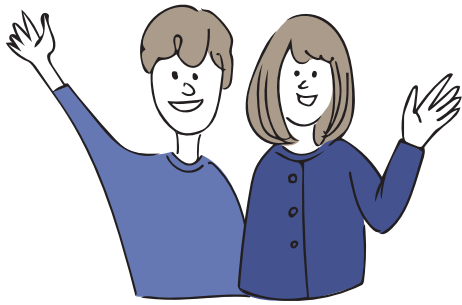


今月の お知らせ



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 申し込みが必要 **E** メール

問 お問い合わせ先 **ホ** 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12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

	人口	(前月比)
人口	218,636人	↓ 96人
うち男	104,773人	↓ 75人
うち女	113,863人	↓ 21人
世帯数	110,254世帯	↑ 20世帯
出生	98人	↓ 2人
死亡	283人	→ 0人

※10月末現在。外国人住民を含む。
出生・死亡は10月届出分

募集

介護用おむつ代の 医療費控除があります



所得税の確定申告または市県民税の申告をする際、医師が発行するおむつ使用証明書に代わり、市発行の確認書でもおむつ代の医療費控除が認められます。

- 対象 介護保険の要介護認定を受けており、おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降の人(1年目は医師のおむつ使用証明書が必要)
- 確認事項 要介護認定のために主治医が作成した意見書の内容が「ほぼ寝たきり」かつ「尿失禁の発生可能性あり」であること(令和3年～5年中に作成された主治医意見書に限る)※それ以外の場合は、確認書を発行できません。
- 持ち物 対象者の介護保険被保険者証

申問1月4日(木)から介護保険課
問43-9083

八戸市シニアはつらつ ポイント事業参加者募集



介護施設などでボランティア活動をすることで、活動実績に応じてポイントが付与され、そのポイントを商品券などの交換や福祉団体へ寄付ができる事業です。

この事業に参加するためには、研修会に参加し会員登録する必要があります。

- 研修日時 1月19日(金)13時15分～15時20分
- 場所 はちふくプラザねじょう
- 対象 市内在住の60歳以上の人
- 定員 20人(先着順)

申問八戸市社会福祉協議会
問47-2940 **問**47-1881

合葬墓「生前予約」、 「市営霊園からの改葬」 使用者募集



混雑回避のため、受け付けは予約制です。電話または窓口で事前予約の上、ご来場ください。



※5年12月20日(水)から予約可
●受付期間 1月22日(月)～2月9日(金)

- 場所 本館地下特設会場
- 対象 ▷生前予約 ①満65歳以上の市民で、自分のために申し込みする ②使用できる墓がない ③自分の焼骨を埋蔵する人を選任できる

▷市営霊園からの改葬 ①市営霊園の一般墓地区画に遺骨を埋蔵している ②一般墓地区画を返還すること

- 定員 各5人
- 選考方法 申込多数の場合公開抽選(2月下旬)

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申電話または窓口で受付予約
問市民課 **問**43-9193

八戸公園こどもの国「子ども交流館」ネーミングライツ(施設命名権)スポンサー企業募集



子ども交流館は八戸公園で唯一天候に左右されず、通年で遊べる屋内施設です。

【施設概要】

- 規模 建築面積約500㎡
- 構造 木造平屋建て、屋根(シート膜)
- 屋内 大型ネット遊具、多目的スペース、トイレ、事務室など
- 外観 平面形状は八角形

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申問公園緑地課 **問**43-9141

「元気応援！お得一ポン事業」協働事業者募集



国保特定健診と国保人間ドックの受診者に対し、施設などの優待クーポンの提供が可能な協働事業者を募集します。

●事業期間 4月1日～7年8月末
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

📅申問1月4日(木)～24日(水)に
国保年金課

☎43-9376 📠44-9106

種差海岸休憩所ショップ出店者募集



種差海岸休憩所で飲食および物産を販売する出店者を募集します。

●使用期間 4月1日から5年以内
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

📅申問1月9日(火)～2月5日(月)
に申請書類を観光課に提出

☎43-9536

企画展「わたしの種差・ぼくの階上～写真編～」写真募集



「わたしの、ぼくの、一番好きな種差海岸・階上地域」をテーマ・題材に撮影した写真を募集します。

応募写真は、2月～3月開催の企画展で展示します。



●サイズ ハガキサイズ～A3以下、写真サイズの場合は四ツ切以下。(縦横自由)

