

いっしょに、よむ・しる・はなす

広報

は ち の へ



八戸市のプロサッカーチーム「ヴァンラーレ八戸FC」の選手にサッカーを教わった子どもたち。選手たちと一緒に、さわやかな汗を流しました。

特集

サッカーに夢中!

八戸市キッズチャレンジデー

2023

10

No.1382

サッカーに夢中！



八戸市キッズチャレンジデー

キッズチャレンジデーとは？

7/29(土)、ヴァンラーレ八戸FCのコーチとトップ選手5人によるサッカー教室のほか、サッカー教室終了後に開催されるホーム戦へ、参加した子どもと保護者などを無料で招待しました。園児から小学3年生までの子ども27人が参加し、コースを駆け回りました。

ヴァンラーレ八戸FCとは？

2019シーズンのJ3リーグから参戦している青森県初のJリーグクラブで、三八上北全域の16市町村をホームタウンとして活動しています。2022シーズンの最終順位は18チーム中10位でした。さまざまな地域貢献・連携活動を行い「地域密着」を大切にしています。



サッカーを教えてくれた選手の皆さん /

▶ 左から、^{あいばみずき}響庭瑞生選手(4番)、^{たけべこうすけ}武部洸佑選手(29番)、^{はせがわゆうすけ}長谷川雄介選手(3番)、^{こまきまさのぶ}小牧成亘選手(6番)、^{さくまたいち}佐久間太一選手(15番)



インタビュー

ヴァンラーレ八戸FCの2人にお聞きしました



^{かないりゅうた}金井隆太コーチ

神奈川県出身。選手として活躍し、現在は強化・地域連携担当として、サッカー教室や講演を行っている。マイブームは、子どもとプールに行き遊ぶこと。

武部洸佑選手

八戸市出身。ポジションはMF。2022シーズンからヴァンラーレ八戸に加入。マイブームは、おいしい水をたくさん飲むこと。

キッズチャレンジデーを開催した感想は？



たくさんの子どもが参加してくれたこと、サッカーをやっている子とそうでない子もいる中で、楽しそうにサッカーをしてくれたことをうれしく思います。試合を見て、また来たいという声をたくさんいただけたので、試合に勝つ姿を見てもらってヴァンラーレ八戸をもっともっと応援してほしいです。



子どもの頃から、ヴァンラーレ八戸のアカデミー生としてスクールにもたくさん参加していたので、懐かしく思いました。今回参加してくれた子どもたちが今度は自分たちを見て、サッカーを好きになったり選手に憧れたりしてもらえればうれしいです。



ウォーミングアップとして、ボールを投げてキャッチ・キックしたり、ドリブルの練習をしたりしました。

選手も加わってミニゲームを行いました。

選手に活躍してほしい！
もっと選手とサッカーしたい！



澤田さん親子
(朱里さん・陽介くん・文恵さん)

子ども目線で教えてくれたのがよかったです。教えてくれた選手が活躍していたら、身近に感じて楽しくなると思います。

ゴール決めてうれしかった！ヴァンラーレ応援したい！

子どもと一緒に会場で試合を見ています。子どもにはサッカーを楽しんでもらえればと思います。



田鎖さん親子 (康さん・颯大くん)

ホーム戦の応援の様子



ヴァンラーレ八戸FC提供

ペンライトを光らせて応援中。
勝利したときは、試合終了後に選手もペンライトを光らせてラインダンスを踊ります。

ヴァンラーレ八戸FCの魅力は？



サッカーだけでなく、ホームタウン活動をたくさん行っています。サッカー以外にも皆さんと交流を深める機会が多くあると思うので、ぜひ、ご参加ください。



とにかく一生懸命にボールを追いかけて諦めずにプレーをするチームです。うまくいかないこともあります、がむしろに頑張る姿勢はJクラブの中でも自分たちの強みだと思っています。

ヴァンラーレ八戸FCのことをもっと知りたい人は、ホームページをチェック！
固広報統計課 ☎43-9317(記事について)
スポーツ振興課 ☎43-9159(キッズチャレンジデーについて)



まだ試合を見たことがない人へメッセージを！



J2昇格という目標に向けて、全緑で頑張っていきたいので、ぜひ一度、その姿を見に来ていただければと思います。皆さんとともに自分たちは戦っていきます！



試合以外にもグルメや各種イベントなどさまざまな仕掛けをしているので、試合を見るというより「休みの日に遊びに行く」「家族で遊びに行く」感覚で全く問題ありません。皆さんのご来場を心よりお待ちしております。

遊びに行ってみようかには？



ヴァンラーレ八戸FC提供
にぎわうサポーターたち



妊娠から出産後まで

妊娠・出産



専門職がすべての妊婦と面談

母子健康手帳交付時に、保健師・助産師などによる全数面談を実施



妊産婦への経済的サポート

- ▷妊娠届出時に妊婦委託健康診査の受診票交付(14回分、多胎妊婦は21回分)
- ▷妊婦歯科健康診査の受診票交付(1回分)
- ▷産婦健康診査の受診票交付(2回分)



安心して出産するための各種教室・相談

- ▷両親学級(初めて赤ちゃんを迎えるための心の準備・親の役割について、夫婦で学ぶ)
- ▷はちまむ相談(妊娠・出産・子育ての相談)
- ▷産前産後サポート事業(妊産婦交流会、妊婦への電話支援)

両親学級

実践を交えて学ぶことができてよかったです。

妊産婦交流会

気になっていることをママたちから聞けて良かったです！

はちまむ相談

おっぱいが足りているか不安で相談に行きました。赤ちゃんの体重を計ってもらって、順調に大きくなっていることを確認できて安心しました。



はちまむ応援金(国の出産・子育て応援給付金事業)

令和5年1月から

妊娠期から子育て期まで、身近で相談に応じる伴走型相談支援を行うとともに、子育て家庭の経済的負担の軽減を一体的に実施

(母子健康手帳交付後:5万円) (赤ちゃん訪問後:5万円)



応援します！

固くすく親子健康課 ☎38-0711

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の、妊娠・出産・子育てサポートを紹介します。



出産後



生後4か月未満の赤ちゃんの家庭を全戸訪問

保健師・看護師が、ご家庭で赤ちゃんの体重測定や産婦の体調管理の相談に対応



1人で悩まないで！産後ケア事業



産後の心身・授乳のケアや育児の相談に対応

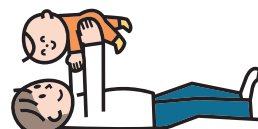
ネットなどの情報で不安だったが、助産師さんに相談したら「大丈夫、大丈夫」と言われ、安心しました。



乳児期の経済的サポート

令和5年4月から

- ▷ 乳児一般委託健康診査(4回分)受診票交付
- ▷ 新生児聴覚検査費用の助成
- ▷ 先天性股関節脱臼検診費用の無償化



子どもの健やかな成長を促す幼児健康診査(集団健診)

- ▷ 1歳6か月児健康診査
- ▷ 3歳児健康診査

健診で
发育状況を
確認します。



みんなで子育て！各種教室・相談

- ▷ すくすく離乳食教室
- ▷ 赤ちゃんよちよち健康相談
- ▷ 2～3歳児・3～5歳児発達相談



離乳食教室

実演を見ることができ勉強になりました。離乳食を作るのが楽しみになりました。

\ パパ・ママ必見! /

子ども・子育てインフォメーション

配信中!

子育て情報

子育て支援課 ☎43-9342

子育て支援アプリ「子育てアプリ はちも」

- ①予防接種のスケジュールを管理・通知
 - ②マタニティ体重や子どもの発育を簡単に記録、自動でグラフ化
 - ③八戸市からの子育て情報や出産・育児に関するアドバイスなどを、子どもの成長に合わせてプッシュ通知
 - ④子育て関連イベントの検索
- など、妊娠期から子育て期を切れ目なくサポートするアプリです。また、成長記録と一緒に「できたよ記念日」を写真付きで残すことができ、記録データを家族間で共有することもできます。

登録方法

スマートフォンに「母子手帳アプリ母子モ」のアプリをダウンロード後、郵便番号、子どもの生年月日などを登録



アプリのダウンロードはこちら

子育て情報ウェブサイト「はちすく」

市内の保育所・子育てサロン・児童館などの「子育て支援施設情報」や健診・予防接種などの「各種行政サービス情報」など、子育てに役立つ情報を集約したウェブサイトです。



ウェブサイトはこちら



子育て情報配信「はちすく通信LINE」

子育てに関する行政サービスや親子で楽しめる市内のイベントなどの情報を、LINEで定期的に受け取ることができます。



配信の登録はこちら

子ども医療費の所得制限を撤廃します

子育て支援課 ☎43-9428

市では、市内の中学生までの入院・通院、高校生の入院の医療費の一部負担金(保険適用分)を助成しています。

これまで一定の所得制限がありましたが、6年1月診療分からは、所得制限を撤廃し、保護者の所得にかかわらず医療費を助成します。現在資格をお持ちでない人が新たに子ども医療費の助成を受けるためには、受給資格の認定申請が必要です。

対象となると思われる世帯には、9月中旬から順次申請書類を送付していますので、内容を確認し申請してください。

※返信用封筒を同封しますので、郵送での申請にご協力ください。

※申請書が届いていない子どもも対象になる場合がありますので、詳しくはお問い合わせいただくか、市ホームページをご確認ください。



私立幼稚園の園児募集開始

八戸市私立幼稚園協会事務局 ☎070-2021-1322

市内の私立幼稚園で、6年4月からの入園手続きが始まります。また、各園では、説明会や体験保育を実施しています。

●対象 平成30年4月2日～令和3年4月1日に生まれた子ども

●願書 各園で配布。詳しくは各園にお問い合わせください。

●受付開始日 11月1日(水)

※満3歳児(3歳の誕生日を迎えた子ども)は、随時受付



小学校入学準備金を支給します(就学援助制度)

学校教育課 ☎43-9457

経済的な理由により費用の支払いが困難な世帯に向けて、入学準備金「新入学児童生徒学用品費等」を小学校入学前に支給します。

●対象 6年度八戸市立小学校入学予定者のうち、就学援助制度の基準に該当する児童の保護者

●申請方法 10月上旬に発送する「就学通知書」に同封する案内をご確認の上、希望する人は、申請書類を学校教育課へ提出

●申請期間 11月27日(月)～12月15日(金)

10月

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。

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・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	20(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	
	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 👤	11(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	
	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	19(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	すくすく親子 健康課 ☎38-0712
	3～5歳児発達相談 あいあいクラス 要申込	12(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			
	療育相談 要申込	11/2(木)9:30～12:00	身体の発育、運動など に心配のある子どもの ための個別相談	専門医が相談に応じます。 ●持ち物 母子健康手帳、バスタオル	1週間前まで	
	栄養士による個人相談 ☎ 👤	4(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。			
	先天性股関節脱臼検診 要申込	毎週(水) 12:40～13:00(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	総合健診セン ター(田向) ☎70-5563
	1歳6か月児健康診査	3(火) 17(火)	4年3/1～3/15生 4年3/16～3/31生			すくすく親子 健康課 ☎38-0712
	3歳児健康診査	10(火) 24(火) 31(火)	2年3/28～4/12生 2年4/13～4/30生 2年5/1～5/14生	対象者には約1か月前にお知らせします。		
	すくすく離乳食教室 要申込	6(金)・27(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 各回15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	すくすく親子 健康課 ☎38-0712 「子育てアプリ はちも」からも 申し込み可
その他	不妊専門相談 要申込	18(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) ※(祝)を除く 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。			

就学時健康診断を実施します

図学校教育課 ☎43-9457

●日時 10月20日(金)～11月30日(木)の13:00

●場所 各市立小学校

●対象 6年4月に小学校に入学する児童

※詳しくは、10月上旬に郵送する就学通知書または市ホームページをご覧ください。





肉なが煮



肉じゃがのじゃがいもを、青森県で盛んに生産されている「長いも」に代えた学校給食のオリジナルメニュー！
いつもの食材を違うものに変えてみるのも良いですね。

【材料(分量:4人分)】

豚肉…80g
長いも…200g
ニンジン…50g(1/3本)
タマネギ…100g(1/2個)
糸こんにゃく…60g
アスパラガス…1本
だし汁…200cc
砂糖…小さじ2
みりん…小さじ1
しょうゆ…大さじ1と1/2

【作り方】

①豚肉、長いも、タマネギは一口大、ニンジンは厚さ5mmのいちよう切りにする。糸こんにゃくは食べやすい長さ、アスパラガスはゆでて2cmの長さに切る。
②鍋にだし汁と砂糖、みりん、しょうゆを入れて火にかけ、沸騰してきたら豚肉、タマネギ、ニンジン、糸こんにゃく、長いもの順に入れ、中火で煮る。
③長いもとニンジンがやわらかくなってきたら火を止め、ゆでたアスパラガスを加えて完成。

Point

- ・アスパラガスは先にゆでておき、最後に加えることで色よく仕上がります。季節によって、さやいんげんや枝豆、大根やかぶの葉を使ってもおいしいです。
- ・長いもは生で食べるとシャキシャキとした食感ですが、煮物にするとホクホクとした食感を楽しむことができます。

ふるさと産品給食の日

市では、青森県や八戸市の食べものを知って、ふるさとに誇りを持って欲しいとの思いを込めて、年2回、「ふるさと産品給食の日」を実施しています。



要申込

西地区給食センター見学会 & 学校給食試食会

【日時】10/19(木)9:45(受付9:30)
【場所】北インター工業団地2丁目2-1
【内容】施設紹介、食育コーナー見学・体験、給食試食(献立:ごはん、牛乳、ほたてと野菜のだし活みそ汁、いわし梅おかか煮、肉なが煮、りんご)
【定員】20人(先着順)【料金】260円
申 間10/3(火)~10(火)に西地区給食センター
☎32-7890(8:15~17:00)



老人クラブで いきいきシニアライフ



固高齢福祉課 ☎43-9104、八戸市老人クラブ連合会 ☎46-0777

老人クラブは、高齢期を楽しく健康に過ごすために、「仲間づくり」「健康づくり」「生きがいづくり」を目指し、多くの活動に取り組んでいます。

多くの仲間とともに生きがいを感じ、人生の楽しみの幅を広げるチャンスがたくさんありますので、興味のある人はぜひお問い合わせください。



健康を維持し、安全に長く車の運転を続けるため、「健康安全運転講座」を市内老人クラブ(類家五丁目夢くらぶ、諏訪会)で受講しました。

理学療法士による体力測定・運動指導

握力測定や、片足立ちで何秒間立てるかななどを測定。「思っていたよりも難しい」との声も。その後は認知機能維持のための運動指導を受けました。

片足立ち
時間測定



反射機能
チェック



安全運転
指導

日本自動車連盟(JAF)による安全運転指導講座

正しい運転姿勢を学びます。アクセルとブレーキの踏み間違いによる誤発進や、衝突回避支援システムの体験をしました。

参加者は、「新しいシステムに驚いた」「この講座を機に、今まで以上に安全運転を心掛けたい」と話していました。



老人クラブ会員以外の人でも参加できます！

八戸市老人クラブ連合会では、老人クラブ会員以外にも参加できるシニアいきいき体操や、^{けんこう}健口ゆるうたクラブなど、さまざまな内容の「クラブ活動」を行っています。

お気軽にお問い合わせください！



シニア
いきいき
体操

次回は2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 FAX45-2077
- 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9月1日現在のものです。諸事情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。



令和5年度八戸市総合防災訓練

【日時】10/1(日)8:00~12:00

【場所】第一魚市場周辺、鮫漁港および西側岸壁付近、鮫小学校

【内容】▶第一魚市場周辺:自衛隊や八戸東消防署による救助・救出訓練、協力団体などによる展示コーナーや防災体験▶港湾地区:ヘリコプターや船による捜索・救助・救出訓練▶鮫小学校:住民による避難所運営訓練

※訓練は見学可能。駐車場は誘導員の指示に従って鮫漁港南側をご利用ください。※八戸市全域に緊急速報メールなどで「訓練メール」を配信予定です。また、防災無線を使用した「避難指示伝達訓練」も行います。実際の警報などと間違わないようにご注意ください。

