

いっしょに、よむ・する・はなす

広報

# いちごのふし



あれっ？こんなところにいちごの妖精さんが！（4/9撮影）

特集

子育て応援！

子どもファースト推進プロジェクト

2023

6

No.1378



# 子どもファースト推進プロジェクト

問こども未来課 ☎43-2167

市民の皆さんに安心して出産や子育てをしていただくためには、経済的な支援だけでなく、不安や悩みに寄り添う支援や必要な情報を届ける取り組み、子どもたちが体験したり学んだりしながら健やかに成長できる環境の整備など、さまざまな支援が必要です。

市では、多彩で豊富な子育て支援をしていくために、子どもファースト推進プロジェクトを展開しています。

パパ・ママの子育てを応援する取り組みなどを「はぐっとdays」で毎月お知らせします。



「未来共創推進戦略2023」は  
こちらから

令和5年度変わります

## 子育て世帯への支援を拡大します

1 子ども医療費の所得制限を撤廃 令和6年1月から

八戸市に住所がある中学生までの医療費と高校生の入院に係る医療費の窓口負担を全額助成します。

2 赤ちゃんの健診費用が無料に 令和5年4月から

- ①新生児聴覚検査費用の助成 ②乳児健康診査(4回)  
③先天性股関節脱臼検診の費用を無償化します。

3 病児・病後児保育利用のネット予約が可能に 令和5年4月から順次

スマートフォンで予約やキャンセル、空き状況の確認が可能になります。

## さまざまな支援をしていきます

\登録してみませんか？/\

## 子育てアプリはちも

妊娠から出産、育児までフルサポート! 予防接種スケジュール管理や子育て関連施設の検索も可能です。



- 担当課 子育て支援課

## 子育て出前講座の実施

育児や栄養・健康に関する正しい知識を学びましょう。

- 担当課 すくすく親子健康課



## 八戸市次世代エール商品券

子育て世帯などへの経済的支援のためプレミアム商品券を発行します。

- 担当課 商工課



## こどもの国大型複合遊具設置

年齢や体力、障がいの有無に関係なくみんなで楽しめる遊具を整備します。



- 担当課 公園緑地課

## 公園の魅力向上

「市民で賑わっているから子ども一人で行かせる公園」を目指し、公園整備に取り組みます。

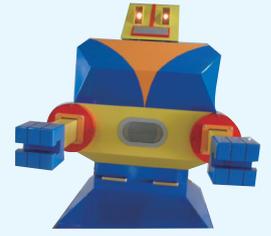


- 担当課 公園緑地課



# おいでよ! 児童科学館

2階へ上がるとロボハチが  
出迎えてくれるよ!



## 1 プラネタリウムで星空を楽しもう!



2階のプラネタリウム室では、光学式の恒星投影機「MS-10」を使用し、人間が目で見ることが出来る星の数と同程度の、およそ6,000個の星を映すことができます。

### 熟睡プラ寝タリウム

癒しのボイスと満天の  
星空で心地よい眠りに  
誘う「熟睡プラ寝タリ  
ウム」もおすすめです。



## 2 第2・4土曜日のスペシャルナイトは 催しが盛りだくさん!

「スペシャルナイト」のイベントは全て無料。  
市民星空観望会、名作アニメを放映する楽  
しまナイト劇場、夜のプラネタリウムと盛  
りだくさんな楽しみがあります。

### 夜のプラネタリウム

通常のプラネタリウム一般投影と  
は別に夕方からもプラネタリウム  
を上映しています。一般投影で上  
映中のプログラムに加え、同プロ  
グラムの英語版も上映しています。

### 市民星空観望会

口径15cmの大き  
な望遠鏡で天体観  
測をしよう!



八戸市児童科学館

☎031-0001 類家四丁目3-1

☎45-8131 ☎45-8132

✉jido@kagakukan-8.com

開8:30~16:00 月曜日(祝祭日の場合は翌日)、年末年始

科学の不思議と面白さに出会える「児童科学館」。  
 小さな子どもたちにはむずかしそう…と思います？  
 でも大丈夫！  
 館内にはさまざまな遊びや体験コーナーがあり、楽しんでいただけること間違いなし！  
 お気軽に遊びに来てください！

### ③ 気軽に常設展示を体験してみよう！

テレビ電話やソーラープレイステーション、タッチジラの骨格標本など展示物がたくさん！さまざまな科学のふしぎが体験できます。

ソーラーと、自転車を漕いで発電したそれぞれの電力で、模型の自転車を走らせて競争します。



タッチジラの骨格標本



### ④ KIDS工房で簡単工作をしよう！

簡単な工作体験ができる「KIDS工房」を開催しています。

お持ち帰りキットも販売しているよ！



### ⑤ アニメなどの上映も楽しめる！

日・祝日にアニメや子ども向け映画などを上映します。



ほかにも天文現象の観察会や団体様向け出張工作&実験ショーなども開催しています！（不定期・申し込み必要の場合あり）

予告

## 青少年のための科学の祭典

年に一度の科学のお祭り！  
 50~60のコーナーがあり、  
 工作やイベントが全て無料です！

8/5  
6日



科学館オリジナルキャラクター  
 火星人のダダ&ダコ

\ パパ・ママ必見! /

## 子ども・子育てインフォメーション

## 児童手当のお知らせ

申間子育て支援課 ☎43-9428

## ●受給資格消滅後、所得上限限度額未満になった人は、認定請求の手続きを！

所得額が下記表の②以上となり、児童手当等の受給資格がなくなったのち、所得が②未満になった場合には、その事実を知ったとき(住民税課税通知書等を受け取った日)の翌日から数えて**15日以内に改めて認定請求手続きが必要**です。申請が遅れた場合、児童手当を受給できない月が発生しますのでご注意ください。

扶養人数	①所得制限限度額		②所得上限限度額	
	所得額(万円)	収入額の目安(万円)	所得額(万円)	収入額の目安(万円)
0人	622	833.3	858	1,071
1人	660	875.6	896	1,124
2人	698	917.8	934	1,162
3人	736	960	972	1,200
	児童手当を支給		特例給付を支給	

▷収入額の目安は、給与収入のみで計算しています。  
▷扶養親族等の数に応じて、限度額は1人につき38万円を加算した額となります。  
▷所得税法に規定する同一生計配偶者(70歳以上の者に限る)または老人扶養親族がいる場合の限度額は左記の額に対象者1人につき6万円を加算した額となります。

※②は令和4年6月分手当より新設されています。

## ●「現況届」は原則提出不要です

提出が必要な人には6月中旬に案内と提出書類を郵送します。

現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、6月分以降の児童手当等を引き続き受ける要件を満たしているかどうかを確認するためのものですので、書類が届いた人は**6月30日(金)**までに提出してください。

## ●新たに届け出が必要な場合があります

- ①3歳未満の子どもを養育している受給者で加入する年金が変わった場合
- ②市外に居住している配偶者の住所や婚姻関係に変更があった場合

## ●増額手続きの際は、添付書類として受給者の健康保険証の写しが必要です

出生や施設退所などで3歳未満の子どもの手続きをする場合に限ります。



## 今年も小学生にマイブッククーポンを配布します！

図教育指導課 ☎43-9519

使用期間 **7/1(土)~9/30(土)** 1人 **2,000円分** ※500円分×4枚綴り

児童が、自ら本を選び購入する体験を通して、読書に親しむ環境をつくることを目的とした「マイブック推進事業」を実施します。6月下旬に各小学校を通してマイブッククーポンと「おすすめブックリスト」を配布しますので、この機会にお気に入りの本を見つけてみませんか？

- 対象** 市内の公立小学校および県立特別支援学校小学部に在籍する全ての児童
- 対象となる本** 学校や家庭での読書活動に適した本(コミック・雑誌・辞書・学習ドリル・ゲーム攻略本などは購入できません)
- 参加書店** アリス書店、伊吉書院(西店・類家店)、カネイリ番町店、川村商店、木村書店、TSUTAYA八戸ニュータウン店、くまざわ書店八戸店(ピアドゥ1階)、みなみ書店、成田本店みなと高台店、未来屋書店八戸店(ラピア3階)



	名称	日時・場所	対象・定員	内容・持ち物	申込期間	申し込み先 問い合わせ先
妊産婦など	母子健康相談 (はちまむ相談) ☎ 👤	(月)~(金) ※(祝)を除く 8:15~12:00, 13:00~17:00	助産師・保健師などが妊産婦や乳幼児の保護者の心身の健康、子育てについて面談・電話・オンライン相談で応じます。 (はちまむとは、八戸のママたちを応援・相談する所です)			子育て世代包括支援センター ☎38-0711 ※オンライン相談は、ホームページからも申し込み可
	はちまむサロン (妊産婦交流会) 要申込	16(金)10:00~12:00	妊婦と産後4か月ごろまでの産婦 ●定員 10組	妊産婦が交流する場です。 ●持ち物 母子健康手帳	前日まで	☎38-0711 ※オンライン相談は、ホームページからも申し込み可 
	産後ケア事業 要申込	随時(施設受入可能日) 受託医療機関など	育児不安などのある産婦と赤ちゃん。日中の通所型や宿泊型のケア。※利用料一部負担あり		1週間前まで	
乳幼児	赤ちゃん健康相談 👤	14(水) 受付 9:45~10:00 終了は12:00ごろ	生後4か月~1歳未満	身長・体重測定、子育てや離乳食についての相談 ●持ち物 母子健康手帳、バスタオル	申し込み不要	すくすく親子健康課 ☎38-0712
	よちよち健康相談 👤		1歳~2歳ごろ			
	2~3歳児発達相談 のびのびクラス 要申込	15(木)9:30~15:10 (初回相談 14:00~15:10)	おおむね 2歳~3歳5か月	子どもの発達についての相談 ※来所時間は予約時にお知らせします。	2週間前まで	
	3~5歳児発達相談 あいあいクラス 要申込	①8(木)②7/13(木) 13:00~14:00 14:15~15:15 (初回相談 9:30~10:30)	おおむね 3歳6か月~5歳		2週間前まで	
	栄養士による個人相談 要申込 ☎ 👤	7(水) 10:00~12:00, 13:00~16:00	子どもの食生活について、栄養士が相談に応じます。 なお、電話相談も随時受け付けています。		1週間前まで	
	先天性股関節脱臼検診 要申込	毎週(水) 12:50~13:00(受付) 総合健診センター(田向)	生後90日~120日	●持ち物 母子健康手帳、バスタオル、「乳児健診受診票(一式)」に同封されている「股関節脱臼検診受診券」と「親と子の健康度調査アンケート」	受診希望日の3週間前まで	
健診	1歳6か月児健康診査	6(火)・20(火)	1歳7か月児	対象者には約1か月前にお知らせします。		すくすく親子健康課 ☎38-0712
	3歳児健康診査	13(火)・27(火)	3歳6か月児			
教室	すくすく離乳食教室 要申込	2(金)・23(金) 午前の部 10:30~11:30 午後の部 13:30~14:30	3~5か月の赤ちゃんの保護者 ●定員 各10組	講話、離乳食作りの見学 ●持ち物 母子健康手帳、筆記用具	1週間前まで	
その他	不妊専門相談 要申込 👤	14(水)16:00~17:00	不妊や不育症で悩む夫婦など ●定員 2組	専門医が相談に応じます。	1週間前まで	すくすく親子健康課 ☎38-0714 (専用電話)
	女性の健康相談 ☎ 👤	(月)~(金) 9:00~16:00	性や妊娠・生殖に関することについて保健師、助産師が相談に応じます。			

## 子どもの医療費を助成します

申問子育て支援課 ☎43-9428

市では、0歳~中学生までの医療費、および高校生の入院の医療費を助成しています。この制度には保護者の所得制限がありますが、7月診療分からは令和5年度課税所得(令和4年中の所得)で判定します。

新たに所得の要件に該当する可能性がある0歳~中学生のいる世帯には、6月中旬までに申請書を送付します。要件に該当していても、申請がなければ助成を受けることができませんので、必要事項を記入の上申請してください。なお、現在も助成を受けていて、引き続き助成の対象となる人の手続きは不要です。

また、判定に用いる所得額は扶養親族などの数によって異なります。申請書が届いていない人も対象になる場合がありますので、子育て支援課へお問い合わせください。

## 父・母を亡くした児童の保護者に弔慰金を支給します

申問子育て支援課 ☎43-9581

- 対象 中学校3学年修了前に父・母を亡くした児童を養育している保護者
- 弔慰金の額 ▷児童の父または母が死亡したとき…1万円 ▷児童の父母が同時に死亡したとき…2万円
- 申請期間 児童の父・母が死亡した日から6か月以内
- 持ち物 保護者名義の預金通帳



# オレンジヨーグルトゼリー



甘さは控えめですが、オレンジジュースとヨーグルトの爽やかさと、牛乳の濃厚さがマッチ！  
親子で一緒に作ってみませんか？

## 【材料】

分量：4人分  
100%オレンジジュース…100ml  
プレーンヨーグルト…100g  
牛乳…60ml  
粉ゼラチン…5g  
砂糖…30g  
水…50ml  
好きなフルーツ（飾り用）

## 【作り方】

- ①プレーンヨーグルトと牛乳、砂糖をボウルに入れ、なめらかになるまで混ぜる。
- ②水に粉ゼラチンをふり入れて混ぜ、ふやけたら湯煎または電子レンジで加熱し粉ゼラチンを溶かす。
- ③①を混ぜながら②で溶かしたゼラチンを入れ、さらにオレンジジュースを加える。
- ④型に流し入れ、冷蔵庫で1時間程度冷やし固める。
- ⑤ゼリーが固まったら完成。  
お好みのフルーツで飾り付けしましょう。

## 調理のポイントにゃ～



- ・粉ゼラチンは「水にふり入れる」こと。粉ゼラチンに水を入れるとダマの原因になります。
- ・粉ゼラチンを溶かす際に電子レンジを使う場合は、600Wで約40秒加熱。沸騰させないよう注意しましょう。
- ・溶かしたゼラチンを入れるときは、①ヨーグルト液をよく混ぜながら入れることで、ゼラチンが均等に混ざりきれいに固まります。

牛乳とヨーグルトはカルシウムが豊富なので、カルシウム補給の間食にぴったり！  
材料を計量して冷蔵庫に入れるまで15分程度でできるので簡単ですよ。

3時のおやつに  
食べたいにゃ～！





# アートファーム ここは、みんなの美術館 ①

岡美術館 ☎45-8338

開館2年目を迎える八戸市美術館。  
観るだけでなく、つくったり、スタッフになったり、  
アートといろんな関わり方ができる展覧会・プロジェクトを開催しています。  
2年目も楽しいアートが盛りだくさん。その一部を紹介します。

## アートな野点

昨年開催した、アーティスト・きむらとしろうじんの「野点」を、今年も開催！

このアートな野点は、一風変わっています。

お客さんが絵付けしたお茶碗は、その場で焼き上げられるので、自分のお茶碗でお茶を楽しむことができます。

それをもてなすのは、チャーミングな衣装をまとっているじんじん、そして公募で集まったプロジェクトスタッフたちです。



スタッフと野点を運営するきむらとしろうじんの様子

photo ©Yuji Hachiya

## スタッフとして参加してみませんか？



2022年のおさんぽ会の様子

野点には、お客さんとしてではない参加方法があります。それは「もてなす側」、プロジェクトスタッフとしての参加です。

スタッフは、おさんぽ会で野点の開催場所を探したり、野点当日のお客さんの案内やお茶碗磨きをしたりします。また、今年は、じんじんの野点のように、自分で屋台を出したいという人も募集しています。

6・7月には野点説明会とおさんぽ会を開催します。少しでも興味のある人は、ぜひご参加ください。



野点説明会・おさんぽ会 ※詳細は今月のお知らせ20ページをご覧ください。

6/10(土)・11(日)、7/15(土)・16(日)・17(月祝)

次回は9月号に掲載！

# イベント

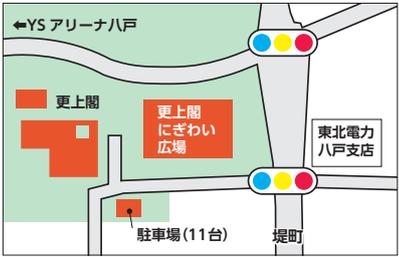
## あらかると

- 市庁への郵便 郵便番号(〒031-8686)と課名のみで届きます。
- 市庁への電話 市外局番0178 市庁代表☎43-2111 ☎45-2077
- 注意事項
  - ▷ **要申込** のアイコンは申し込みが必要です。申込方法はホームページでご確認いただくか、各担当へお問い合わせください。
  - ▷ 祝日の振替休日は(休)と表記しています。
  - ▷ 料金の記載のないものは、すべて無料です。