※詳しくはホームページをご覧ください。

📅1月14日(日)までに郵送または直接提出

📍種差海岸インフォメーションセンター ☎51-8500

令和6・7年度(定期年)建設工事等入札参加資格審査申請の受け付け



市が発注する建設工事や、測量・建設コンサルタントなどの業務の入札参加を希望する業者を募集します。※建設工事と小規模修繕の両方に登録することはできません。

●有効期間 6月1日～8年5月31日

📅申問1月9日(火)～2月22日(木)

に申請書を契約検査課に提出
※郵送は2月9日(金)まで(消印有効)

※市内に本店がある場合は原則持参してください。

☎43-2133

小規模修繕契約希望者登録申請の定期受け付け



●有効期間 4月1日～8年3月31日

●対象 市が発注する市の施設に係る小規模な修繕契約(50万円以下の軽易なもの)を希望する、次のいずれにも該当する事業者

▷市内に本店または住所がある法人や個人で、八戸市請負工事等競争入札参加資格者名簿に登録されていない者※建設工事と小規模修繕の両方に登録することはできません。

▷市税の滞納がなく、修繕の履行に必要な許可などを受けている者

📅申問2月1日(木)～29日(木)に
申請書を契約検査課に提出

☎43-2158

暮らし

霊園維持管理料の納付は「口座振替」が便利です



●申込方法 納入通知書・預貯金通帳・通帳の届出印をお持ちの

上、取扱金融機関で申し込み
●取扱金融機関 市内の各金融機関(青森銀行・みちのく銀行・青い森信用金庫は青森県内の店舗、八戸農業協同組合は三戸郡内の店舗を含む)、全国のゆうちょ銀行

※市外の金融機関では申込用紙を備え付けていませんので、希望する人は市民課までご連絡ください。

📍市民課 ☎43-9193

八戸駅のバス・タクシープール、バスターミナルへの一般車両の進入は禁止です



送迎などで八戸駅を利用する場合は駐車場を、降車のみの場合は、西口広場駐車場内と東口タクシープール隣の降車専用レーンをご利用ください。

降車専用レーンは駐車禁止ですので、同乗者を降ろしたら速やかに発車しましょう。

※西口・東口広場駐車場は、送迎用として30分までは無料ですが、30分を過ぎると駐車料金に上限がありませんのでご注意ください。

📍都市政策課 ☎43-9420

犬の登録と狂犬病予防注射



生後91日以上飼育犬は、必ず登録し、毎年度狂犬病予防注射を受けさせましょう。

【犬の登録】

●手数料 1頭3,000円

●受付場所 衛生課

※交付された犬鑑札を首輪などに装着してください。また、登録事項に変更があったときは衛生課にご連絡ください。

【狂犬病予防注射】

今年度の狂犬病予防注射を済ませていない飼い主に、案内は



がきを送付します。はがきが届いたら、動物病院で速やかに注射を受けさせてください。飼い犬が注射不可の診断を受けた場合は、衛生課に診断書を提出してください。なお、今年度の注射の受け付けは1月末までです。
 衛生課 ☎38-0721

政治家の寄付は禁止、有権者が求めることも禁止されています



年末年始は贈り物やお祝い事をする機会が多いシーズンですが、政治家が選挙区内の人に、お金や物を贈ることや、答礼のための自筆によるものを除き、年賀状・寒中見舞状などのあいさつ状(電報なども含む)を出すことは、公職選挙法で禁止されています。また、有権者が政治

家に寄付や贈り物を求めることも禁止されています。

ルールを守って、明るい選挙を実現しましょう。

選挙管理委員会 ☎43-9167

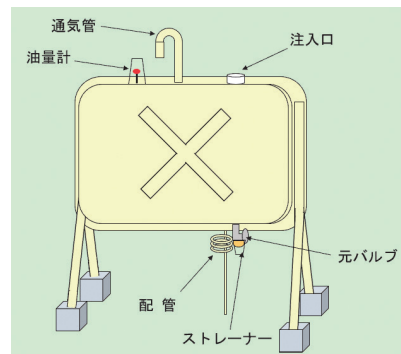
ホームタンクを点検しましょう



老朽化や積雪・落雪、地震などの影響により、ホームタンクの油の漏えい事故が発生すると、火災や水質・土壌汚染を引き起こし、農作物や魚類などに被害を及ぼす可能性があります。