固災害対策課 ☎43-9564

八戸市民大学講座

【日時】①10/3(火)②23(月)
各日18:30~20:00

【場所】市公民館

【演題】①認知症が私たち家族にくれたギフト②仕事も家庭も一生懸命~菊地流ワーク・ライフ・バランス~

固社会教育課 ☎43-9154

八戸IP知的財産セミナー **要申込**

【日時】10/3(火)13:30~16:00

【場所】八戸インテリジェントプラザ

【内容】特許制度の概要、特許の調査方法、特許出願の準備と手続など

【定員】10人

申込 9/28(木)までに(株)八戸インテリジェントプラザ ☎21-2111

YSアリーナ八戸 スケートリンク一般開放

【開放日】10/8(日)~29(日)の(日)(祝)

※10/8(日)は無料開放日

【時間】15:00~18:00

【内容】初日の10/8(日)は滑走料無料(貸しスケート代は有料)

【注意事項】▶滑走時は、帽子、手袋、長袖、長ズボンを着用すること。

▶逆走、急発進、急停止、ジグザグ滑走などの危険行為は禁止。急停止して氷を削らないこと。

▶リンクの外周にある青いマットにぶつかったり寄りかかったりしないこと。

固長根屋内スケート場 ☎43-9544



いちばん優しい事業承継セミナー

要申込

【日時】10/12(木)14:30~16:30

【場所】八戸商工会館 4階大会議室

【内容】講師の実体験と実例を交えたセミナー

【対象】事業承継を考えている人

【定員】50人

申込 固事業承継センター(株)

☎03-5408-5506 FAX03-5408-5507

E info@jigyoushoukei.co.jp



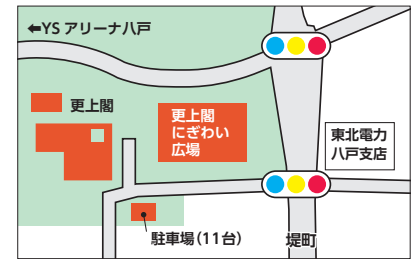
更上閣ガーデンレストラン 「更上閣にいしいがやってくる!! 2023~秋~」

【日時】10/11(水)~14(土)

各日11:00~14:00

【場所】八戸市更上閣にぎわい広場

※詳しくは市ホームページをご覧ください。固文化創造推進課 ☎43-9156



ヨルニワ

【開催日】10/14(土)

【場所・時間】

八戸市更上閣	美術館	はっち
17:00~19:00	18:30~20:00	18:00~20:00

【内容】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。

固文化創造推進課 ☎43-9156

固美術館 ☎45-8338

北緯 40° ナニャトヤラ連邦 久慈☆トピックス

第51回久慈地方産業まつり

久慈地域の事業者による出店販売や事業PRのほか、地場産品お振る舞いや体験コーナーなど、おいしい味覚と楽しい企画が盛りだくさんのイベントです。誘い合わせのうえ、久慈地域の魅力が一堂に集う久慈地方産業まつりを会場にてお楽しみください。



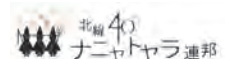
日時 10月14日(土)10時~16時、10月15日(日)10時~15時

14日(土)は9時45分からオープニングセレモニーを行います。

場所 アンバーホール(久慈市川崎町17-1)

固久慈地方産業まつり実行委員会(久慈市商工観光課内)

☎0194-52-2123



ナニヤドヤラ廻道ふるさとフェスタ2023

【日時】10/14(土)・15(日)

各日10:00～15:00

【場所】ユートリー

【内容】八戸圏域8市町村の郷土料理の飲食コーナーや特産品の販売、郷土芸能の披露など

固商工課 ☎43-9242

第15回いのちのリレー・市民公開講座

【日時】10/15(日)13:00～15:30

【場所】総合保健センター

【内容】次の項目の講義を行い理解を深める。①小児ドナーの父より②最近の移植事情③血液内科の現状④がん検診を受けてみませんか

固(一社)八戸市医師会 ☎38-5130

令和5年度保育のお仕事出張相談会Part2

【日時】10/17(火)10:00～13:00

【場所】ピアドゥ1階B棟EV前イベントスペース

【内容】保育のお仕事に係る個別相談や保育求人閲覧・紹介

【対象】保育に興味のある人

固青森県保育士・保育所支援センター

☎017-718-2225

小学生スピードスケート教室
要申込

【日程】▷開講式:10/22(日)

▷練習:10/22(日)～12/2(土)

※期間中計8回実施

▷記録会:12/10(日)

【場所】YSアリーナ八戸

【対象】小学生【定員】150人

固9/20(水)～29(金)に申込フォームまたは郵送で申し込み

固スポーツ振興課 ☎43-9159

市民体力測定会 要申込

【日時】10/22(日)9:00～13:00

【場所】南部山健康運動センター

【内容】握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とびなどの記録測定

【対象】20歳～39歳の男女各20人

固10/6(金)までに住所・氏名・性別・生年月日・連絡先を電話もしくは申込用紙をFAX・Eメール・郵送または直接提出

固スポーツ振興課

☎43-9159 ☎46-5600

E sportsshinkou@city.hachinohe.aomori.jp

あおり中小企業のための
ESG金融・脱炭素経営に関する
セミナー in 八戸 要申込

【日時】10/26(木)13:30～16:10

【場所】デーリー東北新聞社

【内容】環境省や地域の金融機関などの取り組みに関する講演など

【定員】70人

固NPO法人青森県環境パートナーシップセンター

☎017-721-2480 ☎017-723-7631

E info@eco-aomori.jp

若者マチナカ会議
魅力あるマチをつくるために自分たちができること 要申込

【日時】10/29(日)14:00～17:00

【場所】はっち2階 シアター2

【内容】▷第1部:多方面で活躍するゲストスピーカーから、自分自身のことや八戸への思いなどについて話題提供
▷第2部:第1部の話題提供を受けて、テーマに基づきゲストスピーカーと市長を交えてグループワーク

【ゲストスピーカー】

坂本俊也(八戸青年会議所)

鈴木美朝(八戸ゲストハウス トセノイエ)

【ファシリテーター】

玉樹真一郎(NPO法人プラットフォームあおり)

【対象】高校生～40歳代の人

【定員】40人程度

固10/18(水)までに電話・FAX・Eメールまたは申込フォームで申し込み

固市民連携推進課

☎43-9207 ☎47-1485

E renkei@city.hachinohe.aomori.jp

FPフォーラム in 八戸 要申込

【日時】10/28(土)

①11:00～12:30

②14:00～15:30

③13:00、14:00、15:40

【場所】はっち1階 シアター1

【内容】①講演会「50歳からムリなく始める資産運用!～知って得するNISAの活用と家計の整え方～」
②セカンドライフのマネープランの作り方についてのセミナー
③ファイナンシャル・プランナーによる無料相談

【定員】①②60人③各回2組

固日本FP協会青森支部

☎0120-874-251

消費者講座 要申込

【日時】10/30(月)14:00～15:30

【場所】市庁別館2階 会議室C

【内容】「知っておきたい節税対策」～税理士から学ぶ相続税、贈与税の基本～

【定員】30人

固10/25(水)までにくらし交通安全課

☎43-9524

日本一の漆の郷にのへ
浄法寺漆植栽体験 要申込

【日時】10/31(火)8:15～17:05

【内容】国産漆生産量日本一を誇る二戸市の「漆うるわしの森」で植栽体験(昼食付)

【定員】10人(最小遂行人員5人)

※資料を請求、確認の上、お申し込みください。

※汚れてもよい、動きやすい服装でご参加ください。

固9/20(水)～10/23(月)までに

二戸市漆の郷づくり推進課

(平日9:00～17:00)

☎0195-38-4472

E urushi@city.ninohe.iwate.jp

URUSHI



屋外広告物講習会 要申込

【日時】11/8(水)・9(木)

各日10:00～17:00

【場所】YSアリーナ八戸

【内容】屋外広告物の表示および掲出物件の設置に必要な知識を習得。講習修了者は、屋外広告業を営む際に必要な業務主任者の資格取得可。

【定員】40人

【料金】4,000円(青森県証紙)

固10/6(金)までに申込書を提出

固県都市計画課 ☎017-734-9681

地区公民館まつり・芸能発表会

【内容】公民館講座や地域の人が制作した作品の展示など。開催日などの詳細は各地区公民館へお問い合わせください。

固社会教育課 ☎43-9516



博物館

10・16・23・30 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・場所	内容など
無料開放します	10/8(日)は史跡根城まつりのため無料開放	
秋季特別展「J-mode 縄文の流儀」	10/7(土)～11/26(日)	【内容】詳しくは19ページをご覧ください。
ギャラリートーク	10/7(土) 10:00、14:00	【内容】企画展の見所を同館学芸員が解説
コレクショントーク	10/15(日) 10:00、14:00	【内容】重要文化財「青森県櫛引遺跡出土品」の見どころを同館学芸員が解説
おとなの博物館クラブ 「染色講座－紅花と紫根－」 要申込	10/7(土)10:00	【講師】 ^{あまな} 天内みどり【対象】高校生以上【定員】10人 【参加費】3,500円【申込開始日】9/20(水)
博物館クラブ 「宝石せっけん作り」 要申込	10/9(月・祝) 13:30～15:00	【講師】青森県立郷土館職員【対象】小中学生【定員】10組 【申込開始日】9/20(水)
館外フィールドワーク 「八戸城下めぐり」 要申込	10/14(土)9:00～12:00	【内容】城下町の名残を同館学芸員と巡る※小雨決行 【対象】親子(一般も可)【定員】15人【申込開始日】9/20(水)
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3回 要申込	10/21(土)13:30～15:30	【演題】縄文人は海を越えたか？【講師】 ^{みずの え か ず と も} 水ノ江和同(同志社大学) 【定員】50人
シンポジウム「根城・再考Ⅲ 中世根城南部家の一年」 要申込	^{13:00} 10/28(土) 10:20 はちふくプラザねじょう	【講師】 ^{く どう た け ひ さ} 工藤竹久・ ^{く ま が い り ゆ う じ} 熊谷隆次(市文化財審議委員)・ ^{す ぎ や ま よ う す け} 杉山陽亮・ ^{た き じ り ゆ う き} 滝尻侑貴・ ^{な か む ら は や と} 中村隼人(市教育委員会) 【定員】80人【申込期間】9/20(水)～10/27(金)

訂正

史跡根城の広場

10・16・23・30 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
史跡根城まつり	10/8(日)9:00～16:00	【内容】本丸の無料開放ほか
鎧と小袖姿で記念撮影 要申込	10/28(土)・29(日)	【内容】 ^{よろい} 鎧や中世庶民の小袖を着て写真撮影【申込期限】各開催日の前日
体験工房 要申込		【内容】①八幡馬の絵付け②えんぶりミニミニ烏帽子作り【材料費】①2,000円～2,500円②1,000円

南郷歴史民俗資料館

10・16・23・30 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・場所	内容など
なんごうあそびのひろば③ 色を楽しむインクアート～カラフルな葉っぱの飾りを作ろう～ 要申込	10/7(土)10:00～12:00 島守コミュニティセンター	【内容】インクを使って葉っぱの形の飾り作り 【講師】 ^{あ さ か べ} 浅川ふさこ(アトリエフィール)【対象】小学生 までの親子【定員】8組【参加費】800円 【申込開始日】9/26(火) ※汚れてもよい服装で



是川縄文館

2・10・16・23・30 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
日曜日縄文体験コーナー	10/1～29の各(日) 各日9:30～16:00	【内容】火起こし、土器・土偶作り、滑石・琥珀の勾玉作り ほか 【料金】1,600円以内※材料がなくなり次第終了、団体利用不可。
秋季企画展「掘りdayはちのへ 令和元年～令和4年度発掘資料展－」	10/7(土)～11/26(日)	【内容】過去4年間の遺跡の発掘調査から、八戸の歴史を読み解く最新情報を紹介※詳しくは19ページをご覧ください。
ギャラリートーク	10/7～28の各(土) 各日14:00～15:00	【内容】企画展の見所を同館学芸員が解説
みんなで「土偶マイム！」	10/9(月・祝)10:00～11:00	【内容】「土偶マイム」にみんなで挑戦しよう！【講師】 ^{はくちようきやうだい} 白鳥兄弟
土偶マイム	10/9(月・祝)11:30～12:00	【内容】パントマイムで土偶を表現する「土偶マイム」を披露【出演】白鳥兄弟
縄文土器作り講座 要申込	①10/14(土)②21(土) 9:30～12:00	【内容】①土器の素地土作り②土器作り【対象】小学4年生以上 【定員】6人【参加費】600円【持ち物】古タオル、ビニール袋※汚れてもよい服装で【申込期限】10/13(金)
是川遺跡クリーンデー 要申込	10/27(金)9:30～11:30	【内容】是川遺跡周辺で落ち葉集めなどの清掃活動【定員】20人 【持ち物】雨具、帽子、軍手、タオル、飲み物※小雨決行、荒天中止。動きやすく汚れてもよい服装で。【申込期限】10/20(金)

市立図書館

休1~4・10・31 開9:00~19:00、(土)(日)(祝)17:00まで
TEL22-0266 FAX71-1312 国糠塚字下道2-1



行事名	日時	内容など
おすすめ図書展示・貸出	【おいしい本大集合! 10/5(木)~30(月)】 【悩みながら働くあなたへ 10/18(水)~11/5(日)】	
本と雑誌のリサイクルフェア	10/15(日)9:00~13:00	【内容】皆さんから提供されたリサイクル本や図書館で除籍処分された本と雑誌を提供。1人30冊まで。 【持ち物】持ち帰り用の袋 ※混雑時、入場制限あり

図書情報センター

休10・31 開10:00~20:00、(土)(日)(祝)18:00まで TEL70-2600
FAX70-2601 国尻内町字館田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	【ものがたり絵本特集 9/30(土)~11/29(水)】	
おすすめDVD展示・貸出	【時代劇 9/30(土)~10/30(月)】	
ほんの定期便	開催中~10/30(月)	【内容】市内他館所蔵資料の中から、 ^{うちだやすお} 内田康夫の本を展示・貸出
雑誌のリサイクルコーナー	10/7(土)~11/29(水)	【内容】同センターで保管期限が過ぎた雑誌(令和2年出版分)を提供。1人5冊まで。※毎週(土)ごとに雑誌が入れ替わります。 【持ち物】持ち帰り用の袋 ※混雑時、入場制限あり
おとの定期便	10/14・28の各(土)	【テーマ】洋楽80's(毎月テーマを決めてCDを流します)

南郷図書館

休10・31 開9:00~19:00、(土)(日)(祝)17:00まで
TEL60-8100 FAX60-8130 国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	【奏でてみよう 9/30(土)~10/30(月)】 【そうきたか! ~奇想天外な絵本の世界~ 9/30(土)~10/30(月)】 【私のオススメ本 10/1(日)~11/9(木)】	
秋のおはなし会	10/15(日)11:00	【内容】秋らしい絵本の読み聞かせの後は、ちょっとしたお楽しみあり



本と雑誌のリサイクルフェア



秋のおはなし会

八戸ブックセンター

休3・10・17・24・31 開10:00~20:00、(日)(祝)19:00まで
TEL20-8368 FAX20-8218 国六日町16-2 Garden Terrace 1F



行事名	日時	内容など
飯田竜太・太田泰友 二人展 「ブック/オブジェクト/アート」	開催中~11/12(日)	【内容】彫刻家・ ^{いいだりゅうた} 飯田竜太と、ブックアーティスト・ ^{おたやすとも} 太田泰友が、制作アプローチが相互関係にあることに着目し、お互いの「何か」を交換し制作した作品を展示。9/30(土)には、2人によるトークイベントも予定。
HACHINOHE ZINE CLUB ZINEを作ってみよう! 要申込	10/21(土) 14:00~16:00	【内容】体裁を気にせず、詩や小説、イラストなど、自分の好きなことを詰め込んだ雑誌(ZINE)を作ってみませんか? 初回は参加者同士で交流しながらアイデアを固め、何回かに分けて完成を目指します。