※掲載の情報は4月24日現在のものです。感染症の影響によりイベント中止などの可能性があります。詳しくは各担当へお問い合わせください。

**更上閣ガーデンレストラン**  
**「更上閣においしいがやってくる!!**  
**2023～夏～**

【日時】6/8(木)～11(日)11:00～14:00  
 【場所】八戸市更上閣  
 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。  
 園文化創造推進課 ☎43-9156



**大館公民館文化祭**

【日時】6/10(土)10:00～14:00  
 11(日)10:00～13:00  
 【場所】大館公民館  
 【内容】公民館講座や地域の人が制作した作品の展示など  
 園大館公民館 ☎25-3331  
 社会教育課 ☎43-9516

**行政相談パネル展**

【日時】6/22(木)13:30～16:00  
 23(金)9:30～12:00  
 【場所】はっち1階 ギャラリー1  
 【内容】行政相談制度の仕組みや相談事例などを紹介。相談ブースも設置。  
 園総務省行政相談センターきくみみ青森 ☎017-734-3354

**南部昔コ語り部養成講座 要申込**

【日時】7/6・20、8/24、9/7・21の各(木)  
 午前の部 10:00～11:30  
 夜間の部 19:00～20:30  
 【場所】市公民館 講義室  
 【内容】南部地方の昔話の語り部を養成  
 【講師】榎谷伸夫、長谷部美智子  
 【料金】500円(テキスト代)  
 ☎6/16(金)までに住所、氏名、年齢、電話番号、「八戸市公民館語り部講座宛」と明記し、FAX・郵送または直接申し込み  
 園市公民館 ☎45-1511 ☎44-7176

**ヨルニワ**

【日時】6/10(土)18:00～20:00  
 【場所】更上閣にぎわい広場、はっち(1階 カフェバルRit.)、美術館  
 【内容】3つの施設で開催する、飲食と音楽を楽しむイベント  
 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。  
 園文化創造推進課 ☎43-9156  
 美術館 ☎45-8338

**八戸市民大学講座**

【日時】6/29(木)18:30～20:00  
 【場所】公会堂  
 【演題】「学び直し」のすすめ  
 ～新たなキャリアを切り拓く～  
 【講師】いとうまい子(女優)  
 園社会教育課 ☎43-9154

**消費者講座 要申込**

【日時】6/13(火)14:00～15:30  
 【場所】市庁別館2階会議室C  
 【内容】「初心者必見!金融商品選び方講座」  
 ～知っておきたいポイントとは?～  
 【定員】30人  
 園6/9(金)までに暮らし交通安全課 ☎43-9524

**市民パソコン教室 要申込**

【日時】6/21(水)・22(木)  
 各日13:30～16:30 ※2日間受講  
 【場所】総合教育センター  
 【内容】Wordの基礎・基本を学び、案内状の作成を目指す初心者向け講座  
 【対象】18歳以上の社会人  
 【定員】10人  
 ☎6/14(水)(必着)までに、住所・氏名(ふりがな)・電話(FAX)番号・Eメールアドレス(お持ちの人)・「市民パソコン教室受講希望」と明記し、はがき・FAXまたはEメールで申し込み  
 ※応募多数の場合は抽選、6/15(木)以降に受講の可否を連絡します。  
 園総合教育センター  
 ☎46-0521 ☎46-1155

**保育のお仕事出張相談会 Part1**

【日時】6/6(火)10:00～13:00  
 【場所】八戸ショッピングセンターラピア  
 【内容】個別相談、保育求人閲覧・紹介  
 【対象】保育・福祉に興味のある人  
 園(福)青森県保育士・保育所支援センター ☎017-718-2225

**北緯 40° ナニヤトヤラ連邦 久慈☆トピックス**

## 道の駅 いわて北三陸がオープンしました

久慈市、洋野町、野田村、普代村の北三陸4市町村の魅力が詰まった道の駅いわて北三陸がオープンしました。地元産品を味わうことができ、ポケモンをモチーフにした遊具が設置されたイシツブテ公園も開園しています。八戸久慈自動車道久慈北ICを降りてすぐ、ぜひお立ち寄りください。

**営業時間**【物販・産直】9:00～19:00  
 【フードコート】10:30～18:30  
 【ガソリンスタンド】8:00～19:00  
**定休日** 1月1日(その他臨時休業する場合あり)  
 園道の駅いわて北三陸 ☎0194-66-8830  
 園久慈市夏井町鳥谷第7地割3-2  
 ※詳しくはホームページをご確認ください。

## 博物館

📅12・19・26 🕒9:00～17:00 ☎44-8111 📠24-4557  
📍根城字東構35-1 ※入館料あり



行事名	日時	内容など
博物館クラブ 「草木染め－昔の人はどんな色を着ていたの?－」 <b>要申込</b>	6/10(土)10:00	【講師】 <sup>あまない</sup> 天内みどり【対象】中学生以下(小学生以下は保護者同伴)、親子 【定員】10組【参加費】600円【持ち物】エプロン、玉ねぎの皮(茶色のもの)、ビニール袋2,3枚【申込開始日】5/20(土)

## 史跡根城の広場

📅12・19・26 🕒9:00～17:00 ☎41-1726 📠41-1756  
📍根城字根城47 ※入場料あり



行事名	日時	内容など
根城おもしろ講座 歴史講演会 「境目の奥羽再仕置－那須衆の場合－」 <b>要申込</b>	6/11(日)13:30	【講師】 <sup>しげとくともあき</sup> 重藤智彬(栃木県大田原市那須与一伝承館) 【定員】30人【申込期限】6/10(土)
体験教室で八戸の文化に触れよう! <b>要申込</b>		
八幡馬の絵付け	①クラシックコース 【所要時間】約30分【材料費】2,000円 ②アレンジ(デコ)コース【所要時間】約90分【材料費】2,500円	
えんぶりミニミニ烏帽子作り	【所要時間】約60分【材料費】1,000円	

## 南郷歴史民俗資料館

📅12・19・26 🕒9:00～17:00 ☎83-2443  
📍南郷大字島守字小山田7-1 ※入館料あり



行事名	日時	内容など
南郷わき水めぐり <b>要申込</b>	6/2(金)9:00～16:00	【内容】南郷地区のわき水や世増ダム(青葉湖)巡り 【定員】10人【持ち物】昼食※動きやすい服装で【申込開始日】5/25(木)
なんごうあそびのひろば② 親子でけん玉教室 <b>要申込</b>	6/18(日)10:00～12:00 島守コミュニティセンター	【内容】色を塗りお気に入りのにけん玉を完成させ、いろいろな技に挑戦 【講師】 <sup>かぬか しんぺい</sup> 鹿糠駿平(エイトスパイクス)【対象】小学生までの親子 【定員】10組【材料費】1,000円※汚れてもよい服装で 【申込開始日】5/25(木)

## 是川縄文館

📅5・12・19・26 🕒9:00～17:00 ☎38-9511 📠96-5392  
📍是川字横山1 ※観覧料あり。縄文学習館(分館)は史跡整備のため休館中。



行事名	日時	内容など
これかわ考古学クラブ①(全4回) <b>要申込</b>	6/3(土)10:00～12:00	【内容】是川縄文館バックヤードツアー【講師】同館学芸員 【対象】小学5年生～中学3年生【定員】12人 【参加費】100円(保険料)【持ち物】筆記用具【申込期限】5/26(金)
日曜日縄文体験コーナー	6/4～7/16の毎週(日) 9:30～16:00	【内容】火起こし、滑石・琥珀の勾玉作り ほか 【料金】1,200円以内※材料がなくなり次第終了、団体利用不可。
サポートスタッフ研修会③～⑤ (全6回) <b>要申込</b>	③6/10(土)⑤24(土) 各日14:00～16:00 ④23(金)8:30～17:00	【内容】③常設展解説④博物館研修⑤縄文土器作り実習 【講師】③同館学芸員⑤同館学芸員・縄文是川ボランティア【引率】④同館学芸員【定員】各回24人【持ち物】筆記用具※④は歩きやすい服装。⑤は動きやすく汚れてもよい服装で【申込期限】各開催日の前日
考古学講座② <b>要申込</b>	6/17(土)14:00～16:00	【演題】日本海側最大級の貝塚 小竹貝塚 【講師】 <sup>まちだけんいち</sup> 町田賢一(公財)富山県文化振興財団【定員】100人 【持ち物】筆記用具【申込期限】6/16(金)

## 市立図書館

☎30 開9:00~19:00、(土)(日)(祝)17:00まで  
☎22-0266 ☎71-1312 ④糠塚字下道2-1



行事名	日時	内容など
おすすめ図書展示・貸出		【地球にやさしい生活 6/1(木)~29(木)】 【考えよう!「男女共同参画」6/14(水)~7/17(月・祝)】
子どもの本研究会 <b>要申込</b>	6/8(木)10:00~12:00 ※毎月第2(木)開催	【内容】絵本や読み聞かせについての勉強会 ※初めて参加する人は、要事前申し込み
調べる学習チャレンジ講座 <b>要申込</b>	6/10(土)13:00~15:00	【内容】身近な疑問を自分で調べ、まとめる力を身につける 【講師】中村伸子(白百合女子大学)【対象】小学3年生~中学生、保護者、学校関係者【定員】20人(10組)【持ち物】筆記用具、飲み物 【申込開始日】5/25(木)
令和5年度博図連携事業 市民のための歴史講座 「八戸は海と共にある」第1回 <b>要申込</b>	6/25(日) 13:30~15:30 YSアリーナ八戸 大会議室	【演題】クジラー鯨と人の関わりー 【講師】杉山陽亮(教育委員会)【定員】50人【申込期限】6/24(土) ④市立図書館歴史資料グループ ☎☎73-3234

## 図書情報センター

☎30 開10:00~20:00、(土)(日)(祝)18:00まで ☎70-2600  
☎70-2601 ④尻内町字館田1-1八戸駅ビル(うみねこプラザ)1階



行事名	日時	内容など
おすすめ図書展示・貸出		【戦いDVD 6/1(木)~29(木)】 【どうぶつだいかつやく 6/1(木)~7/30(日)】
ほんの定期便	開催中~6/29(木)	【内容】市内他館所蔵資料の中から、 <small>おんたりにく</small> 恩田陸の本を展示・貸出
おとの定期便	6/10(土)・24(土)	【テーマ】モーツァルト(毎月テーマを決めてCDを流します)

## 南郷図書館

☎30 開9:00~19:00、(土)(日)(祝)17:00まで  
☎60-8100 ☎60-8130 ④南郷大字市野沢字中市野沢39-1



行事名	日時	内容など
おすすめ図書展示・貸出		【ECOな生活 6/1(木)~29(木)】 【今、世界が水に注目 6/1(木)~29(木)】
体験! 図書館司書 <b>要申込</b>	6/17(土) 14:00~16:00	【内容】図書館の仕事を体験【対象】小学3年生~中学生【定員】6人 【申込期限】6/10(土)

## 八戸ブックセンター

☎6・13・20・27 開10:00~20:00、(日)(祝)19:00まで  
☎20-8368 ☎20-8218 ④六日町16-2 Garden Terrace 1F



行事名	日時	内容など
ギャラリー展 「絵本探偵・小野明 presents 絵本で発見 “青”と“森”と“八”と“戸”」	6/14(水)~8/20(日)	【内容】絵本のプロの制作者で絵本編集者でもある小野明さんが、「青」と「森」と「八」と「戸」の4つのテーマで、昔から親しまれる絵本から新しい絵本まで、幅広く多種多様な絵本を展示・紹介
アカデミックトーク 「ペンと私 竹内修司さん大いに語る」(仮) <b>要申込</b>	6/24(土) 13:30~15:30 はっち2階 シアター2	【内容】八戸出身の元文藝春秋編集者でジャーナリストの竹内修司さんをゲストに迎えたインタビュー形式のトークイベント。20周年を迎えた八戸バンクラブ創設までの経緯や、編集者時代の秘話などを語る。

## 八戸市美術館

☎6・13・20・27 開10:00~19:00 ☎45-8338 ☎24-4531  
④番町10-4 ④art@city.hachinohe.aomori.jp



行事名	日時	内容など
企画展「美しいHUG!」	開催中~8/28(月)	【内容】6人のアーティストによる、さまざまなHUGを生み出す展覧会とプロジェクト【料金】観覧料
HUG! ガイドツアー	6/3・17の各(土) 11:00~12:00	【内容】当館学芸員による展覧会のガイドツアー※3(土)は手話通訳付き【料金】展覧会観覧料【定員】当日先着10人
小山田徹「お父ちゃん弁当」展	6/10(土)~19(月)	【内容】美術家・小山田徹が幼稚園生の息子のために、小学生の娘が考えたデザインをもとに作った弁当の記録を展示
八戸市美術館建築ツアーガイド	6/24(土)①10:30②13:30 ※各回30分程度	【内容】市民スタッフ「アートファーマー」による、当館の建物の特徴や魅力を伝えるツアー【定員】各回10人程度
市民ギャラリー		【水に関するポスター・写真展 6/8(木)~12(月)】 【第43回イーゼル会絵画展 6/16(金)~18(日)】 【グループ坂展 6/23(金)~25(日)】 【米内安芸写真教室第20回写真展 6/30(金)~7/2(日)】

## 八戸ポータルミュージアム はっち

☎6・13・20・27 開9:00~21:00 ☎22-8228

☎22-8808 三日月町11-1 E hacchi@city.hachinohe.aomori.jp



行事名	日時・場所	内容など
はっち×さくら野 マチニワ京舞披露	【日時】5/31(水)①14:00②15:30③16:30、6/1(木)①10:00②11:30③13:30 【場所】マチニワ【内容】祇園東の舞妓による京舞披露	
アンブレラスカイ	6/3(土)~7/11(火) はっちコート、マチニワ ※はっちコートは7/10まで	【内容】カラフルな傘が梅雨の時期のはっちとマチニワを彩る
暮らし学アカデミー 「elicoさんのお家を整える話 ②収納する③演出する」要申込	②6/7(水)③24(土) 14:00~15:30 1階 シアター1	【内容】②洋服の収納を見つめ直し改善策を考える③カフェ風ティータイムを演出する小物を紹介【講師】elico(インテリアコーディネーター) 【定員】15人【持ち物】②クローゼットや収納内の写真(持参可能な人)
ストリートライブ in はっち	6/10(土)14:00~16:30 マチニワ	【出演者】しゃみしゃみ、新田いっとく、コスモ☆コズミック in テラ !! stREEt, FightERs、長者三味線クラブ・城下民謡クラブ ※出演者・公演時間の詳細はホームページをご覧ください。
パフォーミングアーツ いるかHotel演劇公演 「破稿 銀河鉄道の夜」	6/10(土)18:00~19:20 11(日)14:00~15:20 ※11(日)はアフタートークあり 2階 シアター2	【内容】関西で活躍中の劇団「いるかHotel」が八戸初公演。ある高校演劇部の放課後を舞台に、阪神淡路大震災後に生きている女子高生の姿を通して大切な存在を失った人の喪失、退行、再生を描く三人芝居を上演。 【料金】前売:一般2,000円、中・高校生1,500円、小学生1,000円※当日は500円増【チケット販売】はっちインフォメーション、電話予約も可
まちぐみpresents はっちのパーティーションに 南部ひしごし体験+	6/18(日) 11:00~15:00 1階 放送スタジオ前	【内容】気軽に伝統工芸「南部菱刺し」を体験

## こどもはっち

☎6・13・20・27 開9:30~16:30 ☎22-5822

☎三日月町11-1 はっち4階 ※入館料あり 一般(小学生以上)100円 障がい者50円



行事名	日時・場所	内容など
ふたごサークル 要申込	6/4(日)10:30~11:10 4階 こどもはっち	【内容】製作やゲーム遊びなどを通して参加者同士で交流 【対象】双子、三つ子など【定員】親子10組
春夏物!おさがり掘り出し市	6/11(日)10:00~12:30 1階 はっちひろば	【内容】こどもはっちに寄せられた子ども服(0~3歳向け)のおさがり品を無料で提供。9:00から整理券を配布。
プレパパ・プレママひろば 要申込	6/18(日)10:00~11:00 5階 レジデンスA	【内容】妊娠8か月以上のプレパパ・ママ対象の子育て勉強会(随時予約受付)【定員】2組【参加費】100円
特別開館日オレンジデー 団体のみ要申込	6/25(日)9:30~12:00 4階 こどもはっち	【内容】ハンディキャップのあるお子さんと家族のための特別開館日 ※要入館料、通常利用は12:00から
はちのへおもちゃ病院	6/25(日)10:00~12:00 5階 レジデンスB	【内容】壊れたおもちゃを原則無料で修理(1人1点) ※部品交換した時など実費負担あり(50円~300円)
不登校・ひきこもり相談会 要申込	6/25(日)14:00~16:00 5階 レジデンスB	【内容】不登校や学校不適應、その他子育てについて相談を希望する親の交流会【対象】おむね25歳まで