事故が発生した場合、土の入れ替えや河川等へのオイルフェンス設置などを行わなければならない、高額な費用を原因者が負担することとなりますので、日頃からホームタンクの自主点検をして事故を未然に防ぎましょう。

●点検のポイント



- ▷タンク本体に腐食や変形はないか
- ▷ストレーナーや配管に亀裂や変形、漏れはないか
- ▷油量計の減りが使用量以上に早くないか
- ▷タンク下部に油のにじみなどの変色はないか
- ▷周囲に灯油の臭いがないか

消防本部予防課 ☎44-2133

無料 1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(☎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 ①～⑪くらし交通安全課(市庁別館7階)、⑫島守市民サービスセンター(保健相談室)

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	👤	1/15(月) 申し込みは1/11(木)8:30から電話で先着5人 1/26(金) 申し込みは1/24(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	👤	1/23(火)13:00~16:00 申し込みは1/16(火)・17(水)に電話で	行政書士
④	税務相談 市民	👤	1/10(水)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	👤	1/12(金)・22(月)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)	👤	1/9(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)	👤	1/16・30の各(火)13:00~16:00	宅地建物取引士
⑧	住宅相談 (家の新築やリフォームに関する事など)	👤	1/19(金)13:00~16:00	建築士
⑨	公証人相談	👤	1/23(火)9:00~12:00	公証人
⑩	行政相談	👤	1/11・18・25の各(木)13:00~15:00	行政相談委員
⑪	人権相談	👤	1/10・17・24・31の各(水)9:00~12:00、13:00~16:00	人権擁護委員
⑫	人権相談(南郷地区)	👤	1/9(火)9:00~12:00	人権擁護委員

**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
1月30日(火)
- 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
- ☎ 019-625-4079

雇用

**「八戸市無料職業紹介所」
をご利用ください**



企業の人材確保と求職者の早期就職を支援します。

- 開設時間 8時15分～17時
※ 土・日・祝日・年末年始を除く
- 場所 産業労政課
- 取扱業務
 - ▷ 求人・求職…八戸圏域内事業所の求人登録、紹介。八戸圏域内事業所へ就職を希望する求職者の求職登録、紹介。
 - ▷ 職業相談…雇用アドバイザーによる就職などに関する個別相談(9時～16時)
- ※ 求人・求職情報はウェブサイト(八戸都市圏ジョブ市場)でも登録・閲覧可

固 産業労政課
☎ 43-9038



**ジョブカフェあおもりが
就職活動をサポートします**



ジョブカフェあおもりサテライトスポット八戸では、ハローワークを併設し、就職活動に役立つさまざまな支援を行っています。

- 対象 45歳未満の求職者
- 支援内容 ▷ 職業適性診断
 - ▷ キャリアカウンセリング…就職や仕事に関する相談、面接練習、応募書類の添削、職業適性診断の結果解説など
 - ※ 対面相談は毎週(水)要予約(電話またはHPから)、テレビカウンセリング(リモート)は随時受け付け
 - ▷ 出張カウンセリング(月2回・不定期)
 - ▷ パソコン利用…応募書類作成・印刷、タイピング練習、就職情報検索など
 - ▷ 求人検索・職業相談・職業紹介(ハローワークコーナー)
 - ▷ オンラインで気軽に学べる！
就活あおゼミ…自宅や学校にしながら聴講可能(HPから申し込み※Zoom使用)
 - ▷ 就職支援セミナー(不定期)…パソコン・自己分析講座など(求職活動実績になります)

※ 詳しくはお問い合わせください。

固 ジョブカフェあおもりサテライトスポット八戸(市庁別館1階) ☎ 43-7611

**UIJターン助成金が
あります**



UIJターン就職者に、各種助成制度を実施しています。

- ▷ 移住支援金 東京23区に在住または通勤していた人が八戸市へ移住し、就業(就業先の要件あり)した場合または移住元の業務を引き続きテレワークで実施する場合、もしくは起業支援金の交付決定を受けた場合に、移住支援金を支給します。
- ▷ ほんのり温ったか八戸移住計画支援助成金 北東北3県以外に居住する45歳未満の人を対象に、採用決定後の引越費用・住宅費・学用品購入費などの一部を助成します。※ 移住支援金との併給はできません。
- ※ 詳しくはお問い合わせください。
- 固 産業労政課 ☎ 43-9038