ハチポータルミュージアム はっち

休3・10・17・24・31 開9:00~21:00 TEL22-8228 FAX22-8808
休三日町11-1 E hacchi@city.hachinohe.aomori.jp



行事名	日時・場所	内容など
暮らし学アカデミー 要申込		
大人に教えてみたいこと 「①ディズニーの雑学を学ぶ! ②快適な睡眠を求めて ③伊能忠敬から学ぶ “人生の歩き方”」	10/1(日)①10:00~10:30 ②10:40~11:10 ③11:20~11:50 1階 シアター1	【講師】①佐々木瑚音(八戸東高校)②高橋幸穂(八戸東高校) ③森佑人(八戸東高校)【定員】各回40人
はっちグリーン Labo. はっちガーデンお手入れ隊	10/8(日)10:00~11:30 屋外スペース	【内容】植物の手入れを一緒に行う【講師】藤田健二(株みちのく庭園) 【対象】はっちグリーンLabo.メンバー登録した人【定員】10人
大人に教えてみたいこと 「は虫類・両生類のいいところ!」	10/8(日)14:00~14:30 1階 シアター1	【講師】岩城隆俊(柏崎小学校)【定員】40人
はっち大好きカナちゃんプロ デュース特別企画 菊ざんまい② ~菊人形づくり~	10/11(水)~26(木)頃 まつりんぐ広場	【内容】暮らし学アカデミーのほぼ全ての回に参加しているフジワラカ ナさんプロデュースの特別企画「菊ざんまい」。第2弾では菊人形を作り ます。【講師】鍛冶町菊友会【定員】若干名 ※詳しくはホームページをご覧ください。
ハチ横丁月間 酔っ払いに愛を2023	10/1(日)~31(火)	【内容】日本酒のイベントやさんぽマイスターと横丁巡り、 仲間と一緒にハシゴできるイベントなどを開催 ※詳しくはホームページをご覧ください。
酔っ払いに愛を ビアパーティー	10/12(木)17:00~21:00 (ライブ 18:00~20:30) マチニワ	【内容】クラフトビールとハチグルメ、ライブイベントを楽しむビアパ ーティーを開催。飲食販売は20:30まで。 【出演者】横丁オンリーユーシアター2023出演アーティスト、comte(DJ ユニット)
横丁オンリーユーシアター 2023	10/13(金)18:00~22:00 14(土)18:00~21:00 中心街横丁各所	【内容】ハチ名物「横丁」を劇場に見立て、ダンスや演劇などのパフォー マンスを行う。10/12(木)はマチニワでオープニングイベントを開催。 【料金】1公演500円 【チケット販売】▷前売券:はっち ▷当日券:各会場 ▷予約:電話・ウェブ
ものづくりスタジオ出店者募集 (令和6年4月出店) 要申込	【出店期間】令和6年4月以降出店可能で最長3年【募集店舗数】5店舗 【募集要項・応募用紙】同館受付で配布(ホームページからダウンロード可) 【応募方法】10/31(火)(必着)までに応募用紙を郵送または直接持参	

こどもはっち

休3・10・17・24・31 開9:30~16:30 TEL22-5822
休三日町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	10/1(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【申込開始日】9/17(日)
はちのおもちゃ病院	10/15(日)10:00~12:00 はっち館内	【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)
特別開館日オレンジデー 団体のみ要申込	10/22(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子ども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
こどもはっち ハロウィンパーティー 要申込	10/29(日)10:30~12:00 1階 はっちひろば	【内容】ハロウィンミニコンサートとおやつツアー 【定員】親子50組【参加費】子ども1人200円【申込開始日】10/1(日)
秋冬物の子ども服・おさがり品 を大募集	【募集期間】10/13(金)~30(月)【内容】11/5(日)開催「秋冬物!おさがり掘り出し市」で無料提供コー ナー開催のため、サイズアウトした子ども服のおさがり品を募集	



こどもはっちハロウィンパーティー



八戸市美術館

休3・10・17・24・31 開10:00～19:00 ☎45-8338 FAX24-4531

〒番町10-4 Eart@city.hachinohe.aomori.jp



行事名	日時・場所	内容など
コレクションラボ005 「奏でる工芸」	開催中～12/18(月)	【内容】当館コレクションより工芸作品を「音」をテーマに紹介 ※途中展示替えあり
ギャラリートーク	10/14(土)15:00～16:00	【内容】学芸員が展示をご案内します。
「ロートレックとベル・エポックの巴里ー1900年」連携事業「ジャポニズム～ベル・エポック共創企画」 岡八戸クリニック街かどミュージアム ☎32-7737		
秋期展 「木版画でみるジャポニズム」	9/23(土・祝)～11/19(日) 10:00～17:00 八戸クリニック街かどミュージアム	【内容】ジャポニズムがフランスや欧米で大流行したきっかけとされる「北斎漫画」や、当時欧米へ紹介された絵師の花鳥画、欧米で刊行された日本美術書などを紹介【料金】一般500円、高校生以下無料
街なか学生ポスター展	10/25(水)～11/24(金) 9:00～17:00 青森銀行展示スペース	【内容】八戸工業大学感性デザイン学部の学生が制作した中心街のレストランや喫茶店のポスターを展示。この他、まちなかにも展示されます。
映画上映会	10月～12月 第2・4(土)	【内容】ジャポニズムからベル・エポックまでの時代を舞台にした映画を上映。詳しくは「白マドの灯」ホームページをご覧ください。
きむらとしろうじんじん八戸野点 ^の 2023 参加者が絵付けしたお茶碗をその場で焼き上げ、お茶を点てます。		
野点	10/1(日)昼頃～日暮れ 旧三春屋前	【参加費】お茶碗絵付け2,500円、抹茶300円※抹茶のみ可
野点+妄想屋台	10/7(土)昼頃～日暮れ 美術館前広場	【参加費】お茶碗絵付け2,500円、抹茶300円※抹茶のみ可
現代八幡馬展 ～いまを駆ける～	10/9(月・祝)～15(日) ジャイアントルーム	【内容】伝統的な八幡馬を市内で創作活動する作家たちが絵付けした多数の作品を展示
音楽のタベ	10/12(木) 17:00～19:00	【内容】美術館・マエニワで、飲食と音楽を楽しむ【出演】八戸ジャズ楽団
八戸市美術館建築ツアーガイド	10/28(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
大学連携事業 岡八戸学院地域連携研究センター ☎25-2789 Eresearch@hachinohe-u.ac.jp		
無料託児ルーム	10/29(日)10:00～16:00 2階 八戸学院まちなカラボ	【内容】子育て世代が気軽に美術鑑賞できるよう、保育士を目指している学生が運営する無料託児室を開設(当日受付)
「認知症世界の歩き方」 ～認知症のある人が生きていく世界を旅してみよう～	10/29(日)10:30～12:00 1階 ワークショップルーム	【内容】認知症のある人のトラブルを解決するためのアクションを考えるワークショップ(当日受付)【講師】岩館亜沙美(八戸学院大学短期大学部) 【定員】15人
市民ギャラリー	【第44回青森県高等学校総合文化祭 美術部門:10/6(金)～8(日) 書道部門:10/13(金)～15(日)】 【蜂屋雄士写真展 10/19(木)～22(日)】 【Dream Together 10/19(木)～22(日)】 【おわりがはじまる 10/20(金)～22(日)】 【日本画による抽象の世界 小野定展 10/26(木)～30(月)】	

八戸市水産科学館 マリエント

休なし 開9:00～17:00 ☎33-7800 FAX33-7801

〒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
おいしんぼ・くいしんぼ 魚・魚！海めじゃ～展	開催中～10/1(日) 3階	【内容】「食欲の秋」にちなんで、大食いな魚、意外なエサを食べる魚、奇妙な食べ方をする魚など、面白く楽しい食いしん坊たちを紹介
八戸市水産科学館マリエント開館35年目を迎えるにあたって		
ありがとう！寄贈品・お宝展示	9/30(土)～10/29(日) 4階	【内容】これまでマリエントに寄贈いただいたお宝品を一挙展示。貴重な品物や珍しい逸品も！
35歳人あつまれ～！	10/9(月・祝)	【内容】ステッカーとサイダー1本をプレゼント【対象】35歳の有料入館者
水の中のハロウィン展	9/30(土)～10/31(火) 3階	【内容】名前も見た目もちょっと風変わりな魚たちを紹介。まるで魚たちが仮装パレードをしているかのような展示をお楽しみください。
体験コーナー	随時 3階	【内容】「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、ワークシートに挑戦など
	毎週(日)(祝) ①11:00、14:00②12:00 3階	【内容】①深海水圧実験②魚への餌付け＆じゃんけん大会

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 FAX51-8501
📍 鮫町字棚久保14-167



行事名	日時・場所	内容など
企画展 「カヤックで海の散策～海から見た種差エリア海岸線の世界～」	10/1(日)～11/30(木) 館内 四つの壁	【内容】海から見た種差の海岸線をテーマに、鮫・種差・階上エリアの自然美・魅力・楽しみ方を紹介
種差海岸をガイドさんと歩こう！ 要申込	10/1～22の各(日) 集合時間 各日10:10	【内容】地元ガイドと一緒にトレッキング※各コースの詳細はホームページをご覧ください。【対象】小学生以上(小学生は保護者同伴) 【定員】各日8人【参加費】1,000円(保険料・ガイド料)※バス移動に別途100円～200円
ぶらっとプログラム 【場所】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～11/12(日) 10:00～15:00	【内容】松ぼっくりや貝殻などを使って、自由に工作 【参加費】100円



種差海岸をガイドさんと歩こう！

館鼻公園内 みなと体験学習館 **みなっ知**

☎2・10・16・23・30 開9:00～19:00
☎38-0385 FAX38-5410 📍 湊町字館鼻67-7



行事名	日時	内容など
歴史文化教室 「秋の湊町お散歩ツアー」 要申込	10/21(土)9:30～12:00	【内容】湊町の歴史や文化、魅力のスポットなどを地元の皆さんと散策 【対象】どなたでも(小学生以下は保護者同伴)【定員】16人 【持ち物】飲料水※歩きやすい服装で【申込期限】10/18(水)
ハロウィン親子映画会	10/28(土)・29(日) 各日13:30～15:00	【内容】子ども向け映画を上映【対象】どなたでも(未就学児は保護者同伴)

八戸市視聴覚センター **児童科学館**

☎2・10・16・23・30 開8:30～16:00 ☎45-8131 FAX45-8132
📍 種類家四丁目3-1 E jido@kagakukan-8.com



行事名	日時・場所	内容など
プラネタリウム		
プラネタリウム	10/1(日)～31(火) ①10:00②11:30 ③13:30④15:00	【内容】「うさぎのともだち」を上映 ▷平日:①～③団体④一般▷(土)(日)(祝):①～④一般【料金】観覧料
おたのしみ劇場	10/1～29の各(日)・9(月・祝) 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	10/14・28各(土) ①16:00、17:30 ②17:00、18:00 ③18:00※28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
映像利用学習会 「普通救命講習会」 要申込	10/21(土) 9:00～12:00	【内容】心肺蘇生法、AED使用方法を学ぶ。講習会終了後、修了証を交付。 【講師】八戸消防署員【定員】15人【持ち物】ハンカチ※動きやすい服装で 【申込期限】10/1(日)
映像利用鑑賞会	10/27(金)13:30～16:00 八戸市立図書館2階 集会室	【内容】名作日本映画「狐の呉れた赤ん坊」を上映
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

八戸公園

休2・10・16・23・30 開9:00～17:00 ☎96-2932 FAX96-4631
〒101-8533 十和田市字天摩33-2



行事名	日時	内容など
展示会 【場所】緑の相談所 展示室		
秋のバラ展	9/30(土)9:00～16:30・10/1(日)9:00～16:00	
盆栽と山野草展	10/13(金)～15(日)9:00～16:30 ※15日は16:00まで	
縄文なべまつり	10/9(月・祝) 10:00～14:00	【内容】10:00 ステージイベント、11:30 オープニングセレモニー、 12:00 せんべい汁提供(1杯100円、2,800食)
第16回八戸公園四季写真展	10/9(月・祝)～11/12(日)9:00～16:00 ※11/12(日)は15:00まで	
緑の専門相談 ※時間内(12:00～13:00除く)にご来園または電話でご相談ください。【場所】緑の相談所 ☎96-4631		
植物の管理～草花の冬支度～	10/22(日)10:00～16:00	【講師】梅森敦子(園芸アドバイザー)
園芸教室 要申込 【場所】緑の相談所		
樹木の手入れ ～庭木の剪定・移植・冬囲い～	10/22(日)13:00～16:00	【講師】橋本忍(八戸造園建設業協会)【定員】40人
壁掛けの寄せ植え	10/29(日)13:00～16:00	【講師】梅森敦子(園芸アドバイザー)【定員】20人【参加費】1,500円 【申込期間】9/29(金)～10/27(金)

八戸公園内 三八五・こども館

休2・10・16・23・30 開9:00～16:30 ☎96-3480 FAX96-4631
〒101-8533 十和田市字天摩33-2



行事名	日時	内容など
サクラの杜くらふとらんど(手作り工作教室)		
秋の木の実工作	10/1(日) ①10:00②14:00 ※各回2時間程度	【内容】八戸公園の木の実や木のメダルを使って、置物やブローチ作り 【対象】小学生以下【定員】各回15人【持ち物】外靴入れ、持ち帰り用の袋
ハロウィン工作	10/15(日) ①10:00②14:00 ※各回2時間程度	【内容】八戸公園の木の実を紙コップに飾り付けて、走るモンスター作り 【対象】小学生以下【定員】各回15人【持ち物】外靴入れ、持ち帰り用の袋

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)
☎FAX83-2146 南郷大字島守字外田山19



行事名	日時・集合場所	内容など
ロープを使って木登り体験 要申込	10/15(日)10:00～12:00 総合案内施設	【内容】ロープを使って木登り体験【対象】小学生以上【定員】10組 【参加費】500円【申込期限】10/12(木)
そば打ち体験 要申込	10/22(日)10:00～12:00 総合案内施設	【内容】手打ちそば作り体験【定員】8組(1組4人程度) 【参加費】500円【申込期限】10/19(木)

山の楽校

休2・10・16・23・30 開8:00～17:00 ☎FAX82-2222
南郷大字島守字北ノ畑6-2



行事名	日時	内容など
豆しとぎの楽校 要申込	10/1(日)10:00～12:00	【定員】10人【参加費】1,500円【申込期限】9/29(金)
新そば祭り	10/15(日)・21(土)・22(日) 各日10:00～14:00	【内容】食堂開設

八戸リサイクルプラザ (プラザ棟)

休毎週(月)※祝日の場合は翌日(イベントなど開催時は開館)
開9:00～17:00 ☎70-2396 FAX23-5396 檜引字山田山1-1
※工場棟(土日祝は休み。不燃物などの持ち込み不可)



行事名	日時	内容など
新聞紙でエコバッグを作ろう！ 要申込	10/14(土)10:00～11:30	【内容】新聞紙のお好みの一面を使ってエコバッグ作り 【対象】どなたでも(小学生以下は保護者同伴)【定員】5人【持ち物】新聞紙 1部、30cm定規(お持ちの人)【申込期間】9/26(火)～10/13(金)
すすきでホウキを作ろう！ 要申込	10/15(日)10:00～12:00	【内容】すすきを使って手頃な大きさのホウキ作り 【対象】どなたでも(小学生以下は保護者同伴)【定員】5人 【持ち物】刺しゅう糸(お持ちの人)【申込期間】9/26(火)～10/13(金)

公会堂

TEL44-7171
FAX44-7176



日	曜	開演時間	催し物・入場料金
9	月祝	①11:30 ②14:30	それいけ! アンパンマンミュージカル まもれ! 黄金の炎 【入場料金】一般3,300円(当日3,500円)
15	日	14:30	八戸市民フィルハーモニー交響楽団 秋の名曲 コンサート【入場料金】一般1,000円、小学生 以下無料(要整理券)
17	火	①11:00 ②15:00	中村勘九郎 中村七之助 錦秋特別公演2023 【入場料金】S 8,800円
19	木	19:00	ディズニー・オン・クラシック まほうの夜の音楽会 2023 【入場料金】SS 12,000円、S 8,900円、A 7,600円
24	火	10:30	第82回八戸市老連芸能発表大会 【入場料金】一般700円(当日800円)
27	金	18:30	東北初公演「祭音-MATSURINE2023-」 【入場料金】S 5,000円、A 3,500円