## 八戸市視聴覚センター 児童科学館

☎5・12・19・26 開8:30~16:00 ☎45-8131

☎45-8132 種類家四丁目3-1 E jido@kagakukan-8.com



行事名	日時	内容など
プラネタリウム 事前申込優先		
プラネタリウム	6/3(土)~30(金) ①10:00②11:30 ③13:30④15:00	【内容】「ポケットモンスター オーロラからのメッセージ」を上映 ▷平日:①~③団体④一般▷(土)(日)(祝):①~④一般【料金】観覧料
熟睡プラ寝たりウム	6/23(金)13:30~14:10	【内容】星空の下で眠ることを目的としたプラネタリウム【料金】観覧料
おたのしみ劇場	6/4・11・18・25の各(日) 各日14:00~15:00	【内容】子ども向け作品を上映【定員】各日100人
スペシャルナイト	6/10・24の各(土) ①16:00、17:30 ②17:00、18:00 ③18:00※6/24は18:30	【内容】①楽しまナイト劇場②夜のプラネタリウム③市民星空観望会 【対象】②整理券をお持ちの人(事前申込優先)
科学館 KIDS工房 セルフ	毎日※休館日除く 9:15~15:30	【内容】大人も子どもも楽しめる工作体験【対象】どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴)【参加費】200円以内

## 種差海岸インフォメーションセンター

☎なし 開9:00~17:00 ☎51-8500 ☎51-8501  
 国鮫町字棚久保14-167



行事名	日時・場所	内容など
企画展 「三陸復興国立公園 種差海岸階上岳地域の、るるる」 ～祝!! 国立公園指定10周年これまでの歩みを振りかえ「る」写真展～	6/1(木)~7/31(月) 館内 四つの壁	<b>【内容】</b> 環境省八戸自然保護官事務所が管轄する国立公園内やみちのく潮風トレイルのルート上で撮影した、魅力溢れる自然の姿や地域の皆さんの活動の様子を、写真に「〇〇+る」とキャプションをつけて展示。種差海岸階上岳地域の「三陸復興国立公園」指定から10年、また「みちのく潮風トレイル」全線開通から4年の歩みを振り返る。
種差海岸をガイドさんと歩こう <b>要申込</b>	6/3~25の各(土)(日) 午前 <b>【集合・解散場所】</b> 種差海岸インフォメーションセンター	<b>【内容】</b> 地元ガイドと一緒に種差海岸を約1時間トレッキング。散策コース(自然観察メイン)、エクササイズコース(しっかり歩く)、写真コース(写真撮影メイン)の3コース。※各コースの内容・時間などの詳細はホームページをご覧ください。 <b>【対象】</b> 小学生以上(小学生は保護者同伴) <b>【定員】</b> 各日8人 <b>【参加費】</b> 1,000円(保険料・ガイド料)※ワンコインバス乗車の場合別途100円~200円
磯遊び&ウニの殻むき体験 <b>要申込</b>	6/18(日)10:00~12:30 種差漁港	<b>【内容】</b> 同センターから種差漁港までトレッキング。岩場で磯遊びやウニの殻むきを体験・試食し、帰り道は自然への恩返しにゴミ拾い。 <b>【対象】</b> 小学生以上(小学生は保護者同伴) <b>【定員】</b> 20人 <b>【参加費】</b> 1,500円 <b>【持ち物】</b> タオル※濡れてもよい服装・靴で <b>【申込開始日】</b> 5/27(土)
ぱらっとプログラム <b>【場所】</b> レクチャールーム ※利用状況により実施できない場合あり		
自然物 de 自由工作	開催中~7/9(日) 10:00~15:00	<b>【内容】</b> 松ぼっくりや貝殻などを使って自由に工作 <b>【参加費】</b> 100円



## 八戸市水産科学館 マリエント

☎なし 開9:00~17:00 ☎33-7800 ☎33-7801  
 国鮫町字下松苗場14-33 marient.org ※3階のみ入館料あり



行事名	日時・場所	内容など
海上保安庁パネル展	6/9(金)午後~7/23(日) 4階	<b>【内容】</b> 海の安全を365日守り続ける「海上保安庁」の仕事内容について、パネルや資料など展示・紹介
父の日ありがとう展	6/18(日) 3階	<b>【内容】</b> 黄色のバラをイメージした色彩豊かな魚たちや魚の親子を展示。家族1組につきお花1本をプレゼント(50本限定)。
アオウミガメ健康診断	6/25(日)11:00 4階シンボルコート(屋外) ※雨天の場合は4階ホール	<b>【内容】</b> アオウミガメ「げんき」の大きさ・体重の測定と甲羅磨きを体験。「げんき」は昨年よりどれくらい成長したかな?
体験コーナー	随時 3階	<b>【内容】</b> 「ちきゅう」クイズにチャレンジしよう!、しんかい6500に乗って深海へGO!VR体験 など
	毎週(日)(祝) ①11:00、14:00 ②12:00 3階	<b>【内容】</b> ①深海水圧実験②魚への餌付け&じゃんけん大会

## 館鼻公園内 みなと体験学習館 みなっ知

☎毎週(月)※祝日の場合は翌日 開9:00~19:00  
 ☎38-0385 ☎38-5410 国湊町字館鼻67-7



行事名	日時	内容など
防災教室 「親子で学ぶ家庭の防災」 ~つなみタパストリーを作ろう~ <b>要申込</b>	6/11(日)10:00~11:30	<b>【内容】</b> 家庭での防災対策を学び、つなみタパストリーを作る <b>【講師】</b> 館合裕之(青森県防災士会) <b>【対象】</b> どなたでも(小学生以下は保護者同伴) <b>【定員】</b> 15人 <b>【申込期限】</b> 6/10(土)

## 八戸公園

☎5・12・19・26 開9:00～17:00 ☎96-2932 FAX96-4631  
 十日市字天摩33-2



行事名	日時・場所	内容など
展示会	【春のバラ展】6/10(土)10:00～16:30・11(日)9:00～16:00 【アジサイ展】6/24(土)9:30～16:30・25(日)9:00～16:00	【場所】緑の相談所 展示室 【場所】緑の相談所 展示室
園芸教室 <b>要申込</b> 【場所】緑の相談所		
多肉植物の寄せ植え	6/4(日)13:00～16:00	【講師】中嶋 穰(園芸アドバイザー)【定員】20人 【教材費】1,500円【持ち物】手袋、エプロン、ピンセット 【申込期限】6/2(金)
ミニフレームの壁掛け ～プリザーブド&ドライフラワー	6/11(日)13:00～16:00	【講師】千葉 智子(フラワーサークルCOCO)【定員】20人 【教材費】2,000円【持ち物】花ばさみ、持ち帰り用の袋 【申込期限】6/8(木)
草花の植え付けと管理	6/16(金)13:00～16:00 こどもの国「わくわくドーム」	【講師】橋本 正(八戸造園建設業協会)
キクの作り方 ～奥州菊の繁殖から開花まで～	6/18(日)13:00～16:00	【講師】工藤 亮悦(八戸菊花会)【定員】30人
樹木の手入れ～庭木の剪定～	6/25(日)13:00～16:00	【講師】畑中 美信(八戸造園建設業協会)【定員】30人
緑の専門相談 ※時間内(12:00～13:00除く)に来園または電話でご相談ください。		
植物の管理～観葉植物ほか～	6/4(日)10:00～16:00	【講師】梅森 敦子(園芸アドバイザー)
庭木の手入れ	6/18(日)10:00～16:00	【講師】山下 英夫(八戸造園建設業協会)

## 八戸公園内 三八五・こども館

☎5・12・19・26 開9:00～15:30 ☎96-3480 FAX96-4631  
 十日市字天摩33-2



行事名	日時	内容など
サクラの杜くらふとらんど(手づくり工作教室) <b>要申込</b>		
父の日工作 ダディすごろく	6/4(日)10:00～12:00	【内容】木のメダルでお父さんのコマを作ったり、好きなマスを考えてオリジナルのすごろく作り【対象】小学生以下【定員】30人
七夕工作 自由に作ろう! うちわ工作	6/25(日)10:00～12:00	【内容】切り抜いたチラシをカラージュしたり、絵具スタンプを押して夏らしいうちわ作り【対象】小学生以下【定員】30人

## 市民の森 不習岳

山開き期間 4月～11月 開8:00～17:00(総合案内施設)  
 ☎83-2146 南郷大字島守字外田山19



行事名	日時・場所	内容など
昆虫の森づくり <b>要申込</b>	6/4(日)10:00 【集合場所】総合案内施設	【内容】国蝶オオムラサキの食草(エゾエノキ)などの植樹を体験 【定員】10組(1組4人程度)【参加費】500円【申込期限】6/1(木)
ロープを使って木登り体験 <b>要申込</b>	6/18(日)10:00 【集合場所】総合案内施設	【内容】ロープを使って木登り体験【定員】10組(1組4人程度) 【参加費】500円【申込期限】6/8(木)

変更

## 山の楽校

☎5・12・19・26 開8:00～17:00 ☎82-2222  
 南郷大字島守字北ノ畑6-2



行事名	日時	内容など
そば打ち体験楽校 <b>要申込</b>	6/4(日)10:00～12:00	【定員】10人【参加費】1,000円～1,200円【申込期限】6/2(金)
エコクラフトの楽校 <b>要申込</b>	6/11(日)10:00～15:00	【定員】10人【参加費】2,000円～2,500円【申込期限】6/9(金)

## 公会堂

☎44-7171  
FAX44-7176



日	曜	開演時間	催し物	入場料金(円)
2	金	①14:00 ②18:00	吉幾三コンサート2023	①SS 8,000 S 7,500 A 6,000 ②SS 7,500 S 7,000 A 6,000 (当日500増)
14	水	①13:30 ②17:30	天童よしみコンサート2023	①SS7,000 ②SS6,000
16	金	①12:30 ②17:00	福田こうへいコンサート2023	7,000
18	日	10:30	名作子ども映画会	500(当日券のみ)
25	日	17:00	斉藤和義コンサート ☎間ジー・アイ・ピー ☎0570-01-9999	7,700
29	木	18:30	市民大学講座第2講義	無料

- ▷会員制などの催しは掲載していません。
- ▷入場券・整理券などの取り扱いが終了している場合があります。
- ▷主催者の都合で内容が変更になる場合があります。
- ▷詳細はホームページでご確認いただくか、主催者または各会場へお問い合わせください。

## 市公民館 (公会堂文化ホール)

☎45-1511  
FAX44-7176



日	曜	開演時間	催し物	入場料金(円)
10	土	13:30	結成30周年記念コンサート サエラ感謝祭2023	2,000
11	日	10:30	日本心舞踊 花美流加寿美会 第37回夏のおどり	2,000
14	水	①17:00 ②18:00 (予定)	八戸仏教会 釈尊降誕花まつり	1,000 高校生以下無料
18	日	14:00	青森県立八戸東高等学校音楽部 第16回定期演奏会	無料
30	金	18:30	内田智子&秋野友香ジョイント コンサート	2,000 小・中学生1,000 未就学児無料

## 南郷文化ホール

☎60-8080  
FAX60-8081



日	曜	開演時間	催し物	入場料金(円)
4	日	13:00	令和5年度八戸東高校演劇部 自主公演 in 南郷	無料
24	土	13:30	エレクトーンフェスティバル	無料
25	日	10:00		

## 南部会館

☎43-9202 FAX20-7050  
info@nanbukaikan.com



行事名	日時・場所	内容など
ツキイチツクル <b>事前申込優先</b>	6/8(木)13:00~16:30 和室(C)	<b>【内容】</b> 毎月第2(木)に開催。ものづくり体験のほかオリジナル作品を販売 <b>【定員・料金】</b> 出店内容により異なりますので、お問い合わせください。

## 体育施設

▷受講料を添えて、各施設窓口へ直接お申し込みください。



施設名	講座・教室	日時	対象・定員・受講料・持ち物
南郷屋内 温水プール ☎82-3310	サタデースイミング in 南郷 <b>要申込</b>	6/17~7/8の毎週(土) (全4回) 9:00~10:30	<b>【対象】</b> 小学生 <b>【定員】</b> 20人 <b>【受講料】</b> 1,000円(保険料含む) <b>【持ち物】</b> 水着、ゴーグル、飲料水など※キャップは同プールで準備 <b>【申込期間】</b> 5/28(日)~6/11(日)9:00~20:00※(月)17:00まで
	着衣水泳体験教室 ~水で遊ぼう~ <b>要申込</b>	6/25(日) 9:00~11:00	<b>【対象】</b> どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴) <b>【定員】</b> 50人 <b>【受講料】</b> 無料 <b>【持ち物】</b> 水着、水泳キャップ、着衣、飲料水など <b>【申込期間】</b> 5/28(日)~6/24(土)9:00~20:00※(月)17:00まで
東運動公園 野球場 ☎31-3355	小学生野球教室 (軟式) <b>要申込</b>	7/22(土)9:00~12:00 ※雨天時屋内トレーニ ングセンターで開催	<b>【対象】</b> 小学4~6年生 <b>【定員】</b> 50人 <b>【受講料】</b> 500円(保険料含む) <b>【持ち物】</b> グローブ、スパイク(運動靴可)、運動できる服装 <b>【申込期間】</b> 6/5(月)~7/17(月・祝)9:00~19:00※(木)17:00まで
南部山健康 運動センター ☎20-5403	身体すっきりアクア コースⅡ期 <b>要申込</b>	8/29~10/3の毎週(火) (全6回) 11:00~12:00	<b>【対象】</b> 16歳以上の女性 <b>【定員】</b> 25人 <b>【受講料】</b> 3,000円(保険料含む) <b>【持ち物】</b> 水着、水泳キャップ、タオル、飲料水 <b>【申込期間】</b> 6/13(火)~ 7/10(月)9:00~20:00※(水)17:00まで、電話申込可



6月のホームゲーム

## 地元スポーツチームを応援しよう!

ヴァンラーレ八戸FC **【会場】**プライフーズスタジアム

試合日	開始時刻	対戦相手
4(日)	14:00	テゲバジャーロ宮崎
18(日)	14:00	福島ユナイテッドFC

試合・チケット…☎(株)ヴァンラーレ八戸 ☎38-6644

その他の問い合わせ…☎八戸スポーツコミッション事務局  
(スポーツ振興課内)  
☎43-9159

# 6月 健康ガイド

※掲載の情報は4月30日現在のものです。感染症の影響によりイベント中止などの可能性があります。  
詳しくは各担当にお問い合わせください。  
※会場名の記載がない事業の実施場所は、総合保健センター(田向)です。

## ツツガムシ病に注意しましょう

固保健予防課 ☎38-0716

ツツガムシ病は、ダニの一種であるツツガムシに刺されることで発症する病気です。ツツガムシは、野ネズミなどを介して人に付き、肌を刺しますが、直接ネズミから人へ、人から人への感染はありません。

●**予防対策** 山林、草地、川原などに立ち入る際は、次のことに気をつけましょう。

▷素肌の露出を避けるため、長袖、長ズボン、長靴、手袋などを着用する。

▷腰を下ろしたり、寝ころんだりしない。

▷肌を出すときは、ダニ忌避剤を塗る。

▷山林などに立ち入った後はすぐに入浴し、着用の恐れのあるツツガムシなどを洗い落とし、皮膚に刺し口がないか点検し、必ず着替えをする。

※1～2週間後に風邪のような発熱や発疹、リンパ節のむくみなどの症状が現れた場合は、速やかに医師の診察を受けましょう。この場合、山林、草地、川原などに立ち入ったことを医師に必ず話してください。