**公共職業訓練「住宅建築
施工科」3月期受講生募集**



- 訓練期間 3月6日(水)～8月30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)
- 固 1月10日(水)～2月13日(火)

職業訓練センター受講者募集

固 八戸地域職業訓練センター
☎ 46-3360

	エクセル応用コース	ワード応用コース
開講日	2/6(火)～3/5(火)	2/6(火)～3/5(火)
時間	9:00～12:00	13:30～16:30
定員(対象)	10人 (エクセルの基本操作ができる人)	10人 (ワードの基本操作ができる人)
受講料	8,400円(テキスト代別途)	8,400円(テキスト代別途)
窓口申込	1/5(金)～31(水)	1/5(金)～31(水)
電話申込	1/5(金)～29(月)	1/5(金)～29(月)

広告

にハローワークへ申し込み

【訓練見学説明会】

- 日時 1月25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

☎青森職業能力開発促進センター八戸実習場 ☎73-5535

青森県最低賃金が改正されました



県内で働く全ての労働者に適用されます。なお、製造業と小売業の一部には特定(産業別)最低賃金が別に定められています。

- 改正日 5年10月7日
- 改正金額(時間額) 898円(改正前 853円)

☎青森労働局労働基準部賃金室 ☎017-734-4114

税金

償却資産の申告期限は1月31日(水)です



1月1日現在、償却資産を所有している事業者は、資産税課へ償却資産の申告が必要です。適正な固定資産税の算定のため、忘れずに申告しましょう。

- 対象 事業を行っている法人や個人が所有している土地・

家屋以外の事業用資産(太陽光発電事業パネルなども含む)
※期間間近は大変込み合いますので、早めに申告しましょう。
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎資産税課 ☎43-9037

法人の設立・変更の届け出は忘れなく



次の場合は、住民税課に届け出が必要です。

- ▷法人を設立したとき
- ▷法人を解散・清算したとき
- ▷法人の所在地・名称・代表者・資本金・事業年度などに異動があったとき

●届出様式 住民税課で配布(市ホームページからダウンロード可)
※添付書類など、詳しくはお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

☎住民税課 ☎43-2179

県税の納付には口座振替をご利用ください



県税の納付には、便利で安全・確実な口座振替をご利用ください。

- 口座振替を利用できる県税 自動車税種別割、個人事業税、法人県民税・法人事業税、地方法人特別税(特別法人事業税)、軽油引取税

●取扱金融機関 県内に本支店がある地方銀行、信用金庫、信用組合、労働金庫、農協、漁協、ゆうちょ銀行(県外本店の金融機関は県内支店に限る)

●申込方法 通帳と預貯金の届出印をお持ちの上、最寄りの取扱金融機関または三八地域県民局県税部で手続き

※自動車税種別割の口座振替申込み期限は、毎年4月30日ですので、お早めにお申し込みください。

※口座振替済通知書および自動車税種別割納税証明書の送付は行いません。口座振替による納付の確認は、預貯金通帳への記帳でご確認ください。

☎三八地域県民局県税部 ☎27-5111(内線211・327・357)

1月の納付 【納期限】1/31(水)

国民健康保険税(第7期)

■納税相談

【夜間窓口】

1/23(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7期)

☎介護保険課 ☎43-9285

後期高齢者医療保険料(第7期)

☎国保年金課 ☎43-9065

■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

令和5年度コミュニティ助成事業の実績を紹介します

☎災害対策課 ☎43-9225

(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、自主防災組織^(※)が行う地域防災活動に必要な資機材の整備などに対して助成を行っています。

令和5年度は、「高館地区連合町内会自主防災会」が助成を受け、避難所用間仕切り・災害備蓄マットを整備しました。



(※)自主防災組織…「自分たちの地域は自分たちで守る」を目的として、地域住民により自主的に結成され、災害による被害を予防・軽減するために活動を行う組織

「児童虐待・DVかな？」と思ったらご連絡を！



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク

【児童虐待相談】 身体的、性的、心理的な虐待、ネグレクト(育児の怠慢・放棄など)