▷詳細やその他のイベントについては、ホームページでご確認ください。
▷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。

市公民館
(公会堂文化ホール)

TEL45-1511
FAX44-7176



日	曜	開演時間	催し物・入場料金
8	日	13:30	ミキ漫 全国ツアー2023青森公演 【入場料金】一般3,500円(当日4,000円)
25	水	①13:30 ②18:30	シシ〜ころしずかに遊べ我が連れ〜 【入場料金】①一般3,000円(当日4,000円)、 28歳以下2,000円(当日2,500円) 12列以降自由席 ②一般4,000円(当日5,000円)、28歳以下 2,000円(当日2,500円)、中学生以下+ 大人1人無料(先着60人)

南郷文化ホール

TEL60-8080
FAX60-8081



日	曜	開演時間	催し物・入場料金
1	日	13:30	SWINGBERRY JAZZ TIME vol.2 スウィングベリージャズパーティー 【入場料金】一般1,000円、高校生以下無料(要 整理券) ※シャトルバス 12:30市庁前発(要整理券)
22	日	13:30	ショウワナンゴウサウンズ 【入場料金】一般1,000円

南部会館

TEL43-9202 FAX20-7050
E info@nanbukaikan.com



行事名	日時	内容など
ロビー展「ヒップファミリーク ラブ八戸 作品&活動紹介展」	10/7(土)~27(金) 9:00~18:00	【内容】ヒップファミリークラブ八戸の32年間の活動紹介と、子どもた ちが制作した絵画などの作品を展示
ツキイチツクル 事前申込優先	10/12(木)13:00~16:30	【内容】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【定員・料金】出店内容により異なりますので、お問い合わせください。

スポーツ施設

▷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	申込期間など
南部山健康運動 センター TEL20-5403	身体すっきり アクアコースⅢ期 要申込	11/7~12/12の各(火) (計6回) 10:30~11:30	【対象】16歳以上の女性【定員】25人【受講料】3,000円(保険料含 む)【持ち物】水着、キャップ、飲料水、タオル 【申込期間】10/3(火)~30(月)9:00~20:00※(水)17:00まで
テクノルアイス パーク八戸 TEL25-5655	親子スケート教室 要申込	11/11~19の各(土)(日) (計4回) 9:30~11:30	【対象】4歳以上の親子【定員】100人【受講料】800円(保険料含む) 【持ち物】スケート靴(貸出可、1足300円)、帽子、手袋 【申込開始日】10/28(土)9:00~18:00

10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
15(日)	14:00	鹿児島ユナイテッドFC
29(日)	14:00	カマタマーレ讃岐

試合・チケット…TEL(株)ヴァンラーレ八戸 TEL38-6644

青森ワッツ 【会場】東体育館

試合日	開始時刻	対戦相手
28(土)	15:00	愛媛オレンジバイキングス
29(日)	15:00	

試合・チケット…TEL青森スポーツクリエイション(株)
TEL017-763-0551

東北フリーブレイズ 【会場】FLAT HACHINOHE

試合日	開始時刻	対戦相手
7(土)	17:00	HL アニャン
8(日)	15:00	
21(土)	17:00	レッドイーグルス北海道
22(日)	15:00	

試合・チケット…TEL東北アイスホッケークラブ
(株)八戸オフィス TEL71-1161

その他の問い合わせ…TEL八戸スポーツコミッション事務局
(スポーツ振興課内)
TEL43-9159

11月3日は
無料開放

秋季特別展「J-mode 縄文の流儀」

博物館 10月7日(土)～11月26日(日)



縄文人のものづくりの流儀は、今へとつながっている

縄文時代の八戸は、早くからヒトがムラを営んだ地域であり、工芸品のような土器をつくる高度なものづくり文化がみられます。

八戸で出土した縄文土器を厳選し、器のつくりやデザインから縄文人のものづくりの流儀に触れるとともに、縄文の影響を受けた近現代の芸術活動と民芸運動を通じ、今へとつながるものづくりの流儀を紹介します。



青森県御引遺跡出土品
重要文化財
縄文時代草創期
大きさ26.3cm
当館蔵

ギャラリートーク 日時 10月7日(土)、11月3日(金・祝)・25日(土) 10:00・14:00(要観覧料)

コレクショントーク 日時 10月15日(日)、11月12日(日)・26日(日) 10:00・14:00(要観覧料)

講演会 要申込 日時 11月5日(日)14:00～16:00

場所 はちふくプラザ ねじょう 多目的ホール 演題『縄文文化の魅力』

講師 青柳正規(奈良県立橿原考古学研究所所長元文化庁長官)

定員 100人

八戸市博物館

☎44-8111 図根城字東構35-1 図10月10日・16日・23日・30日、11月13日・20日・24日【観覧料】一般300円、高校・大学生150円(団体料金あり) ※小・中学生は無料、市内65歳以上・障害者手帳をお持ちの人と同伴者1人は半額【協力(予定)】青森県埋蔵文化財調査センター、青森県立郷土館、八戸市美術館、八戸市埋蔵文化財センター是川縄文館、八戸市南郷歴史民俗資料館、清水寺

縄でデザインされた土器



深鉢形土器
(八戸市田面木平(1)遺跡出土)
縄文時代早期
大きさ43.3cm
当館蔵

11月3日は
無料開放

秋季企画展 掘りdayはちのへ 令和元年～令和4年度発掘資料展

是川縄文館 10月7日(土)～11月26日(日)



是川縄文館では、八戸市内の埋蔵文化財の発掘調査・研究を行っています。

本展では、令和元年から令和4年までの過去4年間の発掘調査から、八戸の歴史を読み解く最新情報をご紹介します。

ギャラリートーク 日時 会期中毎週(土)14:00

みんなで土偶マイム! 日時 10月9日(月・祝)10:00

土偶マイム 日時 10月9日(月・祝)11:30

考古学講座 要申込

日時 10月9日(月・祝)14:00～16:00

テーマ『「土偶とは何か」の研究史』

講師 白鳥兄弟

定員 100人



土偶マイム

映画上映会 要申込 主催/八戸縄文保存協会

【共通事項】※申し込みは10月1日(日)受付開始
定員 各回30人 料金 500円(未就学児無料)

上映作品

『掘る女 縄文人の落とし物』

日時 10月29日(日)14:00、11月5日(日)10:00

『縄文にハマる人々』

日時 10月29日(日)10:00
11月5日(日)14:00



土面
是川一王寺遺跡
縄文時代中期

展示資料 一王寺遺跡・松ヶ崎遺跡・八戸城・酒美平遺跡・
田面木遺跡・法霊林遺跡 出土資料 ほか



八戸の遺跡からは
どんなものが見つ
かっているん?

埋蔵文化財センターは川縄文館

☎38-9511 図是川字横山1 図10月10日・16日・23日・30日、11月6日・13日・20日・24日【観覧料】一般250円、高校・大学生150円(団体料金あり) ※小・中学生は無料、市内65歳以上・障害者手帳をお持ちの人と同伴者1人は半額 【協力】青森県埋蔵文化財調査センター、八戸市博物館

10月

健康ガイド

※掲載の情報は9月1日現在のものです。諸事情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。

八戸市総合保健センター代表電話番号のお知らせ

固保健総務課 ☎38-0708

八戸市総合保健センターの代表番号が「0178-38-0700」となりました。こちらにお電話いただくと、音声案内が流れますので、ご用件に応じた案内ダイヤルを押していただくことで、保健センター内の担当部署へおつなぎします。
どこに電話をかけていいかわからない場合や、担当部署の電話番号がわからない場合は、代表番号「0178-38-0700」へお電話ください。

精神保健福祉普及運動週間

固保健予防課 ☎38-0717

精神障がい者の福祉の増進および精神保健の向上を図ることを目的として、毎年10月に全国的に実施されています。
精神疾患は誰にでも起こりうる身近なものです。早期に適切な治療を受けることが早期回復につながります。正しい知識を身につけて理解を深めることで、精神疾患や精神障がいに対する偏見をなくしましょう。
精神的な不調やこころの病気に関する不安や悩みについて、精神保健福祉士や保健師が相談をお受けします。また、月1回、精神科医師による精神保健福祉相談も実施しています。(要申込)
※来所相談を希望する人は、事前に電話でお問い合わせください。
※月1回の精神科医師による精神保健福祉相談の日程は、22ページの「HIV・肝炎ウイルス・精神保健福祉」をご覧ください。

命のボランティア 骨髄バンク事業にご協力ください

骨髄ドナー登録にご協力ください

白血病や再生不良性貧血などの病気の治療には、骨髄や末梢血幹細胞の移植が有効ですが、提供者(ドナー)の不足により、移植を受けられない患者さんがいます。一人でも多くの命を救うために骨髄ドナー登録にご協力ください。

●対象 ①18歳以上54歳以下で健康状態が良好 ②体重が男性45kg以上、女性40kg以上
③骨髄・末梢血幹細胞の提供の内容を十分理解している ※健康状態などにより登録できない場合があります。

●登録までの流れ 骨髄ドナー登録説明員から説明を聞いた後、血液の検査を行い、登録の手続きに進みます。

☎問あおもり骨髄ドナー登録募る会 ☎090-5832-3531(佐藤) ✉sato-kouji@tea.ocn.ne.jp

骨髄バンク ボランティア「骨髄ドナー登録説明員」が不足しています

一人でも多くの人にドナー登録をしていただくためには、より多くの会場に説明員を配置することが必要ですが、三八地区では説明員の不足が課題となっており、下記のとおり説明員を募集しています。

●対象 三八地区在住の18歳以上で月1～2回程度活動できる人 ●活動費 2,000円(1日)と交通費(バス代)

●認定までの流れ 青森県骨髄ドナー登録推進会が開催する研修会(半日～1日程度)、献血会場での実地研修(半日程度)を受講後、(公財)日本骨髄バンクから骨髄ドナー登録説明員として認定されます。

☎問あおもり骨髄ドナー登録募る会 ☎090-5832-3531(佐藤) ✉sato-kouji@tea.ocn.ne.jp

骨髄ドナーになった人およびドナー休暇を付与した事業所に対し、助成金を交付します

●対象	ドナー	事業所
	①骨髄などの提供の完了を証明する書類の交付を受けた ②骨髄などの提供が行われた日に、市内に住所があった ③同様の趣旨の他の助成金などの交付を受けていない ④市税の滞納がない	①ドナーが勤務している青森県内の事業所で、ドナーに対しドナー休暇を付与した ②国、独立行政法人、地方公共団体および地方行政法人でない ③同様の趣旨の他の助成金などの交付を受けていない ④市税の滞納がない
●助成金額	ドナー	事業所
	骨髄などの提供に要した日数のうちドナー休暇などが利用できなかった日数に2万円を掛けた額	ドナー休暇を与えた日数に1万円を掛けた額 ※いずれも1回の提供につき7日間を上限

☎問保健総務課 ☎38-0706



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・場所	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 要申込	4(水)	成人の心身の健康や食生活に関する相談	10/2(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 👤	4(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
講座	市民健康づくり講座 要申込	13(金)13:30～15:00 福祉公民館(類家)	中高年に多いからだの痛み ●講師 油川修一(青森労災病院 整形外科部長)	10/2(月)～12(木)に健康づく り推進課 ☎38-0713(先着順)



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・場所	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(要介護・要支援の認定を受けていない人または総合事業を利用していない人) 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 要申込 ☎ 👤	(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相談	
	栄養相談 要申込 ☎ 👤		管理栄養士による介護予防に関する低栄養などの相談 ●対象 病院などから栄養指導を受けていない人	
	体力測定 要申込 👤		体力測定の結果をもとに、理学療法士が運動についてのアドバイス ●対象 整形外科に通院していない人	
	もの忘れチェック 要申込 👤		質問票で確認しながら、もの忘れについての相談 ●対象 もの忘れについて受診歴がない人	
講座	脳いきいき教室 要申込	16(月)13:15～14:30	認知症自己チェックと、認知症予防のための講話 ●定員 15人 ●対象 もの忘れに関する薬を処方されていない人 ●申込開始日 9/22(金)	(公社)認知症のひとと家族の 会青森県支部 ☎35-0930
	介護予防講座 要申込	23(月)13:15～14:30	シニアのためのこころの健康づくり～いきいきと暮らすための方法～ ●講師 瀧澤志穂(臨床心理士) ●定員 18人 ●申込開始日 9/22(金)	
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) 要申込	2(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、薬を処方されていない経過観察中の人 ●定員 10人 ●申込開始日 9/22(金)	
	認知症の人を抱える家族のつどい	14(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。	
講演会	はちのへ認知症フォーラム	8(日)13:15～15:30 総合保健センター1階 大ホールほか	●テーマ 認知症と車の運転について考える ●定員 200人(先着順) ※詳しくは34ページをご覧ください。	

認知症サポーター養成講座 要申込

●日時 11月10日(金)10時～11時30分

●講師 キャラバン・メイト(介護予防センター職員)

●場所 介護予防センター

●対象 初めて受講する人(高校生以上)

●内容 認知症についての正しい知識、接し方を学ぶ

●定員 18人

申込 9月22日(金)～10月27日(金)に電話で介護予防センター ☎38-0726

詳しくはこちら



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 要申込	12(木)・26(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 要申込	12(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) ☎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 要申込 👤	11(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)	10(火)までに保健予防課 ☎38-0717

各種予防接種 固保健予防課 ☎38-0715 ☎38-0736

○接種場所 受託医療機関(「わが家の健康カレンダー」または市ホームページに掲載) 受託医療機関の確認はこちら 

名称	対象	期間・回数	費用・持ち物・その他
高齢者のインフルエンザ予防接種	▷満65歳以上の人 ▷満60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活活動が極度に制限される程度の障がいがある人	10/20(金)～12/20(水) 1回	1,000円 ▷予診票(無料の対象になる人)▷健康保険証(生年月日・住所を確認できるもの) ▷医療費受給者証など(生活保護世帯の人)
接種料金の免除	生活保護世帯の人 申請不要	65歳以上の人へ、無料で接種できる専用の予診票を個別送付します。紛失した人・届かない人は保健予防課へご連絡ください。	
	市民税非課税世帯の人 要事前申請	必ず接種前に手続きが必要です。【申請受付期間】10/2(月)～12/20(水) 【申請場所】総合保健センター1階特設会場、南郷事務所、各市民サービスセンター ※代理人でも申請可能です。総合保健センター以外での申請の場合、予診票の受け取りに10日間程度かかります。 ※自己負担免除申請書・予診票は受託医療機関にも用意していますが、自己負担免除対象者の予診票は、総合保健センターで発行します。 ※接種後の払い戻しはしませんので、ご注意ください。	
高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種	過去に一度も接種したことがない市民で、次のいずれかに該当する人①令和5年度に、▷65歳▷70歳▷75歳▷80歳▷85歳▷90歳▷95歳▷100歳 になる人 ②満60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活活動が極度に制限される程度の障がいがある人	6年3/31(日)までに1回 ※期間を過ぎると対象外	2,000円 ▷予診票 ▷健康保険証
接種料金の免除	生活保護世帯の人 市民税非課税世帯の人 要事前申請	必ず接種前に手続きが必要です。【申請場所】保健予防課(田向)、南郷事務所、各市民サービスセンター ※代理人でも可能です。保健予防課以外での申請の場合、予診票の受け取りに10日程度かかります。 ※接種後の払い戻しはしませんので、ご注意ください。	
成人男性の風しん抗体検査 風しん第5期定期予防接種	▷市に住民登録があり、これまで風しんの予防接種を受ける機会がなかった昭和37年4/2～54年4/1生まれの男性 ▷対象者でクーポン券を使用したことのない人 【クーポン券の申請方法】保健予防課に「風しんクーポン券交付申請書」を提出(郵送・FAXでの申請も可)。申請様式は、保健予防課に設置しているほか、市ホームページからダウンロード可	クーポン券使用期限 6年3/31(日)まで 	●抗体検査・予防接種の実施場所 受託医療機関または健診機関 (抗体検査は、事業所の定期健診時にクーポン券を持参することで、健診機関でも実施できます。)

わが家の健康カレンダー掲載の「受託医療機関」が次のとおり変更になります 固保健予防課 ☎38-0715

	医療機関	住所・電話	内容	
追加	滝澤整形外科クリニック	根城一丁目 ☎73-3232	高齢者インフルエンザ	要予約
	はるクリニック	類家四丁目 ☎20-9085		要予約
	河原木ファミリークリニック	日計一丁目 ☎32-6521	BCG、ロタ、四種混合、二種混合、ヒブ、水痘、麻しん風しん混合、小児用肺炎球菌、日本脳炎、B型肝炎、子宮頸がん、任意風しん、成人5期風しん 高齢者肺炎球菌、高齢者インフルエンザ	要予約
変更	むらかみ脳神経クリニック	変更前:売市四丁目 変更後:長根一丁目		予約不要 外来時間の接種



八戸市健康フェスタ2023

固国保年金課 ☎43-9376
主催 八戸市

＼ 観覧・参加 無料 /

10/21(土) 13:00～16:00 はっち

10/22(日) 9:00～16:00 はっち&マチニワ

10/23(月) 9:00～12:00 はっち

4年ぶりに
シアターイベント、
健康測定会、
がん相談が復活!