## 食生活改善推進員募集(養成研修会開催) 要申込

研修会を受講して、あなたも食生活改善推進員として活動してみませんか。

●**日時** 6月1日(木)・14日(水)・21日(水)・28日(水)、7月14日(金)・19日(水)・26日(水)の7日間

日程	6/1・21・7/26	6/14	6/28・7/19	7/14
時間	9:30～12:30	13:00～15:00	9:30～13:00	14:00～15:30

食生活改善推進員は、食を通じた健康づくりをすすめている食育ボランティアです。

●**場所** 総合保健センター(7月14日は福祉公民館(類家))

●**養成研修会の内容**

栄養の基礎知識、調理の基本、調理実習(2回)、暮らしの中の食品衛生、医師による講話など

●**定員** 10人(研修終了後、食生活改善推進員協議会に加入できる人)

☎ 5月30日(火)までに健康づくり推進課 ☎38-0710



## 人生会議をカードで体験してみよう～八戸市立市民病院がんサロン～

☎八戸市立市民病院 がん相談支援センター ☎72-5148

当院がん相談支援センターでは、患者さんやその関係者が集まり、交流や情報交換を行うがんサロンを開催しています。

人生会議とは、もしものときのためにあなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族などや医療・ケアチームと繰り返し話し合いその内容を共有する取り組みのことでです。

昨年までの参加者は、「あなたにとって役に立つお話でしたか?」との質問に対し、全員が「そう思う」もしくは「ややそう思う」と回答されました。(市民110人のアンケート結果)

もしかしたら、あなたや家族などにとってメリットが感じられる取り組みかもしれません。まずはどんなものなのか、体験してみませんか。

●**内容** ①「人生会議」の内容を知る ②「人生会議」をカードで体験する

●**日時** 6月15日(木)14:00～15:00

●**場所** 八戸市立市民病院2階 講堂3

☎ 申込不要(可能であれば電話で事前に申し込みをお願いします)

## ＼ HIV検査を受けてみませんか /

**6月1日から7日はHIV検査普及週間** **要申込** **匿名・無料** **申問保健予防課 ☎38-0718**

近年の国内におけるHIV感染者・エイズ患者の新規報告数は、年間1,200件程度で推移しており、特に診断時、既にエイズを発症している割合が3割を超えているといわれています。

HIVに感染しても、何年間も無症状で経過し発病します。感染の有無は検査を受けなければ確認できません。

あなたもHIV検査を受けてみませんか。

- **検査日** 第2・4(木)9:00～12:00(1人おおむね40分程度) ※6月4日(日)はHIV検査普及週間の特設検査日
- **内容** 採血による検査(即日結果通知) ※希望者は、性感染症(性器クラミジア・梅毒)の検査も受けられます。

**日本脳炎予防接種** **無料**

期別	標準的な接種スケジュール・回数		場所	持ち物
1期接種	初回	3歳～4歳の期間に2回接種(6～28日の間隔をおく)	受託医療機関 ※「わが家の健康カレンダー」 をご覧ください。	母子健康手帳、 予診票
	追加	初回2回目の接種を行ってからおおむね1年経過した時期に1回接種		
2期接種	9歳～10歳の期間に1回接種			

- **特例対象者** 日本脳炎予防接種の積極的勧奨が差し控えられていたことにより接種機会を逃した人は、特例として、接種できなかった分を無料で受けることができます。特例対象者および接種方法は、市ホームページなどで確認してください。固保健予防課 ☎38-0715 市ホームページ内で「日本脳炎」を検索

## ＼ 接種費用を助成します /

**子宮頸がん予防接種(HPVワクチン)を自費で接種した人への費用助成制度**

積極的な勧奨を差し控えている間に接種の機会を逃した人で、定期接種の年齢を過ぎて、令和4年3月31日までにHPVワクチンの任意接種を自費で受けた人に接種費用の助成(償還払い)を行います。

- **助成対象** 次の全てに該当する人
    - ▷令和4年4月1日時点で八戸市に住民登録がある(※)
    - ▷平成9年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた女性
    - ▷16歳になる年度(高校1年生相当)の年度末までにHPVワクチンの3回接種を完了していない
    - ▷17歳になる年度(高校2年生相当)以降、令和4年3月31日までに自己負担でHPVワクチンの予防接種を受けたことがある
 (※)自己負担で接種を受けたときに八戸市民でなかった人も、申請先は八戸市になります。
  - **助成額** 接種費用の実費相当額(市で設定する上限額の範囲内)
  - **実施期間** 令和7年3月31日まで
  - **申請書** 保健予防課で配布(市ホームページからダウンロード可) ※詳しくは市ホームページをご覧ください。
- 申問申請書を郵送または直接保健予防課 ☎38-0715

**子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券を送付します** **6月下旬** 固健康づくり推進課 ☎38-0710

クーポン券を使用できる検診機関などは、同封するお知らせでご確認ください。また、4月以降、すでに市が実施している無料クーポン対象の検診を受診した人には、払戻申請書を7月以降送付する予定です。

種類	対象(共通)	対象年齢
子宮頸がん検診	4月1日時点で、右記の年齢であり、	20歳(平成14年4月2日～15年4月1日生)
乳がん検診	4月20日現在八戸市に住所がある女性	40歳(昭和57年4月2日～58年4月1日生)



※クーポン券の対象でない人は、有料でがん検診を受けることができます。子宮頸がん検診は1,000円、乳がん検診は、偶数年齢の人は1,000円、奇数年齢の人は4,400円です。詳しくは、「わが家の健康カレンダー」や市ホームページをご覧ください。

**お気軽健康チェック**

固総合健診センター ☎70-5563

- **日時** 6月10日(土)9:00～11:00
- **場所** 総合健診センター1階 健康プロムナード(田向)
- **内容** 血管年齢測定、開眼片脚立ち測定、血圧測定、健診PR



## 成人保健

記号の説明 ☎ 電話による相談 ▲ 面談による相談 **要申込** 申し込み必要

	名称	日時	内容・テーマほか	申し込み・問い合わせ先
相談	保健師による健康相談 (窓口相談) ▲	(月)~(金) ※(祝)を除く 10:00~12:00、13:00~16:00	成人の心身の健康相談	健康づくり推進課 ☎38-0713
	オンライン健康相談 <b>要申込</b>	7(水)	成人の心身の健康や食生活に関する相談	6/5(月)までに ホームページから 申し込み
	栄養士による個人相談 ▲	7(水) 10:00~12:00、13:00~16:00	生活習慣病が気になる人の食生活についての相談	健康づくり推進課 ☎38-0710



## 介護予防

記号の説明 ☎ 電話による相談 ▲ 面談による相談 **要申込** 申し込み必要

	名称	日時	内容・テーマほか	対象・申し込み・問い合わせ先
体操会など	体操会	(火)~(金) ※(祝)を除く 9:15~9:55、13:15~13:55	介護予防のために、ラジオ体操、ストレッチなどの軽い運動をします。	●対象(共通) おおむね 65歳以上 介護予防センター ☎38-0726
	集いの場	(火)~(木) ※(祝)を除く 10:00~10:40、14:00~14:40	各専門職員による心と体が元気になるミニ講話、脳トレ、レクリエーションなどを行います。	
相談	介護予防相談 <b>要申込</b> ☎ ▲	(月)~(金) ※(祝)を除く 10:00~12:00 14:00~16:00	保健師などによる介護予防に関する個別相談	
	栄養相談 <b>要申込</b> ☎ ▲		管理栄養士による高齢者の食事・栄養に関する個別相談 ●対象 病院などから栄養指導を受けていない人	
	体力測定 <b>要申込</b> ▲		体力測定の結果をもとに、理学療法士が運動についての個別アドバイス ●対象 整形外科に通院していない人	
	もの忘れチェック <b>要申込</b> ▲		質問票で確認しながら、もの忘れについての個別相談 ●対象 もの忘れについて受診歴がない人	
交流会	ひなたぼっこさあくる (もの忘れが気になる人の交流会) <b>要申込</b>	5(月)13:15~14:30	もの忘れが気になり始めた人同士で、情報交換や交流を行います。 ●対象 もの忘れで病院を受診し、経過観察中の人 ●定員 10人 ●申込開始日 5/22(月)	
	認知症の人を抱える 家族のつどい	17(土)13:30~15:30	認知症の人を介護している家族同士、情報交換や交流を行います。	(公社)認知症の人と家族の 会 青森県支部 ☎35-0930

## HIV・肝炎ウイルス・精神保健福祉

記号の説明 ☎ 電話による相談 ▲ 面談による相談 **要申込** 申し込み必要

	名称	日時	内容・対象	申し込み・問い合わせ先
検査	HIV検査 <b>要申込</b>	4(日)・8(木)・22(木) 9:00~12:00	HIV検査 (希望者は梅毒・性器クラミジア同時検査可)	保健予防課(エイズ専用電話) ☎38-0718
	肝炎ウイルス検査 <b>要申込</b>	8(木)13:15~14:00	肝炎ウイルス検査(B型・C型) (総合健診センター、受託医療機関でも受診可) 固健康づくり推進課 ☎38-0710	保健予防課 ☎38-0716
相談	HIV相談 ☎	随時(開庁時間内)	エイズに関する相談	保健予防課(エイズ専用電話) ☎38-0718
	精神科医師による精神 保健福祉相談 <b>要申込</b> ▲	14(水)13:30~16:00	心の病気で悩んでいる人とその家族 (精神科・心療内科に通院していない16歳以上の人)	9(金)までに保健予防課 ☎38-0717

# 今月の お知らせ



## 八戸市庁

### 開庁時間

【月～金】 8:15～17:00

※市民課の一部窓口は18:00まで

【土】 8:15～12:00

※市民課の一部窓口のみ

### 郵便

郵便番号(〒031-8686)  
と課名のみで届きます。

電話 0178-43-2111

FAX 0178-45-2077

☑ 申し込みが必要    ✉ メール

☎ お問い合わせ先    🏠 ホームページ

※料金の記載のないものは、すべて無料です。  
※祝日の振替休日は、(休)と表記しています。  
※掲載の情報は4月24日現在のものです。  
感染症の影響によりイベント中止などの  
可能性があります。

### 八戸市の人口

	人口	(前月比)
人口	219,733人	↓ 981人
うち男	105,384人	↓ 485人
うち女	114,349人	↓ 496人
世帯数	110,036世帯	↓ 34世帯
出生	107人	↑ 21人
死亡	303人	↑ 12人

※3月末現在。外国人住民を含む。  
出生・死亡は3月届出分

## 募集

### あおり出会いサポート センター会員・協賛団体 募集



#### 【個人会員・団体会員】

- 内容 婚活イベント情報や婚活セミナーの案内をメールマガジンで配信
- 対象 出会いを望む満20歳以上の独身者で、原則県内在住の人または県内に事業所などがある企業・団体など

#### 【協賛団体】

- 内容 出会いの場となるイベントの企画、開催情報の提供
- 対象 県内に事業所などがある企業・団体など

☎あおり出会いサポートセンター ☎017-721-1250

### あおりマッチングシステム AIであう会員募集



あおり出会いサポートセンターでは、AIが相性度の高い相手を紹介するマッチングシステムを運営しています。

- 対象 県内在住または結婚後県内に居住することを考えている18歳以上の独身者
- 登録料(2年間) 1万円(児童扶養手当受給者は無料)

☎あおり出会いサポートセンター ☎017-721-1250

### のただて 野点プロジェクトスタッフ 募集(説明会・おさんぽ会)



- 日時 6月10日(土)・11日(日)、7月15日(土)～17日(月・祝)

各日10時～17時ごろ

- 内容 10月1日・7日の野点開催にむけて、スタッフ希望者への説明会と、野点開催地を探すおさんぽ会を行う。

- 対象 どなたでも
- 定員 20人程度

※途中参加・途中退室可。1日だけの参加可。

☎美術館 ☎45-8338

### 第42回「新人演奏会」 出場者募集



- 日時 11月21日(火)18時30分
- 場所 公会堂ホール
- 種目 声楽・器楽
- 対象 高校卒業後おおむね10年以内の人
- 演奏時間 声楽10分・器楽15分程度

☎6月1日(木)～7月2日(日)に申込書と演奏音源(CD)を郵送または直接提出

☎公会堂 ☎44-7171

## 県営住宅入居者募集

団地名	戸数	階	間取り
旭ヶ丘	1	2	3LDK
是川	2	3	3DK
河原木	4	1・2・3	3K
白山台	1	2	3DK

※白銀台団地の一部、河原木団地の一部は常時募集

- 募集期間 6/1(木)～10(土) <(土)(日)除く>ただし3(土)・10(土)は営業
  - 募集条件 3Kは単身または2人以上の世帯、3DKは2人以上の世帯、3LDKは3人以上の世帯
  - 募集戸数 5/22(月)確定・申込書類配布開始
  - 選考方法 申込多数の場合は公開抽選(6月末)
  - 家賃月額12,300円～36,100円程度
  - 入居予定日 8/1(火)
  - 部屋の事前公開 5/26(金)
- ☎(株)東北産業(下長四丁目) ☎20-4002

### 第31回南郷サマージャズ フェスティバル2023 ボランティアスタッフ募集



- 日程 7月29日(土)
- 対象 18歳以上(高校生不可)
- 定員 40人程度
- ※詳しくは市ホームページをご覧ください。

■**申込**6月22日(木)までに南郷ジャズフェスティバル実行委員会事務局  
☎82-2111 FAX82-3517

### 八戸ウェルカムチケット 広告掲載者募集



- サイズ・色数 64mm×65mm・4色
- 掲載料 1枠1万5千円
- 配布部数 8千部(5年9月1日～6年8月31日)
- 枠数 12枠(申込多数の場合抽選・枠数変更)

■**申込**6月16日(金)までに申込書をFAX・Eメール・郵送または直接提出(広告はデータで提出)

☎**広報統計課**

☎43-2336 FAX47-1485

✉8pro@city.hachinohe.aomori.jp

### 障がい者雇用促進企業からの物品等調達優遇制度 登録申請(随時受付)



- 内容 市が発注する物品または印刷物の指名競争入札や随意契約の際に、登録企業から優先して指名するよう努める制度
- 対象 次の全てに該当する企業  
▷八戸市物品の購入等競争入札参加資格者名簿に登録され、市内に本店・支店などがある中小企業  
▷申請日および過去1年間で、市内の本店・支店などの障がい者雇用率が2.3%以上、または常時雇用している労働者数が43.5人未満の場合は1人以上の障がい者を雇用している企業

●有効期間 登録日～6年3月31日

■**申込**契約検査課 ☎43-2158

## 暮らし

### 防災行政無線を用いた「放送試験」を行います



- 日時 6月7日(水)11時ごろ
  - 放送内容 開始のチャイム音→「これは、Jアラートのテストです」を3回繰り返す→「こちらは、ぼうさいはちのへです」→終了のチャイム音
- ☎**危機管理課** ☎43-2147

### 敬老祝金を支給します



今年度中に88歳または100歳になる人に対し、敬老の日をめぐりに敬老祝金を支給します。対象者には、口座届出書を送付していますので、ご記入の上返信用封筒に入れてご返送ください。

●対象年齢・支給額

▷88歳 1万円

▷100歳 10万円

☎**高齢福祉課**

☎43-9104



## 八戸のこと、一緒に考えてみませんか 協議会などの委員を募集しています



### 共通

- 対象 市内在住で、当市の他の審議会などの委員を3つ以上兼務していない人
- 定員 ①③1人 ●任期 ①③2年以内 ●報酬 1回の出席につき8,800円
- 決定方法 書類選考(必要に応じて面接あり)
- 申込書 担当課のほか、市庁本館・別館案内、南郷事務所、各公民館・市民サービスセンターで配布(市ホームページからダウンロード可)

#### ①八戸市行政改革委員会

☎**行政管理局** ☎43-2150 FAX45-2077 ✉gyosei@city.hachinohe.aomori.jp

社会経済情勢の変化や新たな課題に対応した簡素で効率的・効果的な市政運営の確立に向けた行政改革の推進などについて審議を行う ※会議は年4回程度 ☎5/22(月)～6/23(金)(必着)に、申込書に「私の考える行政サービスの問題点と改善策」について意見・提案など(800字以内)を添えてFAX・Eメール・郵送または直接行政管理局

#### ②八戸市青少年問題協議会

☎**教育指導課** ☎43-9461 FAX47-4997 ✉shido@city.hachinohe.aomori.jp

※会議は年2回程度 ●対象 上記共通および青少年の指導や育成、保護、矯正に関し、知識や経験、関心のある人 ●定員 2人以内 ●任期 2年 ☎6/7(水)までに、申込書をFAX・Eメール・郵送または直接教育指導課

