~8/26(月) 用①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/①15人、②20人 用①はR6.1/25(木)までに、②は12/22(金)~R6.2/6(火)に、ハローワーク青森 (☎017-776-1561 音声案内42#)へ</p> <p>詳しくはこちら▶ </p>

チャレンジ! パソコン講座 用中央市民センター (☎017-734-0164) 〒030-0813 松原一丁目6-15

番号	講座名	内容	開催日時
Word&Excel操作が初めてのかた向けの講座			
A34	Wordの基礎を覚えよう	文字の装飾やレイアウトなどの基本を学びながら簡単なご案内文書を作成	R6.1/11(木)・12(金) 10:00~12:00
A35	Excelの基本的な文書作成	Excelの編集操作(文字の装飾・レイアウトなど)を学習し、簡単な日誌やカレンダーなどを作成	R6.1/13(土) 10:00~15:00(昼休みあり)
A36	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	R6.1/18(木)・19(金) 10:00~12:00
A37	名刺&ラベルを作ろう	Wordのテンプレートをダウンロードし、名刺(表面・裏面)を作成し、フリーソフトで簡単なラベルシールを作成	R6.1/26(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)			
A38	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の編集・活用方法を学ぶ※デジカメ一式・スマホ持参(デジカメのみ貸出しあり/申込み時に希望の有無を明記)	R6.1/20(土) 10:00~15:00(昼休みあり)

用①料18歳以上/各10人(いずれも抽選※申込者少数時中止あり)/各1,500円

用往復はがき(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(12/22(金)必着)※抽選結果は12/29(金)以降に通知

用OSはWindows10、ソフトはoffice 2019を使用。共催:NPO法人IT支援ネットあおもり

冬休みこどもの映写会 ※中央市民センター分は1日号「こどもの映写会」でご確認ください。

会場・問合せ	日時	人員	上映作品
戸山市民センター(☎017-743-0720)	12/24(日) 10:00~11:10	20人	「サンタの山妖精の森」「こぎつねのおくりもの」
北部地区農村環境改善センター(☎017-754-2244)	12/25(月) 10:00~11:30	50人	「六人のごうけつ」「竹取物語」
油川市民センター(☎017-788-1201)	12/26(火) 10:30~11:30	60人	「ハメルンの笛ふき」「さだ六としろ」
大野市民センター(☎017-739-6228)	R6.1/6(土) 11:00~12:00	30人	「さだ六としろ」「楽しいムーミン一家 浜で見つけた難破船」
西部市民センター(☎017-788-2491)	R6.1/10(水) 13:30~14:30	40人	「ばけくらべ」「ムーミン 消えないおばけ」
荒川市民センター(☎017-739-2343)	R6.1/10(水) 14:30~15:30	72人	「杜子春」「きつねのさいばん」

青森競輪日程(12月後半) 用青森競輪場 (☎017-787-2020)

静岡(FI)場外	18日(月)~20日(水)	【GP】立川(FI)場外	28日(木)~30日(土)
奈良ナイター(FI)場外		・ヤンググランプリ	28日(木)
松阪(FI)場外	20日(水)~22日(金)	・ガールズグランプリ	29日(金)
広島記念in玉野(GIII)場外	21日(木)~24日(日)	・ケイリングランプリ	30日(土)
熊本in久留米(FI)場外	24日(日)~26日(火)	青森ミッドナイトin小倉(FII)※	29日(金)~31日(日)
小松島(FI)場外	25日(月)~27日(水)	大垣(FI)場外	31日(日)~1月2日(火)
		岸和田(FI)場外	31日(日)~1月3日(水)

競輪は適度を楽しみましょう。車券の購入は20歳になってから。車券発売状況についてはお問合せください。

※は小倉競輪場開催。一般入場は行いません。

青森競輪場
イメージキャラクター 葵 萌輪



2024 あomor桜 マラソン

2/12(月)
締切
※郵便振替・電話
受付は2/9(金)
締切

参加者募集!

4/21(日)

8:50 野木和公園スタート

【フルマラソンコース】

スタート▶野木和公園～後潟
～ベイブリッジ～合浦公園～
野内駅付近～青い海公園▶
フィニッシュ

全国から参加者を募集し、定員5,500人で開催します。ぜひご参加ください♪参加申込みは、インターネット、郵便振替、電話(☎0570-039-846 10:00~17:00※土・日、祝日を除く)で受付。

問あomor桜マラソン実行委員会
(地域スポーツ課内、
☎017-718-1431)

詳しくはこちらをチェック!▶



種目	募集人数	対象	開始時間	制限時間	参加料
フルマラソン※	2,600人	18歳以上 (高校生を除く)	第1グループ8:50 第2グループ9:00	5時間30分	7,000円
ハーフマラソン※	1,300人	15歳以上 (中学生を除く)	第1グループ9:40 第2グループ9:50	3時間	5,000円
10km	1,600人		第1グループ9:10 第2グループ9:20	1時間20分	3,000円
【連携事業】 2024マエダ桜まつり 健康マラソン大会 (5km、3km、2.5km、 2km、1km)	2,000人 程度	幼児以上	会場:カクヒログループ アスレチックスタジアム (☎017-752-0641) 募集の詳細は、後日こちらで お知らせします。▶		



※は(公財)日本陸上競技連盟の公認コース



ボランティアを募集しています!

①「2024あomor桜マラソン」 ボランティアスタッフ募集!

あomor桜マラソンと一緒に盛り上げていただけるスタッフを募集

★主な役割…給水・給食所の運営、選手誘導、スタート・フィニッシュ会場の運営補助 など

★申込方法…電話申込み、または参加申込書をFAXまたはEメールで、あomor桜マラソン実行委員会へ

②青森市スポーツボランティア 募集!

市内でのスポーツ大会などのお手伝いをしていただけるかたを募集!詳しくは市ホームページをチェック!

★活動イベント例…スポーツ合宿、地域のスポーツチームのホームゲームなど

★申込方法…登録申込書に記入の上、FAXまたはEメールでスポーツコミッション青森へ



申込み・問い合わせ

あomor桜マラソン実行委員会及びスポーツコミッション青森(地域スポーツ課内、☎017-718-1431、☎017-718-0337、✉chiikisupotsu@city.aomori.aomori.jp)へ
※申込書は市ホームページからダウンロード可



広報あomorは環境に配慮した植物由来のインクを使用しています

2024

八甲田丸

大晦日は
八甲田丸へ♪

カウントダウン

時 12月31日(日) 23:50~

令和6年 1月1日(月) 0:30(予定)

今年も大晦日恒例のカウントダウンを開催!新年を祝う汽笛の吹鳴とニューイヤー打上花火、新年の挨拶やお楽しみ抽選会などを開催。新年をベイエリアで賑やかに迎えましょう。※天候などにより内容が変更になる場合があります。当日駐車場がありませんので、お車での来場はご遠慮ください。

所問青函連絡船メモリアルシップ八甲田丸(☎017-735-8150)

★「ニューイヤー打上花火」にご協賛して下さる個人・企業を募集!
詳しくはお問合せください。(12月22日(金)締切)