シアターイベント

10/22(日) はっち2階 シアター2

シアターイベントにご来場の先着
100人に健康グッズをプレゼント!



＼ シアターイベント① /

市民フォーラム

～市民と共に健康を考える～

主催 八戸市医師会、デーリー東北新聞社

● 10:00～11:00

演題 高齢期のうつとフレイル予防

講師 いはらかずしげ
井原一成

(弘前大学大学院医学研究科教授)



● 11:00～12:00

演題 “短命県”から学ぶもの

講師 青森県寿命アップ推進会議副委員長

青森県医師会副会長

なかじしげゆき
中路重之

(弘前大学大学院医学研究科特任教授)



＼ シアターイベント② /

八戸市立市民病院 市民公開講座

● 13:30～14:30

演題 あなたの腎臓は大丈夫ですか？

ー糖尿病性腎症を早期発見するにはー

内容 八戸市糖尿病性腎症重症化予防プログラムについて。糖尿病のこと、腎臓病のこと、一緒に考えてみませんか？

講師 工藤貴徳(八戸市立市民病院)

糖尿病代謝内科部長)



健康パネル展



日時 10/21(土)13:00～10/23(月)12:00

場所 はっち1階 はっちひろば・ギャラリー1

内容 健康に関する展示ブース

健康測定会



明治安田生命保険相互会社による



日時・場所

10/21(土)13:00～16:00・はっち1階 シアター1

10/22(日)10:00～16:00・マチニワ

内容 血管年齢測定

カゴメ「ベジチェック」体験 など

八戸市立市民病院地域医療連携室
がん相談支援センターによる

出張「がんの相談窓口」

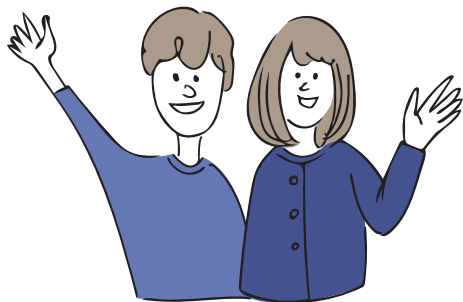


日時 10/22(日)13:00～16:00

場所 はっち1階 シアター1

内容 「がん」に関するさまざまな相談をお受けし、問題解決のお手伝いをします。

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9月1日現在のものです。

諸事情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

		(前月比)
人口	219,098人	↓ 145人
うち男	105,031人	↓ 43人
うち女	114,067人	↓ 102人
世帯数	110,288世帯	↑ 34世帯
出生	85人	↓ 6人
死亡	224人	↓ 13人

※7月末現在。外国人住民を含む。

出生・死亡は7月届出分

募集

合併処理浄化槽設置 補助金申請受付中



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します。

※申請前に浄化槽を設置した場合は対象外、補助基数の枠がなくなり次第受付終了

●限度額(例)

▷くみ取りトイレから5人槽
…39万円

▷単独処理浄化槽から5人槽
…46万円

▷単独処理浄化槽の撤去^(※)
…12万円

▷宅内配管工事^(※)…30万円

(※)単独処理浄化槽からの切り替えの場合のみ

☎問下水道業務課 ☎44-8258

是川縄文館 サポートスタッフ募集



是川縄文館では、教育普及事業のサポートスタッフ(縄文是川ボランティア)を随時募集しています。詳しくはお問い合わせください。

☎問是川縄文館

☎38-9511 FAX 96-5392

マイナンバーカードの 出張申請受け付け開始



市職員が出張してマイナンバーカード用の写真を無料で撮影し、申請を受け付けます。その際、運転免許証などの本人確認書類を提示すれば、申請から約1～2か月後にご自宅に本人限定受取郵便でカードを郵送します。

●実施期間 5年10月～6年1月末

●実施日 (火)～(金)

●対象 個人、企業、学校、町内会など

☎詳しくは市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

☎市民課 ☎43-2136

「青天農場」設置の お知らせ



青森県では、農業の労働力不足の深刻な状況を踏まえ、新たな人材確保のため、農作業未経験者の講習の場「青天農場」を県内68か所に設置しています。希望者は1～2日程度(最大6日まで)の農作業体験ができます。

農業に関心のある人、農作業未経験でもパートなどで働いてみたい人は、お問い合わせください。



☎問三八地域県民局農業普及振興室 ☎23-3794

あそらぼ! 2023 お手伝いメンバー募集



八戸在住の木のからくり作家・高橋^{たかはし}みのるをはじめとした「あそらぼ!実行委員会」による冬休みイベント「あそらぼ!」をお手伝いするメンバー(アートファーマー)を募集します。

●開催日時 ▷準備 10月28日(土)、11月18日(土)、12月2日(土) 13時30分～15時30分 ▷本番 12月23日(土)～28日(木)、6年1月2日(火)～14日(日)

※休館日を除く

●場所 美術館

●内容 ▷準備 作品制作の手伝いやワークショップ準備、本番に向けた打ち合わせ ▷本番 来場者の案内や遊び方の説明、見守りなど

- 対象 準備と本番にそれぞれ1回以上参加できる中学生以上の人
- 定員 20人程度

申問美術館

☎45-8338 FAX 24-4531

令和6年度「障害者雇用促進企業からの物品等調達優遇制度」登録申請の受け付け開始



令和6年度障害者雇用促進企業の登録を希望する業者を募集します。

- 登録有効期間 6年4月1日～7年3月31日
- 優遇内容 市が物品または印刷物を調達するとき、障害者雇用促進企業を優先して指名するよう努める
- 対象 次のいずれにも該当する企業
 - ▷八戸市物品の購入等に関する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年間において、市内の本店・支店などの障害者雇用率が2.3%以上である。ただし、常時雇用している労働者数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こと。

☎10月2日(月)～11月30日(木)に申請書を提出※郵送は10月20日(金)まで(消印有効)
☎契約検査課 ☎43-2158

令和6・7年度(定期年)入札参加資格審査申請の受け付け開始(物品の購入等)



市が発注する物品等(工事用原材料を含む物品の購入・業務委託など)の入札参加を希望する業者を募集します。

- 認定有効期間 6年4月1日～8年3月31日
 - ☎10月2日(月)～11月30日(木)に申請書を提出
 - ※郵送は10月20日(金)まで(消印有効)
 - ※市内に本店・支店などがある場合は原則持参してください。
- ☎契約検査課 ☎43-2158

令和6・7年度学校給食物資納入業者の登録募集



- 主な申請資格(詳細は申請要領に記載)
 - ▷原則市内に営業所がある
 - ▷食品製造業、加工業、販売業を営む法人・個人で、2年以上その営業を行っている
 - ▷納税義務が完全に履行されている
- ☎12月1日(金)～28日(木)に申請書を学校教育課
☎43-9468 FAX 45-2141

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	1	平屋	1LDK
	1	平屋	2LDK
	1	2	3DK
河原木	1	3	3K
白山台	1	1	3DK

※白銀台団地の一部、河原木団地の一部は常時募集中

- 募集期間 10/2(月)～10(火)
 - ※通常は(土)(日)(祝)休業ですが、10/7(土)は営業します。
 - 募集条件 1LDK・3Kは単身または2人以上の世帯、2LDK・3DKは2人以上の世帯、3LDKは3人以上の世帯
 - 募集戸数 9/20(水)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(10月末)
 - 家賃 月額12,700円～35,200円程度
 - 入居予定日 12/1(金)
 - 部屋の事前公開 9/27(水)
- ☎(株)東北産業(下長四丁目)
☎20-4002

保留地を販売します



八戸駅西土地地区画整理事業地内の保留地(宅地)を「一般競争入札」により販売します。

- 応募要領・保留地情報 9月20日に市ホームページへ掲載予定
- ☎9月20日(水)～10月13日(金)に駅西地区画整理事業所
☎70-7555 FAX 70-7557
☎市ホームページ内で「駅西一般競争入札」を検索

広告

暮らし

移動図書館巡回ステーションの一部廃止



青い森信用金庫の店舗統合に伴い、5年12月以降は「青い森信用金庫湊高台支店」の移動図書館巡回ステーションは廃止となります。



●巡回日

- ▷10月19日(木)15時10分～15時50分 通常通り巡回
- ▷11月9日(木)15時10分～15時50分 原則返却本の受け付けのみ
- ▷12月14日、6年1月18日、2月15日、3月14日の各(木)は巡回しません。

図図書館 ☎22-0266

浄化槽の適正管理を心掛けましょう



浄化槽を設置している場合は、悪臭の発生や環境汚染を防ぐため、浄化槽法で設置後の点検・清掃、年1回の検査などが義務付けられていますので、適正に管理しましょう。

また、浄化槽の使用を休止する場合は、普段とは異なる清掃が必要です。清掃業者に相談しましょう。

図環境保全課(届出・浄化槽全般) ☎43-9107

(一社)青森県浄化槽検査センター(法定検査)

☎017-726-9500

野焼きはやめましょう



廃棄物の屋外焼却(野焼き)は、法律で原則禁止されています。ごみは燃やさず、集積所に

出すなど適正に処理してください。

また、草木の焼却も同様に禁止されています。周辺民家に迷惑をかけますので絶対にやめましょう。

なお、^{せんてい}剪定枝や刈草を45ℓ以下の透明または半透明の袋に入れて清掃工場に持ち込む場合は、10袋まで無料で処理します。図環境保全課 ☎51-6195

「2023年 漁業センサス」が実施されます



11月1日を期日として漁業センサスが実施されます。

この調査は、漁業の生産構造、就業構造を明らかにするとともに、漁業を取り巻く実態と変化を総合的に把握し、水産行政施策の企画・立案・推進のための基礎資料を得ることを目的とした5年ごとに行う調査です。

10月中旬から、調査対象となる世帯・事業所を調査員が訪問し、調査書類を配布します。紙の調査票またはインターネットで回答することができます。

なお、回答内容は、「統計法」によって厳重に保護されており、統計調査員などが調査で知り得た内容を他に漏らしたり、統計を作成・分析する目的以外に調査票を使用することは固く禁じられています。調査へのご協力をお願いします。



図広報統計課 ☎43-9219

市収納代理金融機関の店舗名称変更



10月16日(月)から、市収納代理金融機関の「青い森信用金庫鍛冶町支店」が「青い森信用金庫本店営業部鍛冶町出張所」

に名称変更されます。

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。

図出納室 ☎43-9143

毒キノコによる食中毒に注意しましょう



秋はキノコ狩りのシーズンです。例年、誤って毒キノコを食べて食中毒が発生しています。

食用であることを確実に判断できないキノコは、絶対に「採らない」「食べない」「売らない」「人にあげない」でください。

キノコを食べて体調が悪くなったら、すぐに医師の診察を受けましょう。

図衛生課 ☎38-0720

土地取引の届け出



国土利用計画法により、次の面積の土地を取得した人(買い主)は、売買契約締結後2週間以内(契約日を含む)に届け出が必要です。

- ▷市街化区域 2,000㎡以上
- ▷市街化調整区域 5,000㎡以上
- ▷都市計画区域外(南郷) 1万㎡以上

図建築指導課 ☎43-9136

10月15日～21日は「違反建築防止週間」



建築物の安全性の確保と良好な市街地環境を形成するため、建物を建てる時は建築士に相談するなど、違反建築の防止にご協力をお願いします。

図建築指導課 ☎43-9137

10月1日「赤い羽根共同募金」運動が始まります

集められた募金は、民間の福祉団体などが行う高齢者や障がい者、児童などに関する地域福祉活動の他、災害支援に役立てられます。八戸市共同募金委員

会事務局窓口または青森県共同募金会ホームページで500円以上の募金をした人には、「こかぶくんピンバッジ」(数量限定)を進呈します。



こかぶくんピンバッジ

また、10月1日はピアドゥでこかぶくんと一緒にイベント募金を行います。皆様のご協力をお願いします。

☎八戸市共同募金委員会(八戸市社会福祉協議会内)

☎47-2940

無料 10月の各種相談

☎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、相談日当日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(⑪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(市庁別館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	法律相談 要申込 市民	👤	10/16(月) 申し込みは10/12(木)8:30から電話で先着5人 10/27(金) 申し込みは10/25(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
③	行政書士相談 要申込 市民	👤	10/23(月)13:00～16:00 申し込みは10/3(火)～16(月)に電話で	行政書士
④	税務相談 市民	👤	10/2(月)13:00～16:00(1人20分程度) 先着8人	税理士
⑤	司法書士相談 市民	👤	10/13(金)13:00～16:00(1人30分程度) 先着5人	司法書士
⑥	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事など)	👤	10/3(火)13:00～16:00	土地家屋調査士
⑦	不動産相談 (不動産の売買や賃貸に関する事など)	👤	10/10・24の各(火)13:00～16:00	宅地建物取引士
⑧	公証人相談	👤	10/17(火)9:00～12:00	公証人
⑨	行政相談	👤	10/5・12・19・26の各(木)13:00～15:00	行政相談委員
⑩	人権相談	👤	10/4・11・18・25の各(水)9:00～12:00、13:00～16:00	人権擁護委員
⑪	人権相談(南郷地区)	👤	10/10(火)9:00～12:00	人権擁護委員

相談名	日時・場所	相談内容	申し込み・問い合わせ先
困ったら1人で悩まず 行政相談	毎週(木) 13:00～15:00 くらし交通安全課	●内容 行政相談委員が、国・県・市の仕事についての意見や苦情、要望に応じる ※秘密厳守	☎くらし交通安全課 ☎43-2148 総務省行政相談センターきくみみ青森 ☎0570-090110
不動産無料相談会	10/5(木) 13:30～15:30 はっち1階 はっちひろば	●内容 (公社)青森県不動産鑑定士協会の不動産鑑定士が、土地の評価価格や取り引きなどの相談に応じる	☎(公社)青森県不動産鑑定士協会 ☎017-752-0840 FAX 017-752-0841
法の日司法書士無料 法律相談会	10/8(日) 10:00～15:00 ユートリー4階	●内容 相続、登記、成年後見、多重債務、裁判所提出書類作成など(当日先着順)	☎青森県司法書士会 ☎017-776-8398 FAX 017-774-7156
行政書士・司法書士・税理士・土地家屋調査士による無料合同相談会 要申込 市民	10/23(月) 13:00～16:00 市庁別館2階 会議室B	●内容 相続、贈与、登記、税、土地の境界問題など ※複数の専門家に相談可、人数制限あり	申 10/3(火)～16(月)にくらし交通安全課 ☎43-2148 FAX 43-2256
女性弁護士による 法律相談 要申込 市民	11/6(月) 14:00～16:00 総合保健センター	●内容 養育費の取り決めや履行確保、法律に関する問題など ●対象 市内在住で、ひとり親家庭(離婚を考えている人を含む)の親または子であり、弁護士による法律相談が必要と認められる人 ●定員 3人(1人30分程度)	申 10/30(月)までに こども家庭相談室 ☎38-0703