#### ③八戸市図書館協議会

☎**図書館** ☎22-0266 ✉tosho@city.hachinohe.aomori.jp

市図書館の運営方針の改定や事業計画の策定などにあたり提言を行う ※会議は年4回程度 ●申込書 上記共通および南郷図書館、図書情報センター ☎6/1(木)～26(月)までに、申込書に「八戸市の図書館運営及び図書館サービス」に関する意見・提案(800字程度)を添えてEメール・郵送または直接図書館(本館)

**下水道使用料の納付には  
便利な口座振替をご利用  
ください**



口座振替を希望する場合は、金融機関窓口で手続きをお願いします。

**●持ち物**

- ▷お客さま番号が分かるもの
- ▷通帳と届出印

**【下水道の使用状況が変わった場合は届け出が必要です】**

- ▷建物解体後、更地にするとき
- ▷建て替えなどで一時的に下水道を使用しないとき
- ▷井戸水など水道水以外の水を使用するときや使用状況が変わったとき

**申問** 下水道業務課 ☎44-8251

**農業集落排水処理施設  
を利用しましょう**



- 利用可能地域 館地区・豊崎地区・市野沢地区・島守地区の一部
  - 利用方法 各自で市指定排水設備工事業者に宅地内の工事を依頼し接続工事を行ってください。
- 固** 下水道業務課 ☎44-8258

**65歳以上の人へ  
介護保険料の特別徴収  
仮徴収額を変更します**



「令和4年度介護保険料決定通知書」で、4・6・8月に仮徴収する額をお知らせしましたが、仮徴収期と本徴収期(10・12・2月)で1回の徴収額に大きな差がある人は、徴収額の平準化を図るため

6月と8月の仮徴収額を変更します。変更となる人には、5月下旬に「介護保険料特別徴収(仮徴収)額変更通知書」を送付します。

なお、7月初旬に送付する「令和5年度介護保険料決定通知書」において、5年度の保険料額および10月以降の徴収額をお知らせします。

**固** 介護保険課 ☎43-9285

**シートベルト・チャイルド  
シート着用促進運動**



シートベルトを着用していれば命が助かったかもしれない交通事故が、いまだに発生しています。

シートベルト・チャイルドシートの着用率の向上と正しい着用の普

**無料 6月の各種相談**

**固** 市民相談室(くらし交通安全課内) ☎43-2111(内線2553、2554)

相談名に **要申込** がある場合は、事前申し込みが必要です。それ以外は、当日8時15分から窓口(先着順)と、10時から電話で受け付けます(①は窓口のみ)。なお、法律相談は、申し込み受け付け開始直後から電話が混み合い、すぐに定員に達することがあります。

**場所** ①~⑩くらし交通安全課(別館7階)、⑪南郷事務所(第3会議室)

記号の説明 ☎ 電話による相談 👤 面談による相談 **市民** 対象は八戸市民のみ

	相談名	相談方法	日時	相談員
①	一般相談	☎ 👤	平日の8:15~17:00	市職員
②	人権相談	👤	6/7・14・21・28の各(水)9:00~12:00、13:00~16:00	人権擁護委員
③	行政相談	👤	6/1・8・15・22・29の各(木)13:00~15:00	行政相談委員
④	税務相談 <b>市民</b>	👤	6/5(月)13:00~16:00(1人20分程度) 先着8人	税理士
⑤	法律相談 <b>要申込</b> <b>市民</b>	👤	6/12(月) 申し込みは6/8(木)8:30から電話で先着5人 6/23(金) 申し込みは6/21(水)8:30から電話で先着5人 各日13:00~16:00(1人30分程度) ※裁判・調停など係争中の人は除く	弁護士
⑥	司法書士相談 <b>市民</b>	👤	6/9(金)・19(月)13:00~16:00(1人30分程度) 先着5人	司法書士
⑦	行政書士相談 <b>要申込</b> <b>市民</b>	👤	6/20(火)13:00~16:00 申し込みは6/13(火)・14(水)に電話で	行政書士
⑧	公証人相談	👤	6/20(火)9:00~12:00	公証人
⑨	土地家屋調査士相談 (不動産の表題登記や土地の境界に関することなど)	👤	6/6(火)13:00~16:00	土地家屋調査士
⑩	不動産相談 (不動産の売買や賃貸に関することなど)	👤	6/13・27の各(火)13:00~16:00	宅地建物取引士
⑪	人権相談(南郷地区)	👤	6/6(火)9:00~12:00	人権擁護委員

相談名	日時・場所	相談内容	問い合わせ先
特設人権相談所(無料)	①6/6(火)9:00~12:00 南郷事務所第3会議室 ②7(水)9:00~12:00、13:00~16:00 くらし交通安全課	●内容 家庭内の悩み事や近隣トラブル、いじめなど ●相談員 人権擁護委員 ●相談方法 面談	<b>固</b> 市民相談室 (くらし交通安全課内) ☎43-2148

及啓発のため、「シートベルト・チャイルドシート着用促進運動」が実施されています。

●運動の重点

- ▷全ての座席におけるシートベルト着用義務の周知徹底
- ▷チャイルドシートの正しい使用の徹底



固くらし交通安全課 ☎43-9218

行政相談委員の委嘱



4月1日付けで総務大臣から委嘱された行政相談委員は、次のとおりです。

- ▷津田健造(再任)
- ▷伊藤和雄(再任)
- ▷青田薫(再任)
- ▷元沢弘志(再任)
- ▷慶長洋子(再任)

固くらし交通安全課 ☎43-2148

市収納代理金融機関の店番号変更



6月19日(月)から、市収納代理金融機関の「みちのく銀行白銀支店」「みちのく銀行類家支店」の店番号が変更されます。

取扱業務に変更はありませんので、今後も市税などの納入にご利用ください。

店舗名称	変更前	変更後
白銀支店	065	331
類家支店	067	332

固出納室 ☎43-9143

動物由来感染症を  
防ぎましょう



「動物由来感染症」とは、動物から人に感染する病気の総称で、人も動物も重症になるものや動物は無症状で人が重症になるものなど、さまざまな種類があります。

日常生活では次のことに注意し感染を防ぎましょう。

- ▷犬の登録と狂犬病予防注射を受けさせる
- ▷動物との過剰な触れ合いを控える
- ▷動物に触れたら手を洗う
- ▷ペットの身の回りは清潔にする
- ▷ペットのふん尿は速やかに処理する
- ▷室内でペットを飼うときは定期的に換気をする
- ▷野生動物の飼育や野外での接触は避ける

固衛生課 ☎38-0721

猫は室内で飼いましょう



猫を外に放すことは、猫を危険(他の猫との接触による負傷・病気への感染、交通事故、迷子、予期しない繁殖が行われるなど)にさらすことになり、またふん尿被害など近所からの苦情の原因にもなりかねません。次のことを心掛けて、猫は室内で飼いましょう。



- ▷予期しない繁殖を防ぐために不妊・去勢手術をする
- ▷迷子札などの身元表示をする
- ▷外で遊ばせる際はひもなどでつなぎ、目を離さない

固衛生課 ☎38-0721

樹木などの毛虫は  
早めの対応を



これから毛虫が発生しやすい時期になります。巣網を見つけたら、近隣に拡大する前に、早めに駆除しましょう。駆除は個人で行うか、専門業者にご相談ください。

●駆除方法

- (例)アメリカシロヒトリ
- ▷木の葉にクモの巣状の巣網ができ、毛虫が群生していたら、巣網ごと切り取り燃やせ

るごみへ出す

- ▷毛虫が巣網から分散していたら薬剤を散布する
- ▷普段から庭木の手入れをし、風通しをよくしておく

固衛生課 ☎38-0719

「オオキンケイギク」の  
駆除にご協力を



5月から7月ごろにかけて鮮やかな黄色の花をつけるオオキンケイギクですが、「特定外来生物」に指定されています。

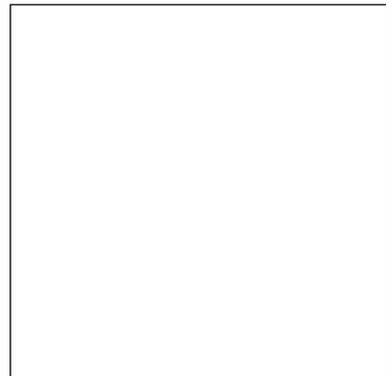
特定外来生物とは、海外から入ってきた生物のうち、日本固有の生態系や農林水産業などへ悪影響を与えるものです。

このような植物に対し、「水や肥料を与える」「根がついた状態の植物や種を持ち運ぶ」「種をまく」などの行為は禁止されています。自宅の敷地内で発見した場合は、生息域の拡大を防ぐため駆除にご協力ください。

駆除する時は、根ごと抜き取り、必ず枯れさせた後ごみ袋に入れ、袋の口元をしっかり結んで燃やせるごみとして処分してください。

固環境政策課 ☎43-9265

広告



**JR東日本が夜間新幹線  
走行試験を行います**



- 区間・日程 ▷ 仙台～新青森間  
6月17日(土)・18日(日)・25日(日)
- 時間 23時～翌日5時ごろ
- ※日程を変更する場合あり
- 固 JR東日本盛岡支社
- ☎019-625-4019

**雇用**

**労働保険年度更新手続き**



- 労働保険の年度更新を行う時期です。お早めに手続きをお願いします。
- 申告・納付期間  
6月1日(木)～7月10日(月)
  - 申請方法 窓口・郵送またはインターネットから電子申請
  - 固 八戸労働基準監督署
  - ☎46-3311
  - 青森労働局労働保険徴収室
  - ☎017-734-4145

**青森県電気機械器具製造業  
最低賃金が改正されました**



- 内容 3品目3工程5規格の最低賃額を100単位(本・端子・回・個)ごとに80銭～36円52銭引き上げる(引き上げ率7.57%)
- 固 青森労働局賃金室
- ☎017-734-4114

**税金**

**6月の納税** 【納期限】6/30(金)

市県民税(第1期)  
■納税相談  
【夜間窓口】  
6/20(火)17:00～19:30  
【延長窓口】毎週(月)・(金)  
18:00まで ※(祝)を除く  
固 収納課  
☎43-9173、43-9174、43-9175

**市民税・県民税の納付は  
6月から**



- 令和5年度分の市民税・県民税は「4年中」の所得に対して課税されたものです。
- 普通徴収 年4回の納期に納付書払いや口座振替で納付する方法です。普通徴収分の「納税通知書」は、6月12日(月)に発送予定です。
  - 特別徴収 給与所得者に代わって、給与支払者が毎月(6月～翌年5月)の給与から税額を差し引き、取りまとめて納付する方法です。「特別徴収税額通知書」は、5月15日(月)に事業所へ送付しました。
  - 年金所得者の特別徴収 33ページをご覧ください。
- 【転出者の納税】**  
市民税・県民税は、1月1日現在の住民登録のある市区町村へ納めることになっています。1月2日以降に当市から転出した場合は、令和5年度分は当市に納める

ことになります。なお、市外から納める場合は、ゆうちょ銀行、郵便局(東北6県に限る)またはコンビニ納付をご利用ください。

**【退職したときは自分で納付を】**  
給与所得者(特別徴収の人)が、退職などにより給与から市民税・県民税の差し引きができなくなったときは、年税額の残額を、後日送付される納税通知書で納めることになります。

- 3月に退職した人  
給与から引ききれなかった4年度の残額分と、5年度分それぞれの納税通知書が届きます。
  - 6月以降に退職予定の人  
給与から引ききれなかった5年度の残額分(6年5月分までの)納税通知書が届きます。
- 固 住民税課 ☎43-9232

**自動車税種別割は納期限内に納めましょう**



- 納付期限 6月30日(金)
  - 納付場所 最寄りの金融機関、郵便局またはコンビニエンスストア
- ※納税通知書の表面にある「eL-QR」を読み取ることでクレジットカード、スマートフォンアプリなどからの納付もできます。
- 納税通知書で自動車税種別割を納付した場合は、領収スタンプの押印(領収日付が納期限までのもの)を受けると、納税証明書として利用できます。クレジットカード

**生産性向上支援訓練 受講者募集**

共通 ● 時間 9:30～16:30 ● 対象 事業主からの受講指示を受けた在職者 ● 定員 15人

	業務効率を向上させる ワープロソフト活用	DX人材育成の進め方	表計算ソフトを活用した 業務改善
開講日	6/26(月)	6/29(木)	7/3(月)
場 所	八戸地域職業訓練センター	八戸総合卸センター	八戸地域職業訓練センター
受講料	2,200円	3,300円	2,200円
申込期限	6/8(木)	6/12(月)	6/15(木)

☎ FAXで申し込み  
固 ポリテクセンター青森  
☎017-777-1186  
FAX017-777-1187

ホームページはこちら



やスマートフォンアプリ、口座振替により納付した場合は納税証明書は送付されませんが、自動車税種別割の納付確認が電子化されているため、車検用の納税証明書の提示を省略することができます。

国三八地域県民局県税部

☎27-5111(内線205~207,356)

## 忘れないで！ 税証明の委任状



課税証明など市税関係の証明書を代理人が申請する場合は、夫婦や親子などの家族であっても、必ず本人からの委任状が必要です。

法人についても、代理人が申請する場合は、代表者印が押印された代表者からの委任状が必要です。ただし、法人の従業員が代

理人となる場合は保険証または社員証の提示(法人名が一致する場合に限る)により、委任状を省略することができます。

## ●対象となる証明書

住民税関係	課税(所得)証明書
資産税関係	資産証明書 無資産証明書 住宅用家屋証明書
収納関係	納税証明書

※委任状は必ず本人が署名または記名押印(スタンプ印以外のはんこ)してください。また、申請の際は、代理人の本人確認書類(運転免許証など)の提示も必要です。

※亡くなった人の証明書を申請する場合、戸籍謄本などが必要な場合があります。

固定資産税課 ☎43-9037

## 消費税のインボイス制度 説明会開催



制度の概要や留意点について、説明会を開催します。

●日時 6月22日(木)

①10時~11時 ②14時~15時

●場所 八戸税務署2階第一会議室

●定員 各40人

※②は消費税の仕組みから知りたい人向け

☎6月15日(木)までに電話で申し込み

国八戸税務署法人課税第一部門  
☎43-0145

## 八戸国際交流協会からのお知らせ

### 会員募集中!

八戸国際交流協会は、地域の国際交流や多文化共生社会の推進を目的として活動しています。

- 主な事業 異文化理解交流イベント、日本語講座、国際交流フェスタ、観光地等英語ガイド、協会機関紙発行 など
- 年会費 (1口)▷個人2千円 ▷団体1万円
- 特典 イベント案内や機関紙送付のほか、イベントや講座で割り引き



八戸交流協会の活動の様子をフェイスブック・Instagramでも紹介

☎国八戸国際交流協会(市民連携推進課内)

☎43-9257 ☎47-1485

✉hira.hachinohe@gmail.com



## 外国人のみなさんへ To foreign residents

### 外国人のための日本語講座

#### Japanese Language Class in Hachinohe

楽しく日本語を学びましょう!

Let's enjoy studying Japanese!

●コース 週1回または週2回(火曜日・水曜日)

Courses : Tuesdays or/and Wednesdays

●時間 18:30~20:30 Time : 6:30 p.m. - 8:30 p.m.

詳しい情報は、下の連絡先へ聞いてください。

Please contact us for more information.

☎NPO法人みちのく国際日本語教育センター  
Michinoku International Japanese Education Center

☎080-6051-3109, 080-6026-3109

☎46-2284

✉michinokunihongo@gmail.com

詳細はこちら



### 外国人相談窓口

#### Consulting Service Counter for Foreign Residents

日本(八戸)での生活で分からないこと、困っていることはありませんか? 無料で相談ができます。相談に来る前に連絡(予約)をしてください。

●受付時間 月曜日~金曜日 8:15~17:00

Free daily-life consultation services for foreign residents are available. Reservations must be made in advance (8:15 a.m. - 5:00 p.m., Mon - Fri).