八戸市こども家庭相談室(八戸市子ども家庭総合支援拠点)	☎38-0703(直通) ☎こども家庭相談室 ※メール相談も受付
児童相談所 虐待対応ダイヤル	☎189(全国共通) ※24時間受付・通話無料
子ども虐待ホットライン(青森県八戸児童相談所)	☎0120-74-6552 ※24時間受付・通話無料

【DV相談】 配偶者や恋人、パートナーなどからの身体的、精神的、性的な暴力に悩んでいる人

八戸市配偶者暴力相談支援センター	☎38-7339(直通) ☎八戸市配偶者暴力相談支援センター ※メール相談も受付
DVホットライン(青森県女性相談所)	☎0120-87-3081 ※24時間受付・通話無料
DV相談ナビ	☎#8008
DV相談+	☎0120-279-889 ※24時間受付・通話無料 10か国語に対応



市営バス全線が一日乗り放題！「エコパスポートシリーズ」販売中！

夏休み・冬休み・春休みの期間中、えんぶりの日にバスをお得に利用できる乗車券を販売しています。※すべて紙の券で販売

- 券 種
 - ▷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人が対象・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

冬休み期間
12/23(土)~1/14(日)
えんぶりの日 2/17(土)

固運輸管理課 ☎25-5141



自動販売機設置事業者を募集します

施設名称	設置場所	台数	担当課	電話番号
① 美術館	ティールーム	1	美術館	45-8345
② 八戸地域職業訓練センター青山荘	1階ホール	1	産業労政課	43-9038
③ 第一魚市場	1階	2	水産事務所	33-2115
④ 第二魚市場	1階	2		
⑤ 第三魚市場	1階	4		
⑥ 是川縄文館	2階自動販売機置場	1	是川縄文館	38-9511
⑦ 島守コミュニティセンター		1	島守市民サービスセンター	83-2111
⑧ 総合教育センター	1階ホール	1	総合教育センター	46-0521
⑨ 八戸ポータルミュージアム	1階自動販売機スペース	1	八戸ポータルミュージアム	22-8228
⑩ 八戸ポータルミュージアム	4階自動販売機スペース	1		
⑪ 八戸ポータルミュージアム	5階自動販売機スペース	1		
⑫ 蕪島休憩所		1	観光課	43-9536
⑬ 八戸市勤労青少年ホーム	1階ホール	1	教育指導課	43-9461
⑭ 小中野公民館	1階ホール	1	社会教育課	43-9516
⑮ 大館公民館	駐車場	1		
⑯ 田面木公民館	玄関前	1		
⑰ 白銀南公民館	敷地内	1		
⑱ 江陽公民館	1階ホール	1		
⑲ 柏崎公民館	玄関ホール	1		
⑳ 上長公民館	敷地内	1		

- 貸付期間 ①~⑪ 6年4月1日~11年3月31日(5年間) ⑫ 6年4月1日~10年3月31日(4年間)
⑬~⑳ 6年4月1日~9年3月31日(3年間)
- 選考方法 設置場所貸付料の一般競争入札
- 募集要項・申請書類 5年12月20日(水)から各施設担当課で配布(市ホームページからダウンロード可)
- 申込方法 必要書類を直接各施設担当課に持参

より多くの年金を受給したい国民年金加入の皆さんへ

老齢基礎年金(65歳になったときに受けられる年金)に上乗せして、より多くの年金を受給することができる制度に、**付加年金**と**国民年金基金**があります。

	付加年金	国民年金基金
対象	次のいずれかに該当する人 ▷国民年金第1号被保険者(自営業者・農林漁業者・パートなど)で、国民年金の保険料を納めている人 ▷65歳までの任意加入被保険者	
保険料・掛金	月額400円 ※申し込みした月から	加入時の年齢、選択する年金のタイプ・口数によって決まります。
受け取る年金額	納めた月数×200円を毎年受け取ることができます。	年金のタイプや加入口数を選択して、年金額を自由に設計できます。
手続き・問い合わせ	▷八戸年金事務所 ☎44-1742(案内2-2)  ▷国保年金課⑦番窓口 ☎43-9079	全国国民年金基金 ☎0120-65-4192 ホームページはこちら 

※付加年金と国民年金基金は、同時に加入することはできません。

※国民年金保険料の免除を受けている人は、加入できません。

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。

健康姿勢講座「姿勢と腰痛」編 要申込

- 日時 1/6(土)13:00 ●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)
- 申込 KCSセンター城陽八戸出張所 ☎070-2217-5263(佐々木)
- 迎春! Let'sチャレンジフラ! ハワイ文化や踊りに触れて楽しもう! 要申込