夕暮れ時の事故防止のために
反射材を身につけましょう



秋を迎え日が暮れるのが早くなってきました。歩行者から車のライトが良く見えても、車からは歩行者がきちんと見えているとは限りません。

夕暮れ時や夜間に外出するときは、反射材を身につけ、車に歩行者の存在を早めに知らせましょう。

固くらし交通安全課 ☎43-9218

世増ダム警報施設を用いた
「警報吹鳴点検」を行います

事前に「訓練、訓練」というアナウンスを行います。緊急避難と間違わないようお願いします。

- 日時 10月26日(木)14時ごろから2時間程度
- 場所 南郷島守から田向までの市内14か所に設置している警報施設

固三八地域県民局河川砂防施設課 ☎27-5154

年金生活者支援給付金
制度があります



年金などの収入が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給する制度です。受け取るためには、請求手続きをする必要があります。新規対象者には、9月ごろから日本年金機構より請求書が送付されていますので、

早めに提出してください。また、前年所得額の更正などにより支給額に影響が出る人は、年金事務所までご相談ください。

固給付金専用ダイヤル
☎0570-05-4092
八戸年金事務所
☎44-1742(案内1→2)

法務局の遺言書保管制度
があります



法務局では、相続をめぐる紛争を防止するため、自筆証書遺言書を保管できます。

詳しくは、法務省ホームページまたは最寄りの法務局へお問い合わせください。

固青森地方法務局供託課
☎017-776-9031
青森地方法務局八戸支局
☎24-3351

10月1日～7日は
公証週間



公証役場では、遺言・任意後見契約・養育費支払いなどの公正証書の作成、会社の定款の認証や文書の証明などの業務を行っています。手数料は法令で定められていますので、安心してご利用いただけます。相談は無料ですのでお気軽にお問い合わせください。

固八戸公証役場 ☎43-1213

雇用

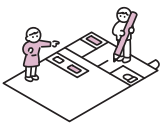
公共職業訓練「住宅建築
工科」12月期受講生募集



- 訓練期間 12月6日(水)～6年5月31日(金)
- 場所 青森職業能力開発促進センター八戸実習場(類家)
- 内容 木造住宅の設計と施工に関する知識・技能の習得
- 対象 ハローワークに求職の申し込みをしている人
- 定員 15人
- 受講料 無料(テキスト代別途)
- 申込 10月10日(火)～11月14日(火)にハローワークへ申し込み

【訓練見学説明会】

- 日時 10月26日(木)10時～12時
- 場所 青森職業能力開発促進センター八戸実習場(類家)
- 内容 建築CADなど訓練の概要説明、実習場見学など



●申込 固青森職業能力開発促進センター八戸実習場 ☎73-5535

働き方改革の取り組みに係
る相談・支援を実施します



八戸労働基準監督署では、働き方改革に取り組む事業主や労務管理担当者等からの労働基準法の改正内容などの相談を窓口・電話で受け付けています。また、

広告

職業訓練センター受講者募集

●申込 固八戸地域職業訓練センター
☎46-3360

	エクセル応用コース	エクセル2級検定コース
開講日	10/19(木)～11/10(金)	11/13(月)～12/20(水)
時 間	9:00～12:00	9:00～12:00
定 員 (対 象)	10人 (エクセルの基本操作ができる人)	10人(エクセル3級取得者または同等のレベルの人)
受講料	8,400円(テキスト代別途)	15,000円(テキスト代別途)
窓口申込	9/20(水)～10/13(金)	10/11(水)～11/6(月)
電話申込	9/20(水)～10/11(水)	10/11(水)～11/1(水)

会社に訪問してご説明することも可能です。

時間外労働の上限規制や年次有給休暇の年5日取得義務、その他関係法令などについて知りたい事業主等の皆さんは、お気軽にお問い合わせください。

八戸労働基準監督署労働時間相談・支援コーナー
☎46-3311

知っていますか？ 建退共制度



建退共制度は、事業主が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙または退職金ポイントを積み立て、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに退職金が支払われるという業界全体での退職金制度です。電子申請方式の活用で、手続きが便利になっています。

●特徴

- ▷ 国の制度だから安全、確実、申し込み手続きが簡単
 - ▷ 経営事項審査で加点評価の対象となる
 - ▷ 国が掛金の一部を助成
 - ▷ 掛金は全額非課税
 - ▷ 掛金はインターネットを利用した電子申請でも納付可能
 - ▷ 退職金は事業主が変わっても企業間を通算して計算
- ☎(独)勤労者退職金共済機構建設業退職金共済事業本部
☎03-6731-2867

税

市民税・県民税を公的年金から特別徴収(天引き)します



65歳以上の人の公的年金にかかる市民税・県民税は、一定の要件に該当する場合、年金から特別徴収(天引き)となります。

今年度から対象の人は、10月から特別徴収が開始されます。なお、口座振替などによる徴収方法の選択は制度上できません。※特別徴収される税額は、6月に送付した「令和5年度市民税・県民税納税通知書」に記載しています。

☎住市民税課 ☎43-9232

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。また、説明会終了後に登録要否相談会を実施します。

●日時 10月20日(金)①10時～11時 ②14時～15時

●場所 八戸税務署2階第一会議室

●定員 各回40人

※②は消費税の仕組みから知りたい方向け

☎10月13日(金)までに電話で申し込み

☎八戸税務署法人課税第一部門
☎43-0145

10月の納付 【納期限】10/31

国民健康保険税(第4期)
市県民税(第3期)

■納税相談

【夜間窓口】

10/24(火)17:00～19:30

【延長窓口】毎週(月)・(金)

18:00まで ※(祝)を除く

☎収納課

☎43-9173、43-9174、43-9175

介護保険料(第4期)

後期高齢者医療保険料(第4期)

保険料の納付には、納め忘れのない口座振替がおすすめです。

☎介護保険課 ☎43-9285

☎国保年金課 ☎43-9065

車検時の自動車税種別割の 納税証明書の提示を省略 できます(軽自動車を除く)



自動車税種別割の納付確認が電子化されているため、車検時の納税証明書の提示を省略できます。

ただし、納付情報がシステムに反映されるまで2週間程度かかるため、自動車税種別割を納付後すぐ車検を受ける人は納税証明書が必要となります。

納税証明書の発行に必要な手続きや各種申請書は、問い合わせるか県ホームページをご覧ください。

☎三八地域県民局県税部
☎27-5111(内線211・327・357)

広告

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

9月20日(水)2種類同時発売!

発売期間 9/20(水)～10/20(金)

公益財団法人青森県市町村振興協会

八戸市のLINE 公式アカウントが生まれ変わります！

固情報政策課 ☎43-2124

八戸市公式アカウントに、情報発信のほか、来庁予約や施設検索などの新機能が追加されます。

欲しい情報が自分で選べる！

☒ 地震情報
 ☒ 子育て

☐ 広報
 ☒ イベント

☐ 健康
 ☐ ごみ など

ほっとスルメールをLINEで受信！

道路や公園の損傷をLINEで通報！

ほかにも便利な機能がたくさん！

友だちの追加方法

●二次元バーコードで登録

- 1 LINEのホーム画面右上の人型のアイコンを押す。
- 2 「QRコード」を押す。
- 3 下記二次元バーコードを読み込む。
- 4 「追加」を押す。

●ID検索で登録

- 1 LINEのホーム画面右上の人型のアイコンを押す。
- 2 「検索」を押す。
- 3 下記「LINE ID」を入力して検索。
- 4 「追加」を押す。

●市ホームページから登録

市ホームページで「友だち追加」を押す。

※「QRコード」は株式会社デンソーウェブの登録商標です。

八戸地域広域市町村圏事務組合の介護認定審査会についてお知らせします

介護認定審査会

介護保険制度における要介護・要支援認定の審査判定を行います。審査会は、医療・保健・福祉の学識経験者からなり、公平公正な審査判定を行っています。

審査事務の流れ

介護保険サービスを必要とする人が、市町村に要介護認定の申請を行うと、市町村は訪問して心身の状態などを調査し、その結果をとりまとめ介護認定審査会へ審査判定の依頼をします。審査会は、どの程度の介護や支援が必要か審査をし、要介護度（介護や支援が必要な度合い）を決めます。この判定結果に基づき、市町村が要介護認定を行います。

令和4年度審査件数

八戸市	8,289件	南部町	916件
三戸町	531件	階上町	454件
五戸町	773件	新郷村	137件
田子町	272件	おいらせ町	762件

固広域事務局介護認定審査課 ☎32-7211

JR 八戸線の昼間集中工事により 運休・時間変更があります

- 期間 10月24日(火)～26日(木)
- 区間 八戸駅～久慈駅間
- 運休便 各日6本(うち2本は鮫駅～久慈駅間のみ運休)

下り	鮫駅	9:50発	久慈駅	11:10着
	八戸駅	12:24発	久慈駅	14:09着
	八戸駅	14:25発	久慈駅	16:09着
上り	久慈駅	9:16発	鮫駅	10:38着
	久慈駅	11:11発	八戸駅	12:55着
	久慈駅	13:03発	八戸駅	14:45着

- 代行輸送 なし
- 時刻変更便 各日1本

変更前	鮫駅	12:01発	八戸駅	12:23着
変更後	鮫駅	12:30発	八戸駅	12:55着

- 臨時運行便 各日2本

下り	八戸駅	13:56発	鮫駅	14:23着
上り	鮫駅	14:31発	八戸駅	14:52着

※詳しくはホームページをご覧ください。

固JR東日本お問い合わせセンター

☎050-2016-1600



「ふるさと寄附金」で 八戸を応援しよう！

「ふるさと寄附金」は、ふるさとへ貢献または応援をしたいという思いを実現するため、寄付金額の2,000円を超える分について、所得税や市民税・県民税から控除する制度です。市外にお住まいのご家族・ご親戚やご友人にも呼びかけをお願いします。

※お礼の品は、市外在住の人のみに進呈しています。

申込方法

郵送…申込書を送付しますので、広報統計課へご連絡ください。

インターネット…市ホームページ内「八戸市ふるさと寄附金について」をご覧ください。

令和5年度実績 (7月末時点)	件数	金額
	1,462件	27,946,010円

▷寄付金の使いみちは寄付者にさまざまな分野から選択していただき、まちづくりに活用しています。

▷寄付実績の詳細は、市ホームページをご覧ください。

固広報統計課 ☎43-2319

✉furusatotax@city.hachinohe.aomori.jp

固市ホームページ内で「ふるさと寄附金」を検索

10月は八戸市男女共同参画推進月間 性別による無意識の思い込み、ありませんか？

無意識の思い込み(アンコンシャス・バイアス)とは、自分自身では気づいていない「ものの見方や捉え方のゆがみや偏り」のことです。過去の経験によって自然に培われていく、誰にでもあるもので、そのもの自体に良い悪いということはありませんが、無意識に日常のささいな言動に現れ、知らず知らずのうちに相手を傷つけてしまう、自分自身の可能性を狭めてしまう場合があります。

このように思ったこと、言われたことはありませんか？



- ▷男性が家事や育児に参画したくてもできない
- ▷職場における女性の活躍が進まない
- ▷進路や職業選択の幅を狭めてしまう

性別で役割を固定化
女性の活躍や男性の家庭参画を阻む要因の一つに

大切なことは…

- ☑ 無意識の思い込み(アンコンシャス・バイアス)とは何かを知ること
- ☑ 自身の中の無意識の思い込みに気付くこと

一人ひとりが自分らしく暮らせる男女共同参画社会を実現するため、家庭や職場など身近な場面から考えてみましょう。

固市民連携推進課 ☎43-9217

10月2日から使用済み電池の回収場所が増えます

固環境政策課 ☎43-9362

「身近な場所に使用済み電池の回収場所を設けてほしい」という声に応え、これまでの回収協力店(ホームセンター・電気店など)に加え、10月2日から、公民館などでも電池の回収を開始します。

Q 回収できる使用済みの電池とは何ですか？

A 家庭で使用した乾電池、ボタン電池、小型充電式電池です。

Q 新たに回収場所となるのはどこですか？

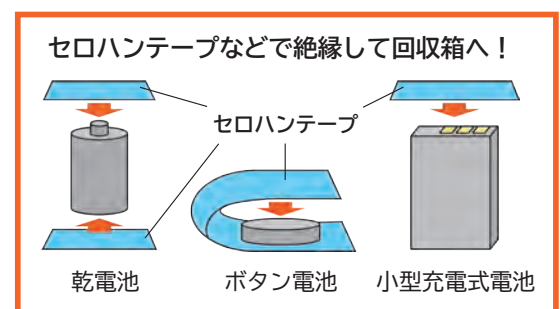
A 小型家電回収ボックスを設置している次の場所です。

公民館	鮫、柏崎、湊、三八城、江陽、長者、田面木、南浜、白銀南、根岸、東、南郷、瑞豊館、白銀、大館、上長、下長、吹上、是川、市川、白山台、根城、小中野
市庁舎	市庁別館、南郷事務所、館市民サービスセンター

※回収は開庁(館)時間内のみとなります。

Q どこに捨てればいいですか？

A 小型家電回収ボックスの上に設置している電池回収箱に入れてください。



⚠ 発熱・発火・破裂などの恐れがあるため、必ず絶縁してから回収箱に入れてください。

⚠ 電池は、小型家電回収ボックスの投入口には入れないでください。



電池の捨て方については、「八戸市 家庭ごみの分け方・出し方」をご覧ください。



秋の火災予防運動 火を消して 不安を消して つなぐ未来

●実施期間 10月16日(月)～22日(日) 消防本部予防課 ☎44-2133

※10月15日(日)は、各地区で消防車両によるパレードを行う予定となっています。
サイレンを鳴らしますが、火災と間違わないようご注意ください。

住宅防火 命を守る10のポイント

- 4つの習慣

 - ▷寝たばこは絶対にしない、させない
 - ▷ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
 - ▷こんろを使うときは火のそばを離れない
 - ▷コンセントはほこりを清掃し、不要なプラグは抜く
- 6つの対策

 - ▷火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する
 - ▷火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する
 - ▷火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防炎品を使用する
 - ▷火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく
 - ▷お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
 - ▷防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う

2023年度自衛官等募集案内

固自衛隊青森地方協力本部八戸地域事務所
☎FAX45-1920



試験期日は変更になる場合があります。詳しくは、お問い合わせいただくホームページをご覧ください。

募集種目	資格	受付期間(必着)	1次試験日程・会場
第3回一般曹候補生(陸・海・空)	18歳以上33歳未満 (採用予定月の末日現在33歳に達していない者)	11/30まで	12/10 青森
自衛官候補生(陸・海・空)		通年受付	12月～6年3月 1か月に1度試験を実施予定
防衛大学校(一般)	高卒・高専3年次修了(※) 21歳未満 (自衛官は23歳未満)	10/18まで	10/28 小中野公民館
防衛医科大学校医学科学生	高卒・高専3年次修了(※) 21歳未満	10/11まで	10/21 青森第2合同庁舎
防衛医科大学校看護学科学生	高卒・高専3年次修了(※) 21歳未満	10/4まで	10/14 青森第2合同庁舎
陸上自衛隊高等工科学校生徒	男子で中卒(※) 17歳未満	10/1～6年1/5	6年1/13 小中野公民館

(※)卒業見込み・修了見込みも含む

市民伝言板

料金の記載がないものは無料です。
掲載内容については、各問い合わせ先にご確認ください。

園芸学会東北支部大会 公開シンポ及び支部賞受賞記念講演
●日時 9/27(水)13:00～16:20 ●場所 ユートリー多目的大ホールA ●内容 ①公開シンポジウム「青森の園芸の最近のトピックス」②園芸学会東北支部賞授与式・記念講演 ※詳しい内容はホームページをご覧ください。
園りんご研究所県南果樹部 ☎62-4111(山道) HPはこちら

健康姿勢講座「姿勢と膝痛」編 要申込
●日時 9/30(土)9:30 ●場所 水産会館 ●定員 20人
●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)
申固KCSセンター城陽八戸出張所 ☎090-5598-4746(佐々木)