☎八戸国際交流協会(市民連携推進課内)

Hachinohe International Relations Association

(City Hall Main Building, 4F)

☎43-9257 ☎47-1485

✉hira.hachinohe@gmail.com

HPはこちら



## 6月4日～10日は危険物安全週間

岡消防本部予防課 ☎44-2133



**推進標語** 「意志つなぐ 連携プレーで 事故防ぐ」

### 【ガソリンを携行缶で購入する場合は、本人確認にご協力をお願いします】

消防法では、ガソリンの適正な使用を徹底するため、ガソリンスタンドでガソリンを携行缶で購入する場合は

①**本人確認**(運転免許証の提示など) ②**使用目的の確認**を行うとともに、販売記録を作成することが義務付けられています。

### 【ガソリン携行缶を取り扱う時の注意事項】

- 灯油用ポリ容器にガソリンは入れない。 ● セルフスタンドでも、容器への詰替えは、ガソリンスタンドの従業員が行う。
- ガソリン携行缶は「試験確認済証」があるものを使用する。 ● 火気の近くや高温になるところに長時間置かない。
- ガソリン携行缶のふたを開ける時は、火気のないところでエア抜きをしてから開ける。

## 6月23日～29日は男女共同参画週間

岡市民連携推進課 ☎43-9217

**キャッチフレーズ** 「無くそう思い込み、守ろう個性 みんなでつくる、みんなの未来。」

内閣府で募集した「男女共同参画週間」のキャッチフレーズが決定しました。「男だから」「女だから」といった性別役割分担意識の思い込みや決めつけにとらわれず、個性と多様性を尊重し、生きがいを感じられる社会を実現できるように、との思いが込められています。

### 男女共同参画社会を目指して

性別にかかわらず、社会のあらゆる分野で、個性と能力を発揮し活躍できる「男女共同参画社会」を実現するために、一人ひとりの取り組みが必要です。

#### 職場



多様な人材が活躍できる職場環境

#### 家庭



家事・育児・介護など、役割分担して協力

#### 地域



ボランティア活動や地域活動に主体的に参加

## 基礎年金番号通知書や年金証書の再交付申請窓口はこちら

【基礎年金番号通知書】 現在加入している年金制度の区分により申請窓口が異なります。

加入年金制度	申請窓口
国民年金加入者	▷八戸年金事務所 ▷八戸市国保年金課⑦番窓口
共済組合加入者と、共済組合加入者に扶養されている配偶者	▷八戸年金事務所
厚生年金加入者と、厚生年金加入者に扶養されている配偶者	▷八戸年金事務所 ▷厚生年金加入の勤務先

【年金証書・額改定通知書・振込通知書】 八戸年金事務所、八戸市国保年金課⑦番窓口、南郷事務所、各市民サービスセンター

### 【持ち物】

- 申請する人の本人確認ができるもの(マイナンバーカードなど写真つきのものは1つ・健康保険証など写真無しは2つ)
- 委任状(申請する人が本人以外の場合)

### 【交付にかかる期間】

	八戸年金事務所	市役所
基礎年金番号通知書	直接お問い合わせください。	3週間程度
年金証書など	2～3週間	3週間程度

### お急ぎの人は、年金事務所へご相談ください

年金証書は、年金事務所でも本人が手続きをすると即日交付される場合があります。

岡八戸年金事務所 ☎44-1742 ▷案内2-2(基礎年金番号通知書)  
▷案内1-2(年金証書など)  
国保年金課 ☎43-9079(国民年金について)

## 皆さんと一緒に、地域農業の将来のために地域計画を作成します

### 地域計画とは

地域農業の担い手が減っていく中でも、耕作放棄されることなく農地が利用されるよう、農地の集積(担い手に集める)や集約(近くにまとめる)を進める必要があります。

そのために、これまで地域の皆さんで話し合い「経営再開マスタープラン」という将来の計画を立てていましたが、法改正により「地域計画」へ移行することとなり、より詳しく内容話し合い、地域ごとの農業の将来の在り方を定めるものです。



### ご協力をお願いします

#### 地域農業の将来について、地域の皆さんで話し合いをする必要があります。

- ①農地をお持ちの人へ意向調査を行います。
- ②農業者をはじめ、町内会など地域にお住まいの皆さんで地域農業の方針(耕作する農地や作物など)を話し合います。その際、10年後に誰(担い手)がどの農地を耕作するかも話し合います。(目標地図作成)
- ③話し合いで作成した「地域計画」を市が公表し、掲載された担い手を農地の貸付や補助事業などで支援します。

### 今後のスケジュール(予定)

5年6月ごろ～	地域 <sup>(※)</sup> ごとに話し合いを開催 (※)市川地区、下長地区、上長地区、豊崎地区、館地区、是川地区、大館地区、南浜・美保野地区、旧市内地区、島守地区、中沢地区
7年3月まで	「地域計画」を作成

※詳しい日程が決まりましたら、市ホームページなどでお知らせします。

☎農業経営振興センター ☎27-9163(地域計画について)  
農業委員会(農政課内) ☎43-9164(目標地図について)

## 八戸地域広域市町村圏事務組合の概要をお知らせします



八戸地域広域市町村圏事務組合は、消防・ごみ・介護福祉などに関する業務を市町村共同で行うために設置された特別地方公共団体(一部事務組合)で、昭和46年に発足しました。構成市町村は、八戸市、三戸町、五戸町、田子町、南部町、階上町、新郷村、おいらせ町の8市町村です。

### 執行機関(4/1現在)

組合には、構成市町村長の互選により、管理者、管理者を補佐する副管理者を置き、構成市町村の職員が業務を行っています(消防を除く)。

また、組合の財務や事業について監査を行う監査委員は、管理者が議会の同意を得て、組合議員および識見を有する者から選任します。

管理者	くまがい ゆういち 熊谷 雄一(八戸市長)
副管理者	まつお かずひこ 松尾 和彦(三戸町長)
	なりた たかし 成田 隆(おいらせ町長)
監査委員	ささき いくお 佐々木 郁夫(八戸市副市長)
	おおつぼ しゅういち 大坪 秀一(八戸市代表監査委員)
	さくらい まさひろ 櫻井 雅洋(新郷村長)

### 共同で処理する事業

事業によって、全市町村で共同処理するものや、一部の市町村で共同処理するものがあります。

消防事務	全市町村
介護認定審査会事務	全市町村
し尿処理施設に関すること	八戸市・南部町の 旧福地村区域・階上町
ごみ焼却施設に関すること	
八戸リサイクルプラザに関すること	

※構成市町村役場で組合の概要を配布しています。また、組合のホームページでもご覧いただけます。今後、組合の予算・決算や事業の内容などを順次お知らせします。

☎八戸地域広域市町村圏事務組合事務局  
☎43-9556

## 補助金・融資であなたの生活をサポート！

詳しくは、各担当課にお問い合わせください。

### 町内会・自治会の集会所の整備

☎町福祉政策課 ☎43-9294 ☎47-0746

#### ●地域集会所整備費補助金 ※事前に市との協議が必要です。

- 内 容** 地域集会所の新築・建替え・改修・トイレの水洗化または洋式化の整備を行う場合、その費用の一部を補助
- 対象施設** 町内会・自治会などが地域福祉の向上とコミュニティ活動の促進を目的として、集会のために利用する施設
- 補助金額** 工事費用の2分の1以内(別途補助要件・限度額あり)



### 合併処理浄化槽の切り替え

☎町下水道業務課 ☎44-8258 ☎47-9065

#### ●合併処理浄化槽設置補助金 ※申請前に浄化槽を設置した場合は対象外です。

- 内 容** 公共下水道・農業集落排水の事業計画区域外の住宅で、単独処理浄化槽やくみ取りトイレを、環境にやさしく衛生的な合併処理浄化槽に切り替える場合、設置費用の一部を補助

- 限度額(例)**
- |                     |                                  |
|---------------------|----------------------------------|
| ▷くみ取りトイレから5人槽 …39万円 | ▷単独処理浄化槽の撤去 <sup>(※)</sup> …12万円 |
| ▷単独処理浄化槽から5人槽 …46万円 | ▷宅内配管工事 <sup>(※)</sup> …30万円     |
- (※)単独処理浄化槽からの切り替えの場合のみ



### 生活環境を整備

☎町農林畜産課 ☎43-9052 ☎46-5697

#### ●薪ストーブ等の購入・設置に係る費用を補助

- 内 容** 薪ストーブ、木質ペレットストーブ、木質バイオマスボイラーの導入に係る費用の一部を補助(1世帯または1法人につき1回1台まで)

**2月29日(木)**

- 対象者** 6年3月31日までに、市内の住居・店舗などに新規に木質バイオマス利用機器を設置することができる人

- 補助金額** 購入・設置費用の3分の1(上限15万円)

- 申請期間** 6月1日(木)～6年1月31日(水)  
(予算がなくなり次第終了)



#### ●山林内危険木の伐採などの費用を補助

- 内 容** 道路や建物に影響を及ぼす恐れのある山林地内の危険木の伐採に係る経費の一部を補助(1世帯につき年度内1回まで)

- 対象者** 森林法第5条に規定する地域森林計画の対象森林で、6年3月31日までに危険木の伐採・撤去・処分を完了できる人

※対象森林についてはお問い合わせください。

- 補助金額** 伐採・撤去・処分に要する経費の4分の3(上限30万円)

- 申請期間** 6月1日(木)～6年1月31日(水)  
(予算がなくなり次第終了)

## 一番町矢沢線の道路工事に伴い通行規制をします

☎町道路建設課 ☎43-9394

**【工事期間】 6月下旬～6年3月31日**

**【時 間】 8:00～17:00**

※一部夜間工事(20:00～6:00)

市道一番町矢沢線の一部区間において、道路を拡幅する工事を実施します。工事期間中は右図の区間で片側交互通行による通行規制を行います。また、一部夜間全面通行止めにより実施します。

なお、通行の妨げにならないよう、歩行者通路の確保や交通誘導員などによる誘導を行い、工事を進めます。

通行する市民の皆様へ大変ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願い申し上げます。



## 6月は環境月間 地球温暖化を防止しましょう!

固環境政策課 ☎43-9265

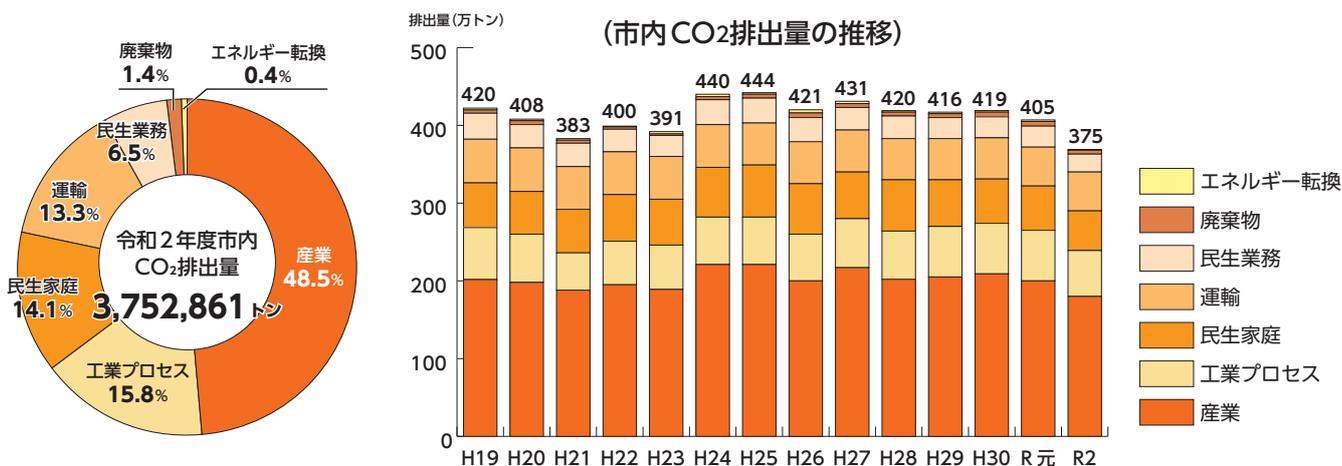
地球温暖化とは、空気中の二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)やメタンなどの「温室効果ガス」が大量に放出されて、温室効果ガスの濃度が高くなり、地球に熱がこもりやすくなって、温室のように気温が高くなることです。地球温暖化が進むと、海水の膨張や氷河などの融解により海面が上昇したり、異常気象が頻発したりする恐れがあるなど、私たちの生活に大きな被害を及ぼす可能性があります。

二酸化炭素は、石炭や石油、天然ガスなどの化石燃料を燃やしてエネルギーをつくるときに大量発生するため、暖房や給湯、家電などを使ってエネルギーを消費し、便利な生活をするほどCO<sub>2</sub>が増えています。



### 八戸市のCO<sub>2</sub>排出量は?

令和2(2020)年度の八戸市のCO<sub>2</sub>排出量は375万トン(推計)です。前年度に比べて7.4%減少していますが、主な要因としては、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に起因すると考えられる市全体のエネルギー消費量の減少が挙げられます。



- 工業プロセス:化学製品やセメントなどの鉱物製品の製造に伴う排出
- 民生業務:事務所や店舗などからの排出
- エネルギー転換:電気事業者やガス事業者などにおける自家消費などに伴う排出

### 地球温暖化防止のためにできることは?

市では、4年2月に、地球温暖化の影響といわれる気候変動の危機感を市民の皆さんと共有することを目的として、「気候非常事態」を宣言し、市内の二酸化炭素排出量削減に向けた取り組みを進めているところです。そのためには、私たち一人ひとりが、日々の生活の中で省エネを意識した行動を実践していくことが重要です。

#### 電気ポットを長時間使用しないときは、プラグを抜く

年間で電気約107kWh(約3,330円)の省エネ効果、CO<sub>2</sub>約52kgの削減効果があります。



#### 温水洗浄便座を使わないときは、フタを閉める

年間で電気約35kWh(約1,080円)の省エネ効果、CO<sub>2</sub>約17kgの削減効果があります。



参考:省エネポータルサイト「家庭でできる省エネ」(令和5年3月経済産業省HPより)

### 市民伝言板

料金の記載がないものは無料です。

#### 田面木英会話クラブ 要申込

- 日時 毎月第2・4(火)13:30~15:30
- 場所 田面木公民館 ●内容 初心者歓迎、楽しく英会話でのあいさつから基礎を学べます。 ●料金 月200円

☎田面木英会話クラブ  
☎090-5184-4035(澤口)  
090-5570-5454(中川原)

#### マチナカ公開講座

- 日時 ①6/2(金)18:00~19:30、②6/3③10④17⑤24の各(土)13:30~15:00 ●場所 ばんらぼ(番町)
  - 内容 ①大人のための体育講義~健康と体力~ ②いろんな角度から見た卓球 ③プランコはなぜ揺れる? ④半導体って何? ⑤みんなで作る種差海岸 花マップ
  - 講師 ①大室康平 ②塩入彬允 ③太田勝 ④石山武 ⑤田中義幸
- ☎八戸工業大学 ☎25-8005

#### 健康姿勢講座「姿勢と体操」編 要申込

- 日時 6/3(土)13:00 ●場所 YSアリーナ大会議室 ●講師 井内隆詞(健康科学博士号、(一社)日本姿勢検定協会代表理事) ●定員 20人
- ☎☎JFCP 優良認定院姿勢専科 KCS センター城陽八戸出張所  
☎070-8307-7364(築田)  
☎kcs.yanata@gmail.com

# 市営バスに乗って出かけよう!



問運輸管理課 ☎25-5141 図「八戸市営バス」で検索

## お得 定期券や乗車券などでお出かけ!

### 休日100円サービス

通勤・通学など各種定期券をお持ちの人と同伴の家族は、下記の料金で乗車できます。

- **利用範囲** 市営バス全路線
- **料金** 1回のご乗車につき、大人100円、小人50円
- **利用日** 土曜・日曜・祝日(振替休日含む)、お盆期間(8/13~16)、年末年始(12/29~1/3)



### 市営バス・南部バス共通一日乗車券

市営バス・南部バス共通で使えて、毎日ご利用できます。

- **料金** 【八戸市内】大人800円(小人400円) 【八戸圏域】大人1,600円(小人800円)
- **購入方法** 事前にハチカやSuicaなどのICカードをご購入ください。ICカードをお持ちの人は、バス車内でのみ購入できます。バスの降車時(ICカードで精算する前)にバス運転手にお申し付けください。