- 日時 1/6(土)【冬休み親子 子どもフラ体験会】14:15~15:00【迎春フラ体験会】15:30~16:30 ●場所 はっち
- 内容 ハワイ文化に触れたり、フラの基本や踊りを楽しむ迎春特別企画 ●講師 マハナ聡美 ●参加費 1,000円
- 申込 マハナさとみフラ&ハワイアンスタイルウクレレ教室 ☎090-1497-9506(平田)



児童発達 オンライン相談会 要申込

- 日時 1/15・19、2/5・16、3/4・15の各第1(月)・第3(金) 9:00、10:30 ●場所 オンライン開催(Zoom)
- 内容 児童発達に詳しい言語聴覚士が相談を受け付け
- 対象 子どものことばや発達について悩んでいる人や病院・施設に相談することをためらっている人
- 申込 (社福)サポートセンター虹 聴こえとことばの相談「い〜はと〜ぶ」 ☎20-0862(浪岡・澁屋)

硬式テニス親子体験会 要申込

- 日時 1/21(日)12:00~13:30 ●場所 八戸市福祉体育館
- 対象 小学生とその保護者(子どものみ可) ●定員 10組程度
- 参加費 1組500円 ●持ち物 室内用運動靴(ラケット貸出)
- 申込 岡沼 ☎090-9432-0746

第4回青森県民公開講座 要申込


- 日時 1/25(木)15:00~16:00 ●場所 ①弘前大学医学部コミュニケーションセンター ②脳卒中・心臓病等総合支援センター(実況中継) ③Zoom配信 ●内容 (1)心臓リハビリで心臓病の再発を予防しよう(治療中の方は主治医へ事前相談) (2)個別相談会(希望者) ●定員 ①③各100人、②10人
- 申込 電話・Eメール・ホームページまたは申込フォームから青森県・弘前大学医学部附属病院脳卒中・心臓病等総合支援センター ☎0172-39-5459  申込はこちら
- Eメール noushincenter@hirosaki-u.ac.jp 

あおもり県民カレッジ三八地区地域キャンパス講座

歴史講座「八戸えんぶりのすべて」要申込

- 日時 1/19(金)13:30~15:30 ●場所 はっち2階シアター2 ●講師 古里淳 ●定員 70人
- 申込 あおもり県民カレッジ事務局 ☎017-739-0900 三八学友会事務局 ☎35-5674


「産業カウンセラー養成講座」無料体験講座 要申込

- 日時 1/27(土)13:30~15:30 ●場所 はちふくプラザねじょう ●内容 産業カウンセラーとは、講座紹介、ミニ講座、体験ワーク(希望者) ●定員 12人
- 申込 氏名・電話番号(Eメールアドレス)・研修日を明記し、FAXまたはホームページ「フォームによるお問合せはこちら」から申し込み
- 申込 日本産業カウンセラー協会東北支部  申込はこちら
- ☎022-715-8114 FAX022-715-8115

ギャンブル依存症セミナー&家族相談会 in 八戸

- 日時 5年12/24(日)12:30~15:00(受付開始12:00)
- 場所 友の会福祉会館(長根) ●内容 当事者体験談や家族体験談、講師による公演から依存症に対する理解と効果的な対応方法を学ぶ ●講師 馬渡晃弘(青南病院医局長)、田中紀子<(公社)ギャンブル依存症問題を考える会>
- 申込 全国ギャンブル依存症家族の会青森 ☎090-3755-2781(遠藤) E gdfam.aomori@gmail.com

「みんなで気を付けよう!脳卒中と心臓病の川柳コンテスト」作品募集 要申込

- テーマ 脳卒中と心臓病の予防について ●応募資格 青森県民・青森県在住の人 ※最優秀賞1人、優秀賞2人、佳作1人に賞状を進呈します。
- 申込 2月15日(木)までに住所・氏名・年齢・電話番号・川柳(3作品まで)・ペンネームをEメール・郵送・ホームページまたは申込フォームから青森県・弘前大学医学部附属病院脳卒中・心臓病等総合支援センター
- 申込 ☎0172-39-5459 FAX0172-39-5448  申込はこちら
- Eメール noushincenter@hirosaki-u.ac.jp 