八戸工業大学マチナカ公開講座
●日程 ①10/1(日)②14(土)③20(金)④21(土)⑤28(土)
●時間 ①②④⑤13:30③18:00 ※各日1時間30分
●場所 ばらば(番町) ●内容 ①近代三八・二北地区における英語との遭遇 ②介護のための人間工学 ③なぜ、世界はそうに見えるのか? ④暑さ・寒さとコンクリート ⑤昔の明かり、今の明かり 固八戸工業大学 ☎25-8005

こども空手体験教室 要申込
●日時 10/7(土)▷未就学児10:00～10:45 ▷小学生11:00～12:00 ●場所 根城コミュニティーセンター
●内容 礼儀作法や基本技を体験 ●講師 鳴海沖人(空手道鳴海道場) ※動きやすい服装で
申固電話または参加者氏名・年齢・学年・連絡先を明記の上Eメールで鳴海道場 ☎080-6007-4798(鳴海)
E aomori_narumi@yahoo.co.jp

第44回青森県高等学校総合文化祭(三八・上北大会) 記念パレード
●日時 10/6(金)11:20～12:00※11:00～12:30通行止め ●場所 廿三町交差点～三日町交差点※十六日町交差点～十三日町交差点の区間も通行止め
固高総文祭実行委員会事務局(八戸東高校内) ☎43-0262

八戸あおば高等学院10周年記念文化祭
●日時 10/14(土)11:00～15:00 ●場所 マチニワ
●内容 Grandioso～元気があれば何でもできる～ 音楽ステージ発表のほか、スポーツ流鏑馬や生徒たちのアイデアがつまったさまざまなコーナーを用意 ●入場料 無料
固八戸あおば高等学院 ☎22-3470

八商バザー
●日時 10/14(土)10:00～15:30・15(日)9:30～15:30
●場所 八戸商業高校 ●入場料 無料
固八戸商業高等学校商業教育部 ☎96-5001 FAX96-6200

八戸工業高等専門学校公開講座 要申込
●日時 ①10/28(土)10:00②11/4③11の各(土)9:00
●場所 八戸高専 ●内容 ①水の浄化実験 ②メカnoワールド体験塾Bコース ③ペーパーブリッジをつくろう ●対象 中学生・中学教員 ●定員 ①10人 ②中学生24人、教員随時 ③15人
●受講料 無料(保険料別途) ●申込期間 ①10/2(月)～13(金) ②10/10(火)～23(月) ③10/16(月)～30(月)
申固八戸工業高等専門学校 ☎27-7239 申込はこちら



ヘルプマークを知っていますか？

ヘルプマークとは、障がいや疾患などがあることが外見からは分からない人が、支援や配慮を必要としていることを周囲に知らせることで、支援を得やすくなるよう、東京都が平成24年に作成したマークです。

障がい福祉課 ☎43-9106

ヘルプマークを身につけた人を見かけたら

電車やバス、公共交通機関では
席をお譲りください

外見は健康に見えても、病気や障がいにより、疲れやすかったり、同じ姿勢を保つのが困難だったりする人がいます。また、優先席に座っていることを不審な目で見られてストレスを受けることがあります。

事情があることを
理解し、席を譲りま
しょう。



災害時には安全に避難するための
支援をお願いします

視覚や聴覚に障がいがあり、周囲の状況判断が難しい人や、肢体不自由などにより自力での迅速避難が難しい人がいます。

状況をゆっくり分かりやすく
説明し、安全に
避難ができるよう
支援しましょう。



駅や商業施設などでは、
困っているようであれば
声をかけるなどの配慮をお願いします

交通機関の事故などの突発的な出来事に対して、臨機応変に対応することが困難な人や、立ち上がる、歩く、階段の昇降などの動作が困難な人がいます。

声をかけ、必要に
応じて手助け
しましょう。



ストラップ型ヘルプマークの
使い方

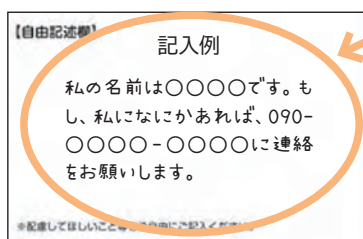
かばんなど周囲から見える場所につけます。
また、裏面には緊急連絡先や
必要な支援を記入したシール
を貼ることができます。



ヘルプマーク・ヘルプカードを配布しています

市内在住で支援や配慮を必要とする人に、ヘルプマークとヘルプカードをセットにして、障がい福祉課窓口で配布しています。(1人1セット/障害者手帳の有無は問わない)

ネームホルダー
などにヘルプカード
を入れて使用
します。



自由記述欄に必要なことを記入します。

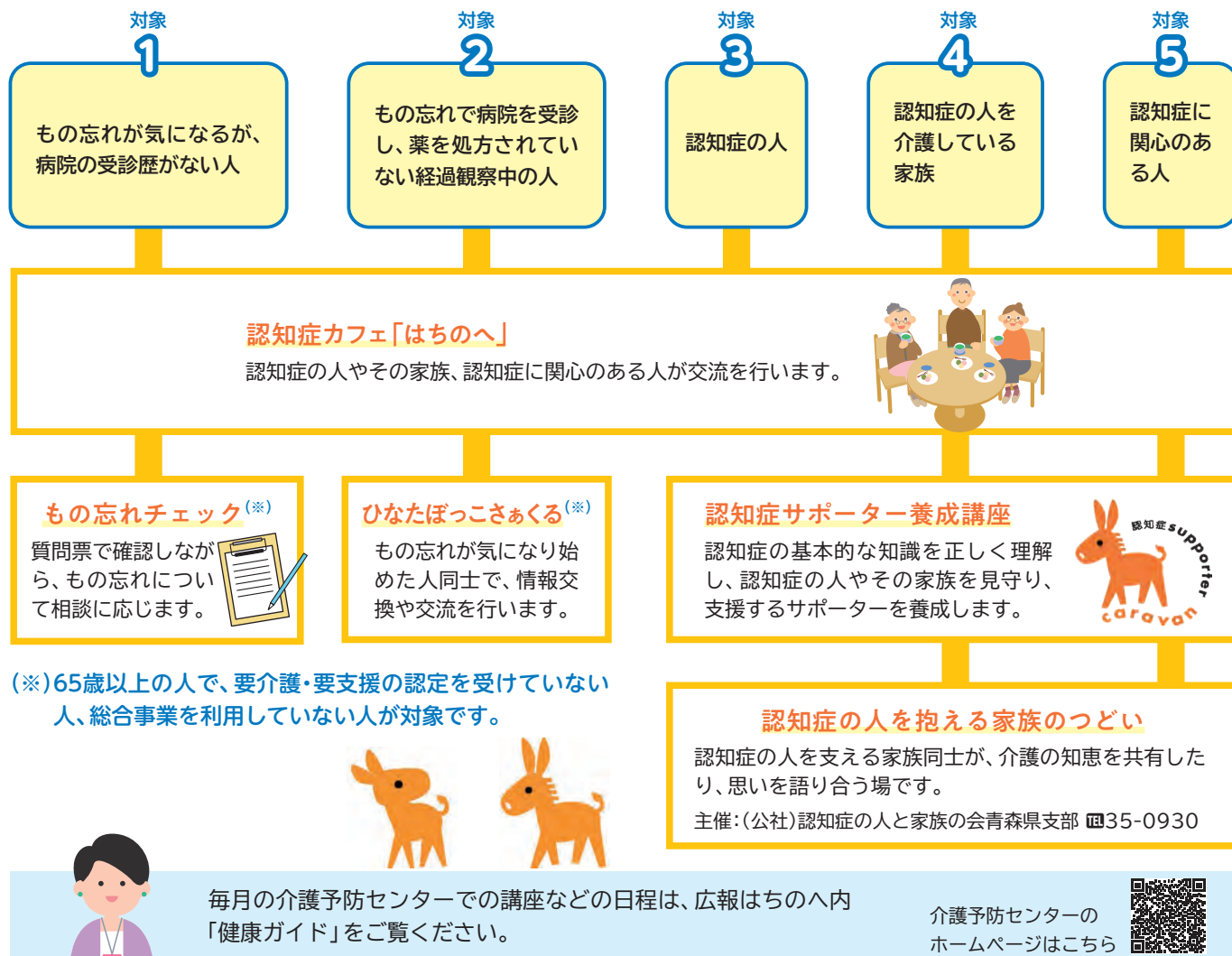
自分のこと、緊急時に連絡してほしい人、病気や障がいのことで伝えたいこと、お願いしたいことなど。



認知症を正しく知りましょう

申間介護予防センター ☎38-0726

認知症は、65歳以上の5人に1人が発症するといわれており、記憶や思考などの認知機能が低下し、日常生活に支障をきたす病気です。気づきや早めの対応が重要となることから、介護予防センターでは認知症に関する予防と支援について、さまざまな取り組みを行っています。



はちのへ認知症フォーラム

総合保健センター1階 大ホールほか
10/8(日)13:15~15:30(開場12:30)

無料

200人
先着順

認知症になっても安心して暮らせるよう、認知症のことについて一緒に考えてみませんか？
今回は、高齢者の自動車運転の現状や運転免許返納後の生活について、認知症の視点からお話しします。

テーマ 認知症と車の運転について考える

講師 深澤隆(はちのへ認知症疾患医療センター)、安重徹(八戸警察署交通第一課)

●スペシャルトーク

「八戸市民に伝えたい!特殊詐欺の現状」山根章義(八戸警察署生活安全課)

☎(公社)認知症の人と家族の会青森県支部 ☎35-0930



はちのへ認知症
フォーラムのチラシ
はこちら



- 認知症に関連したさまざまな情報も、展示・紹介します。
- 講演終了後、希望者には、介護予防センター(総合保健センター2階)の見学会を行います。

10月は「食品ロス削減月間」 10月30日は「食品ロス削減の日」

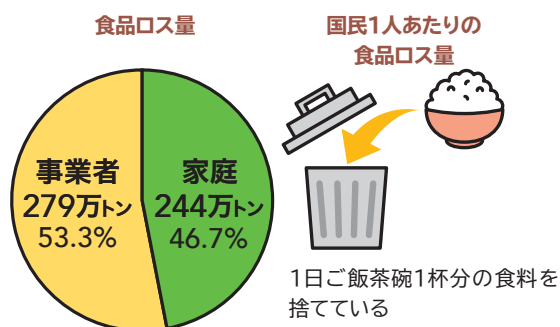
固環境政策課 ☎43-9362 市ホームページ内で「生ごみの減量」を検索



1人1日あたりご飯茶碗1杯分の食品ロス!?

日本では、食べ残しや売れ残りの食品などまだ食べられるにも関わらず捨てられてしまう、いわゆる「食品ロス」が年間523万トン以上発生しています。そのうち約279万トン(53.3%)が外食産業や食品製造業などの事業者から、約244万トン(46.7%)が家庭から発生しています。

これを国民1人あたりに換算すると、毎日ご飯茶碗1杯分の食料を捨てている計算になります。

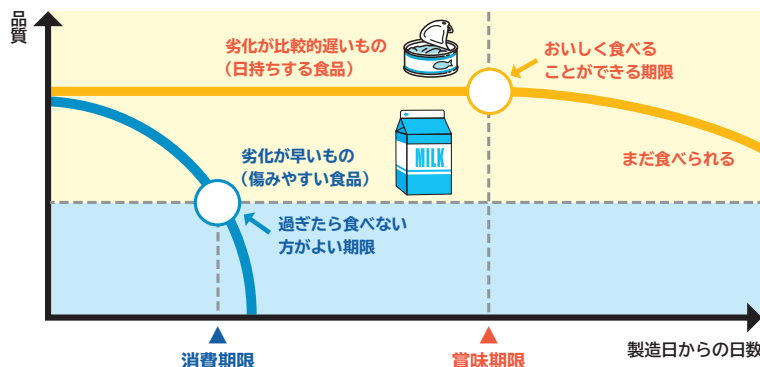


消費期限と賞味期限のイメージ

食品の期限表示には「消費期限」と「賞味期限」の2種類があります。

賞味期限を過ぎると、すぐに食べられなくなるわけではありません。

期限の意味を正しく理解しましょう。



普段の生活の中で、食品ロスを減らす行動をしてみましょう!

＼買い物のポイント／

お買い物前に冷蔵庫の中身を
チェックしておきましょう

冷蔵庫の中身のメモをとったり、
写真として保存しておくとか後で見
返せるので便利です。

今必要な分だけを買きましょう

使いきれぬ量・食べきれぬ量だけ
を買うことは、余計な出費を抑える
ことにもつながるため経済的です。

手前に陳列されている食品を
買うように心掛けましょう

1人1人が「(て)まえどり習慣」を
実践することが大切です。

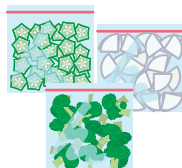
＼保存のポイント／

期限の長い食品を奥に、期限の迫っ
た食品は手前で保存しましょう

最適な方法で保存しましょう

●食材には、適した保存方法があり
ます。あらかじめ確認しておきま
しょう。

●冷凍・乾燥・塩蔵処理などで長期保
存できる食材は長期保存すること
も大切です。



＼調理のポイント／

残っている食材から使いましょう

「いつか食べる」は食品ロス予備
軍です。

食べきれぬ量だけ調理しましょう

その日の体調や空腹具合に合わせ
ましょう。

食材を上手に使いきりましょう

●冷蔵庫や収納庫を整理する日を
決めるのが効果的です。

●冷蔵庫の残り物だけで調理する
日を決めましょう。

「3010運動」にも取り組みましょう

3010運動とは、飲食店などでの会食や宴会時に、最初の30分間と最後の10分間は自分の席で料理を楽しむことで、食べ残しを減らす運動です。1人1人の心掛けと行動が食品ロスの削減につながります。

令和4年度は39人が創業しました！

\ あなたの起業と中小企業の円滑な事業承継を応援します！ /

はちのへ創業・事業承継サポートセンター

はち
8サポ

「はちのへ創業・事業承継サポートセンター(8サポ)」は、創業と事業承継の総合相談支援窓口です。
創業・起業者を増やし、また、経営者の高齢化などによる中小企業のやむを得ない廃業を未然に食い止め事業承継を支援するために、中小企業診断士やインキュベーションマネージャー(※)がサポートしています。
お気軽にご相談・ご利用ください。

(※)インキュベーションマネージャーとは、創業・起業志望者を構想・企画の段階から創業・起業に至るまで一貫して支援する専門家です。

- 創業・起業支援** ▷創業計画書の作成サポートを通じて、妥当性の高い現実的な創業に向けた後押しをします。
▷創業スクールやセミナーの開催、创业者が活用できる施策の情報提供も行っています。
- 事業承継支援** ▷中小企業の事業承継に関する相談を受け付けています。
▷事業承継後の継続サポートと、後継者の経営力を高めるセミナーなども開催しています。

はちのへ創業・事業承継サポートセンターを利用して創業した事業所を紹介します

2022年12月創業

衣とうつわ 手の國

代表 山本 稚子さん

創業のきっかけ

いわとくパルコ(六日町)で長年営業していた民芸品店「ののや」に30年以上勤めていましたが、2021年12月に閉店することが決まりました。お店の再開を望むお客様からのたくさんの声に後押しされ、事業を承継する形で、「ののや」のスタッフ2人で新しくお店を始めることを決意しました。

8サポを利用してみて

これまで販売経験しかなく、年齢を重ねてからの創業ということもあり、最初はとても不安を感じていました。創業についての知識がなく右も左も分からない状態だったため、8サポで事業計画の作成や補助金の申請などについて、一からサポートしてもらいました。創業後も引き続き、経理面などでアドバイスを受けており、とても助かっています。

お店の紹介

当店では、婦人服、生活雑貨、陶器、ガラス、手作りのアクセサリーや小物類など幅広い商品を取り扱っています。北海道から沖縄まで日本各地から仕入れているほか、アジア、アフリカ、南米など世界各国の商品も取り揃えています。スタッフ自ら現地に足を運び、直接目で見て仕入れたり、実際に購入して使い心地を確かめたりと自信をもってご紹介できる商品ばかりですので、ぜひ一度お越しください。