### エコパスポートシリーズ

小学生や中学生が、夏・冬・春休み期間中とえんぶりの日に市営バス全路線で一日乗り放題となる乗車券です。

【こども探検エコパスポート】小学生対象・1枚100円 【J・エコパスポート】中学生対象・1枚300円

【親子DE探検エコパスポート】小学生とその保護者の2名が対象・1枚600円

- **販売場所** 旭ヶ丘営業所、はっち・ラピア各インフォメーション、はちのへ観光案内所

## ハチカ(八戸圏域地域連携ICカード)を利用するときは

次の場合、バス運賃箱のカードリーダーにタッチする前にあらかじめバス運転手にお知らせください。

- 共通一日乗車券を購入する人
- 一度に複数人数分の運賃を支払う人
- 小児、障がい者および介護人などの運賃割引適用を受ける人(小児用ハチカ・障がい者用ハチカを除く)

【定期券の入ったハチカをご利用の人へ】

定期券の情報が記載されたレファレンスペーパーは、捨てずにハチカと一緒にパスケースに入れるなどして携帯してください。(レファレンスペーパーを紛失した場合は、定期券発行元バス事業者の窓口で再発行することができます。)

## 便利 中心街を中心として等間隔運行しています

### 中心街⇄八戸駅

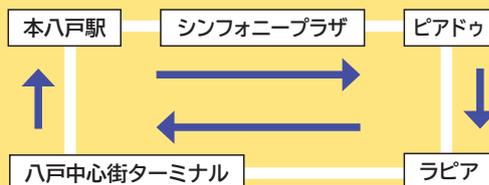
根城大橋経由、田面木・司法センター前経由を1時間におおよそ5本運行することにより、中心街と八戸駅をおおむね10分間隔で運行しています(南部バスと共同運行)。

### 中心街⇄労災病院通

鮫線、岬台団地線を各30分間隔で交互に運行することにより、中心街と労災病院通を15分間隔で運行しています。

### 市内循環線

【運賃】均一大人170円(小人90円)  
【右回り】約35~40分間隔で毎日運行



ショッピングなどに  
便利な市街地を循環  
するバスです。



## 便利 待ち時間をスマホで確認! バスロケーションシステム(はちのへ市営バス運行情報)

スマートフォンやパソコンで市営バスの運行状況がリアルタイムでわかります。バスを待っているとき、出かける前でも運行状況が確認できます。

ご利用のバス停をブックマークすると大変便利です。



運行状況はこちら



# 地域活動やボランティア活動を保険で応援!

☎市民連携推進課 ☎43-9182

※詳しくはこちらをご覧ください。



## 特徴

圏域住民の皆さんを  
広くカバー

保険料・加入手続き・  
名簿登録不要

手続きは事故が  
発生したときのみ

### 対象となる人

- 八戸市・三戸町・五戸町・田子町・南部町・新郷村・おいらせ町の住民で、地域活動やボランティア活動を行っている人
  - 上記各市町村外の住民で、かつ上記各市町村内で活動を行っている人
- ※お祭りや運動会の参加者(一般の来場者や競技参加者)は対象外



### 対象となる活動

町内会活動やボランティア活動などで、次の要件を満たす活動が対象となります。  
(活動中の事故であることが客観的に証明できる必要あり)

- ①自主的に構成された団体や地域住民組織および個人が行っている活動
  - ②広く公共の利益を目的とした自主的・自発的な活動
  - ③無報酬の活動(交通費など実費の支給は無報酬とみなします。)
  - ④日本国内における活動
- など



### 補償内容

#### 傷害保険

【入院】1日3,000円 【通院】1日2,000円(90日が上限) 【死亡】500万円 【後遺障害】15万円~500万円

#### 損害賠償責任保険

【対人賠償】1人につき1億円まで・1事故につき2億円まで 【対物賠償】1事故につき1億円まで

【保管物賠償】1事故につき300万円まで ※現金・証券・美術品は対象外

※免責全額(自己負担額)5,000円を超える部分について支払われます。

### 万一が事故が起こったら

事故の内容(日時・場所・状況・現場写真など)を記録し、速やかに市民連携推進課に電話で連絡してください。保険の対象となる場合は、その後の手続きを説明します。最終的な保険金などの支払い可否は、活動内容や事故原因、事故発生状況などを踏まえ、保険会社により審査・判断されます。

また、活動する際には、進め方に無理がないかをもう一度見直したり、行事のはじめや終わりに仲間と声を掛け合うなど、安全管理に努めましょう。

### 「町内会」に加入しましょう!

☎市民連携推進課 ☎43-9182

町内会に加入し、安心・安全なまちづくりに参加しましょう。  
お住まいの地域の町内会が分からない場合は、市でお取り次ぎします。

ボランティアを始めるなら「八戸市ボランティアセンター」へ ☎市民連携推進課 ☎47-2940

施設・団体・個人からの相談受付や、ボランティアをやりたい人への活動紹介などの橋渡しを行っています。



# 風水害に備えましょう



固災害対策課 ☎43-9564

近年、全国各地で大雨による被害が相次いで発生しています。大雨や台風による洪水・土砂災害の危険が迫ってきた時の行動について、事前に確認しておきましょう。

## その1 自宅や職場は安全な場所か、ハザードマップを見て確認しよう

洪水浸水想定区域は「洪水ハザードマップ」、土砂災害警戒区域は「土砂災害ハザードマップ」で確認できます。

### 事前に避難先を決めておこう

災害の種類によって安全な場所は異なります。まずはハザードマップで安全な場所を確認しましょう。「家の中で」避難する選択肢もあります。洪水浸水想定区域内であっても、家屋が倒壊する恐れがない区域にあり、浸水しない部屋がある高い建物の場合は、水や食料などの準備をした上で「屋内安全確保」をすることも検討しましょう。



ハザードマップはこちら

市が指定した  
避難場所への避難

安全な地域に住んでいる親戚、  
知人、友人の自宅への避難

安全な地域にある宿泊施設への  
避難(宿泊料必要)