衣とうつわ 手の國
☎10:00~18:00 火曜日
☎20-7357 三日町37フタバ薬局2階

週1回相談時間を21:00まで延長 月1回休日相談を実施

はちのへ創業・事業承継サポートセンター

☎51-9593 ☎平日9:00~17:30 堀端町2-3八戸商工会館1階

ホームページでは、センターの支援を受けて創業した人を紹介しています。また、センターの夜間相談や休日相談の実施日、セミナー・イベントの開催について掲載しています。



利用・相談は無料。秘密厳守なので安心です！



臨時

犬の登録と狂犬病予防注射



図衛生課 ☎38-0721 図市ホームページ内で「狂犬病予防注射」を検索

狂犬病予防法の定めにより、生後91日以上飼育犬は市に登録をし、毎年度、原則として4月から6月の間に1回、狂犬病予防注射を行わなければなりません。

市では、その期間に接種を行えなかった犬の飼い主へ接種の機会を提供することで、狂犬病の発生およびまん延を防ぎ、公衆衛生の向上と公共の福祉の増進に寄与することを目的とし、臨時で犬の登録の受け付けと狂犬病予防注射を行います。

犬の登録	【登録手数料】3,000円(生涯一回)
狂犬病予防注射	【注射料金】3,300円(注射済票交付手数料を含む)【持ち物】郵送する案内はがき

●巡回日程 ※転入や注射済票交付申請のみの場合は、会場で受け付けできませんのでご注意ください。

巡回日	地区	会場	時間	巡回日	地区	会場	時間		
10/2㊦	是川	水野生活館	10:00~10:05	10/5㊦	根城	長者森公園付近(北白山台三丁目3)	10:50~11:00		
		是川団地中央集会所前	10:20~10:25			ツツジ公園(西白山台三丁目10)	11:10~11:20		
		是川市民サービスセンター	10:35~10:40			熊野堂公園(売市四丁目14)	12:50~13:00		
		清水寺駐車場	10:50~10:55			根城公民館	13:10~13:25		
		八重坂地域集会所	11:05~11:10			大久保緑地(南端付近)(根城七丁目8)	13:35~13:45		
		旧番屋小学校正門付近(是川字番屋)	11:25~11:30			松園町地域集会所	14:00~14:05		
	南郷	南郷公民館	11:45~11:50			10/6㊦	市川	田面木公民館	14:15~14:25
		南郷公民館 中野分館	13:20~13:25					浜市川苺生産出荷所前	10:00~10:10
		大平生活センター	13:40~13:45	多賀台団地バス停付近	10:20~10:30				
		鳩田農業研修センター	14:00~14:05	轟木公園(市川町字轟木)	10:45~10:50				
		第8区研修センター	14:20~14:25	むつ市川町内チビッコ広場	11:05~11:10				
		グリーンタウン多目的広場	14:40~14:45	桔梗野生活館	11:20~11:35				
		島守市民サービスセンター	15:00~15:05	長苗代三丁目公園(長苗代三丁目12)	13:05~13:10				
		田代小中学校跡地	15:20~15:25	城北たんぼ公園(石堂一丁目18)	13:20~13:25				
10/3㊦	長者	大慈寺正門前	10:00~10:05	10/10㊦	下長	洲先公園(下長八丁目9)	13:35~13:40		
		藤子公園(根城二丁目10)	10:20~10:25			八太郎生活館	13:50~14:00		
		長者公民館	10:35~10:40			旧日計ヶ丘小学校正門付近(河原木字日計上)	14:15~14:25		
		三八城公園(内丸一丁目1)	10:55~11:05			高館小学校正門付近	14:35~14:45		
	三八城	三八城公民館	11:15~11:25			10/10㊦	下長	下長市民サービスセンター	10:00~10:10
		勤労青少年ホーム	11:35~11:45					笹ノ沢生活館	10:25~10:30
	江陽	江陽公民館	13:15~13:30	10/10㊦	上長			尻内生活館	10:45~10:50
		小中野公民館	13:40~13:50					正法寺集会所	11:05~11:10
	小中野	総合教育センター	14:00~14:10			10/10㊦	豊崎	瑞豊館	11:20~11:30
		類家南ポンプ場付近	14:20~14:30					駅西區画整理事業所	13:10~13:25
柏崎	廣澤寺駐車場	14:45~14:55	10/10㊦	上長	大仏屯所前			13:35~13:40	
	柏崎公民館	15:05~15:15			堀川生活館			13:55~14:00	
10/4㊦	吹上	南類家二丁目公園(南類家二丁目15)			10:00~10:10	10/11㊦	館	館公民館	14:10~14:25
		吹上公民館			10:20~10:30			通清水集会所	14:35~14:40
		中居林コミュニティセンター	10:40~10:50	金浜生活館	10:00~10:05				
	大館	松館バス停付近	11:05~11:10	10/11㊦	南浜		大久喜集会所	10:20~10:25	
		大館公民館	11:25~11:40				法師浜生活館	10:35~10:40	
		塩入生活館	11:55~12:00				扇ヶ浦バス停付近	10:55~11:00	
		野場屯所前	13:30~13:35				緑ヶ丘市営住宅付近	11:15~11:20	
		旧旭ヶ丘浴泉付近	13:45~13:50				浮木寺駐車場(さめ保育園向かい)	11:30~11:35	
		東運動公園駐車場(テニスコート側)	14:00~14:20				鮫公民館	11:45~11:55	
	湊	東消防署付近	14:30~14:40	10/11㊦	鮫		白銀公民館	13:25~13:40	
		湊公民館	14:50~14:55				白銀台生活館	13:50~14:05	
		湊浜通り生活館	15:05~15:10				上大久保生活館	14:15~14:20	
		みちのく建設前(糠塚字板橋)	10:00~10:05				10/11㊦	白銀	美保野生活館
	泉町生活館	10:15~10:20	第二桜ヶ丘集会所	14:55~15:00					
鍛冶畑バス停付近	10:30~10:35	町畑地区集会所	15:10~15:15						

狂犬病ってなに？



狂犬病とは、全ての哺乳類に感染し、発症するとほぼ100%死亡する恐ろしい感染症で、アジアでは多くの場合、犬にかまれたことが原因となっています。日本では、現在まで半世紀以上にわたり国内感染はありませんが、世界のほとんどの地域では依然として狂犬病が発生しており、死者は年間約6万人ともいわれています。

飼い主が狂犬病について正しい知識を持ち、登録と予防注射を確実に行うことで、万一来た対策をとることが極めて重要です。

（地域を支える 市民パワー）「まちづくり」はみんなの手で！

固市民連携推進課 ☎43-9207

人口減少・少子高齢社会にあって、地域の安全・安心や環境問題など、個人や行政だけでは解決が難しい問題が増加している中、さまざまな形で地域の課題解決に取り組む市民の皆さんの活躍が注目されています。また、市民の皆さんや事業者や行政など、多様な主体によるパートナーシップにより、さらに良いものを生み出す「協働」という手法が、まちづくりのさまざまな場面で取り入れられています。市では、「協働のまちづくり」を推進し支援しています。

みんなが協力し合って、住みよいまちをつくる。

それが「協働のまちづくり」です。

皆さんのアイデア、活動、助け合いが住みよいまちをつくれます！



協働って？

市民活動団体(ボランティア・NPO)を始め、地域活動団体(町内会、自治会やPTAなど)、事業者、教育機関、行政など、多様な主体によるパートナーシップ(協力・信頼関係)により、同じ目標のために協力し合うことです。

メリットは「相乗効果」

互いの特性や得意分野を生かし、不足する部分を補完・協力し合うことで、個々に取り組んだ以上の効果を生み出すことができます。行政だけでなく、多様な主体が問題意識を共有しながら、あらゆる視点でお互いに意見を出し合い、知識、経験、人材、情報などを結集し解決に向けて取り組むことで、よりよい解決策が生まれることが期待できます。

市の取り組み

市民活動を始めてみたい / 打ち合わせする場所がない /

市民活動サポートセンター「ふれあいセンターわいぐ」がサポートします！

「わいぐ」では、八戸圏域の皆さんが行う自主的・公益的な活動を支援しています。現在、195団体の市民活動団体が登録しており、「わいぐ」の支援を受け、さまざまな活動を行っています。(7月31日現在)

主なサポート内容

設備	▷パソコン・DVDプレーヤーの利用 ▷市民活動関連の図書の閲覧・貸出 ▷資料作成などに役立つ印刷機や紙折り機、ペーパーカッターの利用 要予約 ▷会議や打ち合わせに利用可能なスペースの提供(定員20人) 要予約
情報	▷活動に役立つ講座案内や各種イベント情報の提供
交流	▷ネットワークづくりができる交流会の開催
相談	▷活動の悩みなんでも相談 ▷パソコンスキルアップ相談

●個人メール会員(登録無料)

▷イベント情報や助成金制度などメールで情報を受け取ることができます。

あなたの活動を
お手伝いします！

11/12(日)
わいぐ交流会

公募で選ばれた
マスコットキャラクターの
名前を発表・表彰！



固市民活動サポートセンター「ふれあいセンターわいぐ」
☎73-3311 ✉support@waigu.info
固根城八丁目8-155 はちふくプラザねじょう3階



SNS
ハチカフェ

協働のまちづくりや市民活動サポートなどの情報を随時、発信しています。ぜひチェックをお願いします！



Facebook



X(旧 Twitter)



Instagram



市民活動を支援するための助成金・奨励金制度があります！

「元気な八戸づくり」市民提案制度

まちづくりや地域課題の解決のため、市民の皆さん(提案者)と市(行政)が、協働して取り組むことにより、相乗効果が期待できる事業の提案を募集しています。

●自由提案部門 随時募集

市民の皆さんからの課題提起による政策・事業提案を募集し、協議を経て、市と協働で実践します。

●市設定テーマ部門 毎年7月～8月ごろ募集

市からの設定テーマ(課題提起)に対する市民の皆さんからの政策・事業提案を募集し、協議を経て、市と協働で実践します。

「元気な八戸づくり」市民奨励金制度

市民活動団体や地域コミュニティ活動団体が、自主的に取り組む公益性のあるまちづくり活動を支援します。

●初動期支援コース・若者支援コース

1団体につき、10万円以内(対象経費の100%)

●まちづくり支援コース

1団体につき、50万円以内(対象経費の60%～80%)

今年度は12月ごろ募集開始！

事業の一例を紹介

「元気な八戸づくり」市民提案制度(自由提案部門)

協働で地域の移動手段を確保！

島守地区助け合い輸送事業(令和4年度～実施中)

事業パートナー

島守地区自治会連合会、八戸市(都市政策課)

【問題】

令和2年度末に南部バスの荒谷線(島守地区)が廃止したことに伴い、住民の利便性が低下した。



【事業内容・成果】

島守地区自治会連合会と市は、協働で輸送事業を実施し、住民に必要なルートを定期運行し、移動手段を確保した。



「元気な八戸づくり」市民奨励金制度(まちづくり支援コース)

女性の視点を取り入れた避難所体験で防災力を強化！

自分たちでもできる避難所づくり体験事業(令和4年度)

大館連合婦人会



【問題】

災害はいつ起こるかわからない、多くの男性が不在の日中に起きたらどうするか考えた。



【事業内容】

大館公民館で避難所づくり体験会を3回実施

【成果】

避難所での女性の役割が重要であることが分かり、体験を通して参加者の発言がより前向きになり、女性の視点や意見を生かす行動ができるようになった。



学生・高校生が取り組むまちづくり活動も応援しています

学生まちづくり助成金制度

学生の地域貢献に対する意識醸成や活動の促進を図ることを目的に、学生が自主的に取り組む地域振興・地域貢献に関する活動の企画を公募し、選考の上、助成金を交付する制度です。

八戸圏域高等学校地域活動促進事業助成金

郷土に愛着と誇りをもった八戸圏域の将来を担う人材の育成を図ることを目的に、高校生が学校単位で取り組む地域振興・地域課題の解決を図る活動に、助成金を交付する制度です。

事業の一例を紹介

学生まちづくり助成金制度

令和4年度学生&高校生まちづくりコンペティション 市長賞
アートを通して障がい者の社会参加を促進！

三八圏域における知的・精神・発達障がいのある人による社会参画の促進(令和4年度実施)

八戸学院大学 大木ゼミ

【目的】

障がいのある人が、地域での活動が少ないことと、市内中心街が殺風景に感じることの両方を解決したいと考えた。



【事業内容】

障がいのある人が、個性を生かして制作した作品を公共施設へ展示することで、自己肯定感や積極性の向上を目指すとともに、地域理解への働きかけを行い、共生社会の形成を図った。



マチニワでの作品展示
(令和4年12月)

八戸圏域高等学校地域活動促進事業助成金

令和4年度学生&高校生まちづくりコンペティション 特別賞
縄文文化の魅力をPR！

「縄文にときめく」

～オリジナルグッズでもっと縄文が好きになる～
(令和4年度実施) / 千葉学園高等学校

【目的】

縄文の新たな魅力発見や、縄文文化に興味を持ってもらいたい。服飾の知識や技術を通して、地域に貢献できる人材を育成したい。

【事業内容】

縄文土器や土偶をモチーフとするグッズ制作や販売、グッズの制作体験を実施した。



是川縄文館でのグッズ販売
(令和4年11月)

◆ \ ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)の実現に向けて / ◆

キラッと★スマイル 八戸ナビ

23

いわおりの 岩織 好信さん (南郷朝もやの館総合情報館・森の直売所 勤務)
ゆきこ 悠紀子さん(森のおかしやさん 経営、栄養士)ご夫妻



4人の子どもを持つ岩織さんご夫妻。悠紀子さんは結婚後、義母が作るおやつに触発され、子育てをしながらお菓子作りの師範免状を取得。独学でパン作りも習得し、現在は「森のおかしやさん」として、おいしいお菓子やパンを作っています。好信さんは仕事が休みの日に、悠紀子さんが作ったお菓子やパンを朝市などで販売しています。そんなお二人にお話を伺いました。

好きなことだから頑張れる(悠紀子さん)

「子どもが大きくなる頃には自分も年をとってしまう」と思ったことや、家族の後押しもあり、上の子が1歳になった頃から地元のカルチャースクールで勉強を始め、その後師範免状取得のため月1回東京へ1年間通いました。当時は、小さな子どもたちの世話や家業の手伝い・家事・勉強をこなしていたので大変でしたが、好きなことのためなので頑張れました。



日曜日は、朝市への出荷分を焼いた後に、道の駅なんごうなどへの出荷分を焼くという2回転をこなします。

両立は苦にならない、むしろ気晴らし(好信さん)

旅が好きで、以前はよく旅に出ていました。今はなかなか行けませんが、朝市で市外から来たお客さんと話していると自分も旅をしている気分になれます。PTAや消防団の活動、家業の農園の仕事もしていますが、いろいろなことをするのが気晴らしになっており、あまり苦になりません。



道の駅なんごうや館鼻岸壁朝市などで販売しています。

夫婦間の役割分担は「お互いをよく観察して補い合う」

■お互いにお礼を言う(悠紀子さん)

子どもにミルクを飲ませることや学校の送迎、高所作業など、相手ができることから協力をお願いしました。おかげで任せられる家事が増え、今では洗濯が夫の担当です。お互いにお礼を言うことも大事だと思っています。

■夫婦が協力し合うものと思う(好信さん)

料理の腕はかなわないし、妻のストレス発散になるようなので、そこは任せて、自分は彼女が忙しくて手が回らない家事をするようにしています。子育てにしろ、家事にしろ、夫婦が協力し合うものと思うようになりました。

将来のこと

■自分のペースを大切に(悠紀子さん)

まずは子どもたちを社会に出すことを目標に。朝が早くて体力も使う仕事なので、いずれは働き方を変え、自分のペースで仕事をするのもいいと考えています。

■将来は店舗を構えたい(好信さん)

定年後は、農家をやりながら畑の近くにお店を構えて、夫婦一緒にやっていければいいと思います。



岩織農園で作るりんごやブルーベリーがたっぷりはいったパン

今回は4月号に掲載!