## その2 避難情報の種類を確認しよう

警戒レベル	避難情報	とるべき行動
5	緊急安全確保	すでに安全に避難することができず、命が危険な状態です。警戒レベル5「緊急安全確保」の発令を待ってはいけません。
~~~~~ 警戒レベル4までに必ず避難! ~~~~~		
4	避難指示	危険な場所から全員避難してください。
3	高齢者等避難	避難に時間がかかる高齢者や障がいがある人は、危険な場所から避難してください。高齢者や障がいがある人以外の人、避難の準備や、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。
2	大雨・洪水・高潮注意報	避難場所や避難経路の確認、避難する際の持ち物を確認しましょう。
1	早期注意情報	今後、気象情報が悪化するおそれがあるので、最新の気象情報を確認しましょう。

## 1人で避難することが難しい人は、避難行動要支援者名簿に登録しましょう

固福祉政策課 ☎43-9258

市では、風水害などの災害が発生したとき、自力での避難が難しい重度の障がいがある人や介護が必要な人が、地域の皆さんの支援を受けて避難できる体制づくりを進めています。支援が必要な人を登録した「避難行動要支援者名簿」を民生委員などに提供し、平時や災害時の支援に活用しています。

※災害時には支援をする側も被災する可能性があります。状況によっては支援を受けられない場合があることをご理解ください。



## 風水害に関する情報は、ほっとスルメールで入手!

市では、災害情報のほか、ライフライン(電気・ガス・水道)情報など、生活に役立つさまざまな情報をメール配信しています。ぜひ登録しましょう!



登録はこちら

スマートフォンアプリ  
「ほっとスルメール  
アプリ」でも配信中!



65歳になる皆さんへ

# 年金から住民税が天引きされます

固住民税課 ☎43-9232

年金から天引きされる税額は、6月12日(月)に発送予定の納税通知書でお知らせします。

この制度は、新たな税負担を求めるものではなく、納付方法を納付書払いや口座振替での納付(普通徴収)から天引き(特別徴収)に変更するものです。

市民税・県民税の  
特別徴収の  
イメージ図



日本年金機構など  
(年金支払者)

市県民税額を  
引いた年金額



年金支給

住民税納付



年金受給者

年金から天引きした  
市県民税を市へ直接納入



## Q 対象となるのはどのような場合ですか？

**A** 対象となるのは、次の①～③の条件などを全て満たす人です。

- ①令和5年4月1日現在65歳以上(昭和33年4月2日以前生まれ)で老齢基礎年金等を受給している人
- ②八戸市から介護保険料が特別徴収されている人
- ③老齢基礎年金等の金額が年間18万円以上で、所得税、介護保険料、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料を引いた後の額が市民税・県民税の額を超える人

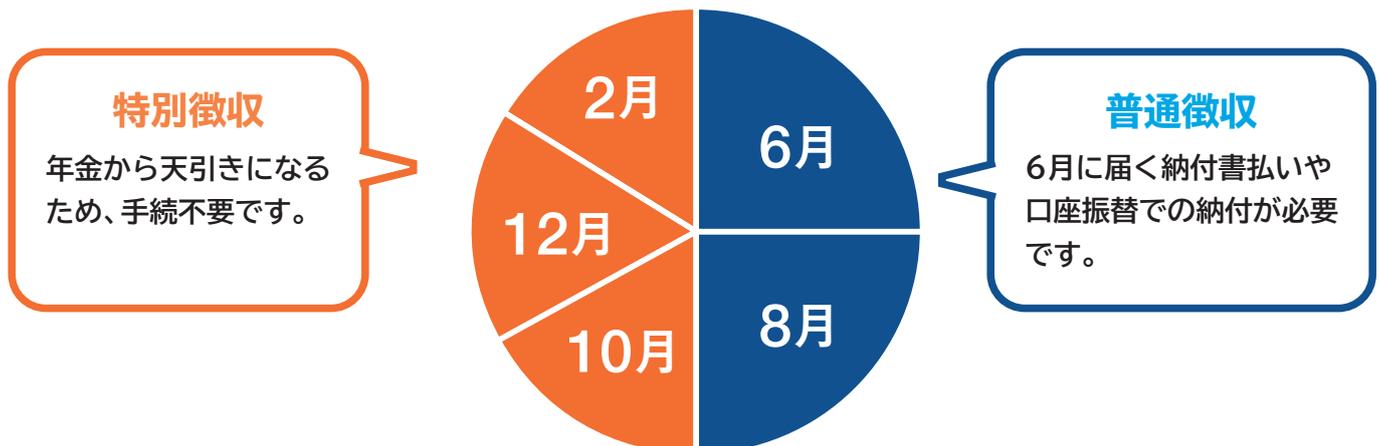
※年金以外の所得がある人は、普通徴収により納めていただく場合があります。

## Q いつの年金から特別徴収が始まるのですか？

**A** 今年度(令和5年度)から特別徴収が開始される人は10月からです。

6月・8月は、公的年金等にかかる年税額の2分の1が普通徴収となり、残りの2分の1が、10月・12月・2月の年金から特別徴収されます。

### 今年度から特別徴収が開始になる人



# 住み慣れた地域で、元気に安心して暮らし続けるために 介護予防といきいきとした生活をサポート

☎お住まいの地域の高齢者支援センター 固高齢福祉課 ☎43-9189

市では、介護保険の認定を受けなくても、一人ひとりの状態や必要性に合わせて多様なサービスを利用することができるよう、介護予防・日常生活支援総合事業を実施しています。



## 利用できる人

- 要支援1・2の認定を受けた人
- 基本チェックリスト(25項目の簡単な質問)で健康状態を確認した結果、「総合事業対象者」に該当した人

## 利用できるサービス

### 訪問型サービス(ホームヘルプサービス)

ホームヘルパーなどが利用者の自宅を訪問し、身体介護(食事や入浴、排泄、更衣の介助など)や生活援助(掃除や洗濯、買い物、調理など)を行い、利用者ができることが増えるように支援します。

※利用料金は、利用回数や所得金額により異なる



専門職による支援を希望する人におすすめです

### 訪問型サービスA(生活援助のみ)

生活援助(掃除や洗濯、買い物、調理など)が必要な人の自宅をホームヘルパーなど(一定の研修受講者を含む)が訪問し、サービスを提供します。

事業所(公社)八戸市シルバー人材センター

回数 週2回まで

料金 1回 30分未満:161円

1回 30分以上45分未満:181円



生活援助のサービスのみが必要な人におすすめです

### 訪問型サービスC(短期集中予防サービス)

市の管理栄養士が利用者の自宅を訪問し、3~6か月の短期間、集中的に低栄養状態の改善を図ることを目的としたサービスを提供します。

※利用料金は無料



基本チェックリストのうち「栄養状態」の2項目の両方に該当した人が対象です

住み慣れた自宅で安心して暮らしを続けていくために、生活をお手伝いします。



## 通所型サービス(デイサービス)



デイサービスセンターで、食事・入浴などのサービスのほか、生活機能の維持・向上のための体操や筋力トレーニングなどを日帰りで提供します。

入浴や食事など日常生活の支援が必要な人におすすめです

## 通所型サービスC(短期集中予防サービス)



保健・医療の専門職が3～6か月の短期間、集中的に運動機能や認知機能、口腔機能などの改善を図ることを目的としたサービスを提供します。(①②)

外出や交流、軽い運動を希望する人におすすめです

**通所型サービスC① 8活教室(期間:3～6か月間、月額:1,570円～) 4月からスタート!**

筋力や体力の衰え、認知機能の低下を予防するために、利用回数を週1回または週2回選択して、トレーニング用の器械やボールを使った運動や脳トレ、レクリエーションなどを行います。

事業所	NPO法人フォルツァ		NPO法人 東日本介護予防サポート協会	株式会社ロッシュ
場 所	健康スタジオ フォルツァ (ピアドゥ内)	南郷公民館 (南郷事務所近く)	高館地区市民センター (海上自衛隊入口近く)	ホップステップサンテ (ショッピングセンターラピア1階)
送 迎	あり	なし	あり	なし

**通所型サービスC② お口の健康教室(期間:3か月間、月額:1,460円)**

口の働きの低下(むせ込み、口の渇きなど)を予防するために、歯科医院で口の手入れや体操を行います。

場 所	回数	送迎
市内歯科医院(38歯科医院)	月1～2回(30分程度)	なし

## お申し込みは 高齢者に関する地域の相談窓口「高齢者支援センター」へ

「高齢者支援センター(地域包括支援センター)」は、高齢者が住み慣れた地域で安心した生活を続けることができるよう、さまざまな支援を行う相談窓口です。主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などの専門職を配置し、総合的な支援を行っています。ご相談は、お住まいの地域を担当する高齢者支援センターで受け付けます。

担当地区	高齢者支援センター名	電話番号	住所
市川・根岸	新 ミライフル	38-7465	日計四丁目8-47 オフィスアルタ101号室
下長・上長	はくじゅ	20-4400	河原木字北沼22-39
田面木・館・豊崎	ハビネスやくら	27-8990	八幡字下桶田1-1
長者・白山台	ちょうじゃの森	46-0817	糠塚字下道7-32
三八城・根城	みやぎ	71-2271	内丸一丁目1-30
小中野・江陽	アクティブ24	73-3337	小中野一丁目1-14
柏崎・吹上	八戸市医師会	38-3820	柏崎六丁目26-1
是川・中居林	新 ミライフル	70-5802	中居林字道合25-4
大館・東	新 みやぎ	32-0316	岩泉町7
白銀・湊	えがお	38-1328	白銀町字右岩淵通23-1
白銀南・鮫・南浜	瑞光園	25-0103	大久保字大山32-1
南郷	新 なんごう	70-5102	南郷大字市野沢字市野沢22-3

新は5年4月から変更となった高齢者支援センターです。

お住まいの地域の高齢者支援センターがわからないときは、高齢福祉課(☎43-9189)までご連絡ください。

**!** 高齢者支援センターを名乗る者から金銭を要求された場合などは、お住まいの地域の高齢者支援センターまたは消費生活センターにご連絡ください。

自分の健康を保つため

## 1年に1度、必ず健診を受けましょう

八戸市国保特定健康診査

国保人間ドック

後期高齢者健康診査

後期高齢者人間ドック

☎国保年金課 ☎43-9376(八戸市国保特定健診について) ☎43-9065(後期高齢者健診について)

## 健診を受けるメリット

- メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を早期に発見できます。
- 健診結果のレベルに合わせた「特定保健指導」が受けられます。
- 生活習慣病の早期発見・重症化の予防により、ご家庭の医療費を抑えられます。



年度内に「健診」または「人間ドック」のどちらか1回を受診できます。※重複して受診することはできません

	八戸市国保特定健康診査	国保人間ドック	後期高齢者健康診査	後期高齢者人間ドック
対象者	国民健康保険加入者で40～74歳の人	国民健康保険加入者で30歳～74歳の人 ※70歳の方は、年度内(4～3月)の間に70歳に達する人も含みます。	後期高齢者医療制度加入者で75歳以上の人 (一定の障がいがある65～74歳の人で、後期高齢者医療制度加入者を含む)	後期高齢者医療制度加入者で75歳以上の人 (一定の障がいがある65～74歳の人で、後期高齢者医療制度加入者を含む)
検査項目	問診・身体診察・計測(身長・体重・腹囲)・血圧測定・血液検査(肝機能・脂質・血糖検査)・尿検査・心電図検査・貧血検査・腎機能検査(血清クレアチニン)・痛風検査(尿酸)・聴力検査 ※尿酸・聴力は、健診センター受診時のみの項目	左記に加えて、視力、眼底・眼圧、超音波検査、胃がん検診、肺がん・結核検診、大腸がん検診	問診・身体診察・計測(身長・体重)・血圧測定・血液検査(肝機能・脂質・血糖検査)・尿検査	左記に加えて、腹囲、腎機能、尿酸、貧血検査、心電図、視力、聴力、眼底・眼圧、超音波検査、胃がん検診、肺がん・結核検診、大腸がん検診
医師が必要と決めた場合	眼底検査、眼圧検査 ※眼圧検査は、健診センター受診時のみの項目	——	心電図検査、貧血検査、眼底検査、血清クレアチニン	——
自己負担額	無料	▷30～39歳は6,000円 ▷40～69歳は3,000円 ▷年度内に40歳、45歳、50歳になる人は無料(総合健診センターが3,000円を負担) ▷70～74歳は無料	無料	5,000円
受診場所・申し込み	次ページをご覧ください。	総合健診センター(田向) ☎70-5563	次ページをご覧ください。	総合健診センター(田向) ☎70-5563

## 健診の受診場所と申込方法

各健診は、それぞれ年度内に1回のみ無料で受診できます。健診を受診する当日は、保険証を忘れずにお持ちください。  
※健診を受診する機関が、がん検診を実施していれば、健診と同時に申し込むことができます。

<b>総合健診センター</b>	☎電話・FAXで総合健診センター ☎70-5563 ☎96-6124(予約受付時間 8時～16時45分) ※健診の各地区優先日には、バスの送迎があります(地区優先日は「わが家の健康カレンダー」に掲載)。 バスの送迎については、各地区の優先日の2か月ほど前に配布される「健診だより」に記載しています。
<b>受託医療機関</b>	予約などが必要な場合もありますので、下記受託医療機関へ電話などでお申し込みください。 受託医療機関で受診できるのは、65歳以上の人と40歳以上の障がいのある人(各種障害者手帳などの交付を受けている人)に限られます。

受託医療機関名	所在地	電話番号	受託医療機関名	所在地	電話番号
荻生内科医院	売市二丁目	24-4613	長谷川内科胃腸科医院	上徒士町	22-3215
春日井内科医院	小中野四丁目	43-0418	八戸城北病院	石堂一丁目	20-2222
岸原病院	柏崎六丁目	45-8111	八戸生協診療所	南類家一丁目	44-0278
小松内科医院	階上町道仏字天当平	88-5515	はちのへ西脳神経クリニック	尻内町字鴨ヶ池	20-8122
下長内科クリニック	下長三丁目	28-5040	八戸西健診プラザ	長苗代字中坪	21-1717
菅原内科医院	窪町	46-3355	はらだクリニック	南部町苦米地字白山堂	60-1661
鈴木内科医院	尻内町字八百刈	27-2752	伴内科心臓血管クリニック	売市一丁目	22-9016
田島医院	三戸町二日町	0179-22-2228	みちのく記念病院	小中野一丁目	24-1000
ちょうじゃの森内科クリニック	糠塚字下道	43-6516	メディカルコート八戸西病院	長苗代字中坪	28-4000
内科種市病院	是川字土間沢	96-1325	やわたクリニック	八幡字下樋田	32-7333
西口内科	尻内町字内田	27-8808			

- 生活保護を受給しているため医療保険に加入していない人も無料で健診を受けられますので、健康づくり推進課へお問い合わせください。(健康づくり推進課 ☎38-0710 ☎38-0735)
- 健診センターなどでは換気や消毒などの感染症予防対策を徹底しています。
- 健診結果の統計データは、市の保健事業に活用されます。また、生活習慣病予防のため、市の保健師・看護師・栄養士が電話や家庭訪問を行う場合があります。
- 年度中に健診を受診していない人に対して、受診をおすすめするはがきを送付する場合があります(受診券ではありません)。

## 目指せ! 健診受診率60%!

八戸市では令和5年度内に特定健診受診率60%を目指しています。令和3年度の八戸市の特定健診受診率は28.5%と県内ワースト3で、3年連続受診率は13.6%です。毎年継続して受診することで状態の変化が見え、疾病の早期発見につながりやすくなります。



### 全国健康保険協会(青森支部)の健康保険に加入している人の特定健診

受診料  
無料

**対象** 全国健康保険協会 被扶養者(40～74歳)  
該当者には受診券が送付されます。

**健診場所** 受診券に同封の実施機関一覧でご確認ください。

**検査項目** 身体測定・理学的検査・血圧測定・尿検査・血液検査

**申込方法** 電話で希望の実施機関へ

※実施機関によっては、住民健診の各種がん検診もあわせて受診することができます。(有料)

☎全国健康保険協会青森支部 ☎017-721-2723

それぞれの医療保険者が特定健診を実施していますので、保険証に記載されている「保険者の名称」を確認の上、ご加入の医療保険者へお問い合わせください。

健診を受けて得しちゃおう!



クーポンプレゼント期間 **6年3月末まで**

八戸市国民健康保険の「特定健診」・「国保人間ドック」を受けた人に、スポーツクラブや温泉など、心身の健康を応援する施設の優待クーポンをプレゼントします。

【協働事業者】グランドサンピア八戸、ゆりの木ボウル、Rose Rose(ローズローズ)、まったりルーム小休、ヌマグチダンススクール、ファイテンケアステーション八戸店

\ 各種雇用奨励金・助成金のご案内 /

**積極的な雇用を図る事業主・未就職者を支援します!**

固産業労政課 43-9038

**事業者向け**障がい者、新規高卒者、期間満了・非自発的理由による離職者を雇用する  
事業主をサポート!交付する事業主の条件  
(共通)

- ▷市内に事業所がある雇用保険適用事業主であり、市税を完納していること
- ▷奨励金交付対象期間終了後も常用労働者として雇用すること
- ▷過去6か月以内に、リストラなど事業主の都合で従業員を解雇していないこと

**八戸市障がい者雇用奨励金**

対象労働者	身体障がい者、知的障がい者、精神障がい者 ※交付対象者および重度障がい者の区分は、国の助成金と同一 ※週20～30時間の短時間労働者も対象
奨励金額 (1人につき)	▷障がい者 月額1万円(短時間労働 月額6千円) ▷重度障がい者 月額2万円(短時間労働 月額1万2千円)
交付期間	国の助成金の支給期間が満了した翌月から最長12か月(有給休暇を含んだ月間勤務日数が16日以上)の月)
受給申請書提出期限	国の助成金の支給期間が満了した翌月から6か月以内

**八戸市新規高等学校卒業生雇用奨励金****八戸市離職者雇用奨励金**

対象労働者	5年3月高等学校卒業生で卒業時(5年3月31日)に未就職者であった人	64歳以下の、契約期間の満了・中途解約により離職を余儀なくされた離職者、リストラ・倒産など非自発的理由による離職者
奨励金額	対象労働者1人につき月額1万円	
交付期間	雇用した翌月から最長12か月(有給休暇を含んだ月間勤務日数が16日以上)の月)	
受給申請書提出期限	雇用した翌月から6か月以内	

**求職者向け**49歳以下の未就職者の早期就職・非正規雇用者の正規雇用転換に向けて、  
職業訓練に要する経費をサポート!**フロンティア八戸職業訓練助成金**

対象者	①49歳以下の市内在住者 ②未就職者または非正規雇用者(雇用期間の定めがあるか、週の労働時間が正社員と比べて短いパート・アルバイトなど) ③八戸市内に所在する事業所(官公庁を除く)または八戸都市圏(*)内に所在する事業所のうち、八戸市内に本社がある事業所もしくは八戸市の誘致企業が設置する事業所への就職を希望していること。 (*)八戸市、三戸町、五戸町、田子町、南部町、階上町、新郷村、おいらせ町
対象訓練	教育訓練給付制度の厚生労働大臣の指定を受けている教育訓練講座(主たる訓練が通学に限る)、または労働安全衛生法に基づく技能講習
助成金額	対象経費の45%(上限15万円)
必要書類	受講資格認定申請書に次のいずれかを添付して提出してください。 ▷公共職業安定所のハローワークカード ▷八戸市無料職業紹介所の求職者カード ▷若年者就職支援センター(ジョブカフェあおもりサテライトスポット八戸)の受付カード
申請方法	対象訓練の受講開始日前日までに必要書類を持って産業労政課へ

\ 中小企業を応援 /

# 新事業活動や技能者養成などに必要な経費を一部助成

固商工課 ☎43-9242(①~④)

産業労政課 ☎43-9038(⑤)

この助成制度は、中小企業者または中小企業団体が、次に掲げる各種事業を行う場合にその経費の一部を助成するものです。

## ①高度化事業

対象事業	工場や店舗などの集約化事業や、共同施設設置事業などで、県から高度化資金の貸し付けを受けて行う事業
助成内容(限度額)	県から貸し付けを受けた高度化資金の5/100に相当する額以内(限度額:1億5,000万円)

## ②共同施設設置事業

対象事業	生産・加工・販売購買・保管など、組合員の事業に関する共同施設設置事業(施設の新設、増設、更新、改修)で、県から高度化資金の貸し付けを受けずに実施するもの(総事業費1,000万円以上のものに限る)
助成内容(限度額)	共同施設の新設、増設、更新、改修に要した経費の20/100に相当する額以内(限度額:3,000万円)

## ③指定地域内への工場などの設置

対象事業	桔梗野工業団地、八戸北インター工業団地内で、市の施策に応じて市長が定める期間内に工場・作業場を新設、移設または増設する事業
助成内容(限度額)	土地建物および固定された設備に対する固定資産税額の50/100に相当する額以内を3か年にわたり助成(限度額:300万円/単年度)

## ④新事業活動

対象事業	新商品・新役務の開発・生産・提供、商品の新たな生産または販売方法の導入、そのほか新たな事業活動
助成内容(限度額)	新事業活動に要する経費のうち、市長が認める額の50/100に相当する額以内(限度額:経営革新認定事業または事業継承などを契機として実施する事業300万円、そのほかの事業200万円)

## ⑤技能者養成

対象事業	職業能力開発促進法により認定を受け、職業訓練を行った中小企業者・中小企業団体または職業訓練法人
助成内容(限度額)	1 認定施設当たり、年間30万円と、訓練生数に応じた額(3,000円×訓練生数)を合算した額(限度額:70万円/施設)

### 中小企業の経営上のお悩み相談窓口を設けています

固八戸商工会議所 中小企業相談所 ☎43-5111 FAX46-2810

八戸商工会議所中小企業相談所では、中小企業の皆さんの身近な相談相手として、経営者と一緒に経営課題の解決に向けて各種支援に取り組んでいます。

経営に関する困りごとやお悩みがありましたら、お気軽にご相談ください。



相談はこちら

# ホットあんしん♪医療メモ

固保健総務課 ☎38-0706

## ① 上手な医療のかかり方

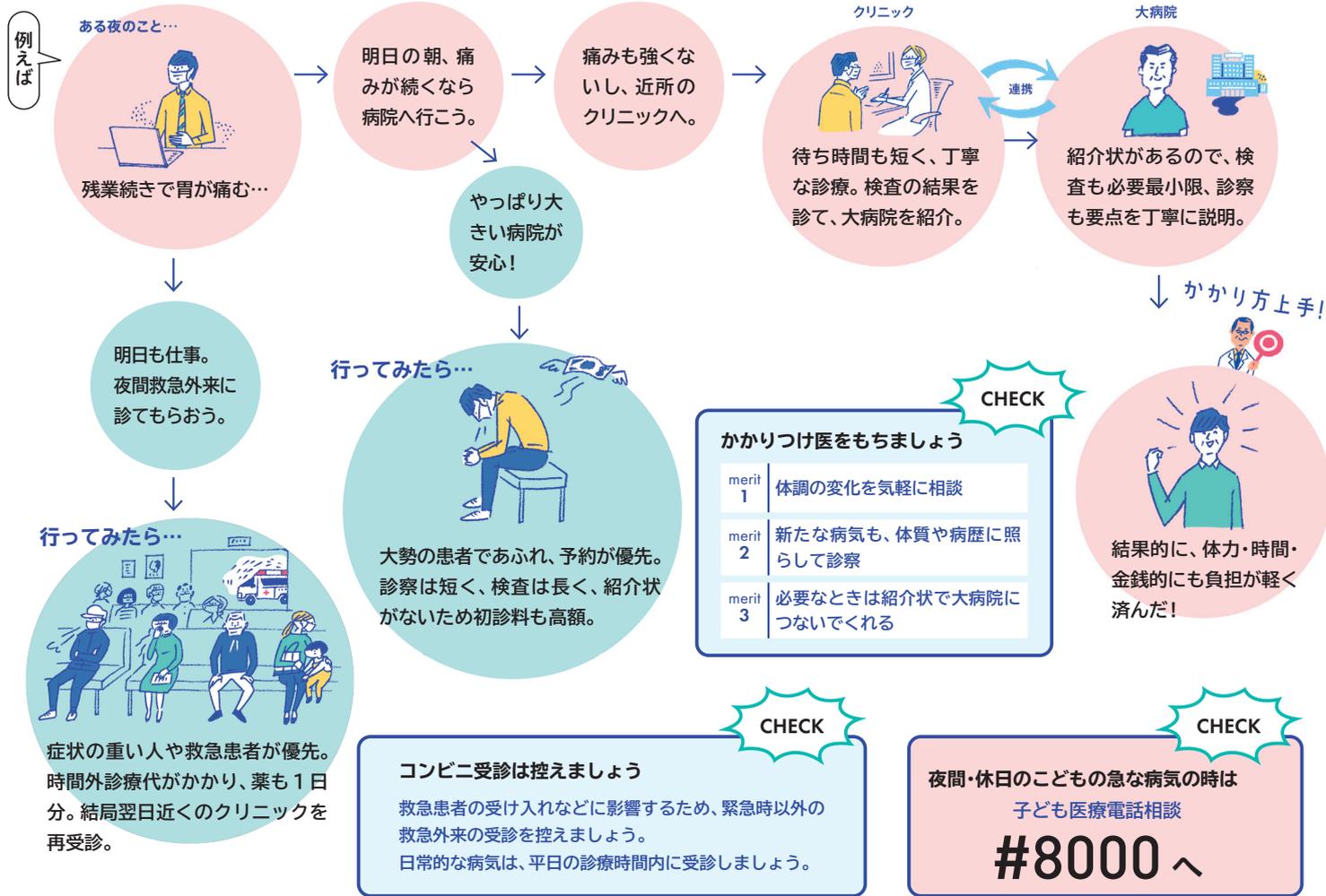


病院もクリニック（診療所）も同じでしょ？  
診療科目が違うだけでしょ？



違います。日常的な病気やけがの治療はクリニック、手術や緊急性が高い病気など専門的で高度な治療は大病院と、それぞれの機能に応じて役割分担をしています。クリニックでは、専門的な治療や検査が必要な場合に適切な病院に紹介します。

＼ 日頃から、医療に上手にかかることで体力・時間・治療費などの負担を軽減できます！ ＼



出典：青森県健康福祉部医療業務課 保存版「上手な医療のかかり方」BOOK

新型コロナウイルス感染症は、感染症法上の位置づけ変更に伴い、5月8日から季節性インフルエンザと同様の「5類感染症」となりました。同日以降の市の対応などの最新情報はこちらをチェック



次回は12月号に掲載!

広報  
はちのへ

2023

6

No.1378

市ホームページ



モバイル用



Twitter



Facebook



LINE



マチイロ



2023年6月号  
令和5年5月20日発行

[印刷部数] 98,200部  
[印刷経費] 84,92円

[発行] 八戸市  
031-8686 青森県八戸市内丸一丁目1番1号  
TEL:0178-43-2111 FAX:0178-45-2077  
[編集] 八戸市総合政策部広報統計課  
TEL:0178-43-9317 FAX:0178-47-1485

全国の「広報」が  
閲覧できるアプリです。

