

いっしょに、よむ・する・はなす

広報



# はらのへ

こどもの国に整備している「大型遊具ひろば」に、今年の4月から新たにできた「オムニスピナー」で遊ぶ子どもたち。乗るのも回すのも楽しそうだけど、ちょっと目がまわりそう？

## 特集

ずっと元気であるために  
今から始める介護予防

2024



No.1391





＼新しい遊具が増えてパワーアップ！／

# おいでよ！ こどもの国

## インクルーシブゾーン

年齢、体力、障がいの有無に関係なく遊べるインクルーシブ遊具があるゾーンです。



これなら  
こわくない！

### 1 3連サポート付ブランコ

体を支える力が弱い子どもでも遊ぶことができる安全サポート付ブランコです。



### 2 オムニスピナー

姿勢を保持しやすいハイバックシートがある回転遊具。大人から子どもまで一緒に楽しめます。



回せ回せ～！



ママもいっしょに  
乗ろうよ～！

せーので いっしょに  
すべろう！



### 3 プレイポートワンダー

自分にあった遊びを楽しめる多種多様なアイテムが魅力的な複合遊具。



これなに？





# 大型遊具ひろば

岡公園緑地課  
TEL 43-9437



## アクティブゾーン

6～12歳を対象とした、アクティブな遊具があるゾーンです。

### 4 いかずきんズキャッスルコンビ

滑り台や一本橋渡りなど、子どもの好奇心をくすぐるアイテムが複合された大型遊具。

ゆれるから  
しんちょうに…



すごいスピード感！



いろんなすべりだいで  
遊べて楽しい♪



## まだまだ増えます！みんなが遊べる公園を目指して



〈完成イメージ〉

4

今後も、子どもの多様なニーズに応じた遊び憩える場として、全ての子どもが楽しく遊ぶことが出来る空間を整備していきます。

来年度も続々遊具が増える予定ですので、お楽しみに！

インクルーシブゾーン

2

1

3

アクティブゾーン

令和7年完成予定

令和7年完成予定

令和8年完成予定

令和8年完成予定

令和8年完成予定

【整備箇所（こどもの国）】



八戸に大型遊具ができて  
うれしいです！  
完成を楽しみにしています！

遊びに来ていた親子



\ パパ・ママ必見! /

# 子ども・子育てインフォメーション

## 10月から高校生などの通院の医療費を助成します

子育て支援課 ☎43-9428

市では、子ども医療費給付事業として、市内の中学生までの通院・入院、高校生など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。

10月診療分から、高校生などの助成区分を「入院のみ」から「通院・入院」に拡大します。高校生などの子どもが助成を受けるためには、申請が必要です。

対象になるとされる世帯には、6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。

※すでに高校生入院の受給資格をお持ちで有効期間が6年6月～8月末で終了する子どもについても、改めて申請が必要となります。

※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。



市ホームページは  
こちら

## 新生児聴覚検査費用を助成しています

申問すくすく親子健康課 ☎38-0374

赤ちゃんの「聞こえ」の異常を早期に発見することで、適切な治療や支援につなげるために、新生児聴覚検査の費用を助成しています。県内の委託医療機関で利用できる受診票を、妊娠届出の際に母子健康手帳と一緒にしてお渡ししていますので、出生後の検査時に使用してください。

また、県外への里帰り出産などにより受診票を使用できなかった人は、払い戻しによる助成をしますので、次のとおり申請手続きをしてください。

- 対 象 検査時に八戸市に住所がある新生児
- 助 成 額 一部または全額助成(検査時期や検査内容による) ※初回検査、再検査を含めて2回まで
- 持 ち 物 母子健康手帳、領収書、振込口座がわかるもの
- 申請期間 検査受診日から6か月以内
- 申請場所 すくすく親子健康課(総合保健センター3階)



市ホームページは  
こちら

## ひとり親家庭等就業支援講習会

申問こども家庭相談室 ☎38-0703

青森県母子寡婦福祉連合会 ☎017-735-4152

- 【共通】 ●対 象 ひとり親家庭の親または子、寡婦 ※定員超過の場合は書類選考などあり
- 受 講 料 無料(教材費など一部負担あり、自己都合で受講を中止する場合、受講料の本人負担あり)
- 申込方法 申込書(こども家庭相談室で配布)をこども家庭相談室または青森県母子寡婦福祉連合会に提出

	パソコン講習会(個別指導)	簿記講習会	介護職員初任者研修	キャリアカウンセリング
日時	8/30(金)～11/27(水) 開校日・閉校日 18:30～20:30 その他 受講生と講師との調整による (全34時間)	9/3(火)～12/19(木) の毎週(火)(木) (全32回)	9/26(木)～11/25(月) の各(月)(木)	内容 個別面接により就職活動を支援(1～2時間程度)
場所	ベストフレンド ICT スクール(内丸)	㈱ビジネスマインド(根城)	ニチイ学館 八戸根城教室	場所 はちふくプラザねじょう ほか
定員	7人	10人	1人	申込期間 通年
申込期間	7/8(月)～8/9(金)			市ホームページは こちら



市ホームページは  
こちら

## 7月の相談・教室など

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  オンライン相談  電話相談  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	はちまむ相談 (母子健康相談)  	(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)			すくすく親子健康課 ☎38-0711
	はちまむサロン (妊産婦交流会) <b>要申込</b>	19(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	オンライン相談は、市ホームページからも申し込み可
	産後ケア事業 <b>要申込</b>	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 	10(水) 受付 9:45～10:00	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 	終了は12:00ごろ	1歳～2歳ごろ			
	2～3歳児発達相談 のびのびクラス <b>要申込</b> 	18(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 <b>要申込</b> 	11(木)9:30～15:15 (初回相談 9:30～10:30)	おおむね 3歳6か月～5歳			
	療育相談 <b>要申込</b>	8(月)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  	3(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。			
	乳児股関節脱臼検診 <b>要申込</b>	毎週(水) 受付 12:40～13:00 総合保健センター(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	2(火) 16(火)	4年11/28～12/9生 4年12/10～12/24生	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	9(火) 23(火) 30(火)	2年12/29～3年1/13生 3年1/14～2/1生 3年2/2～2/15生			
	すくすく離乳食教室 <b>要申込</b>	12(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週間前までにすくすく親子健康課 ☎38-0712 母子手帳アプリ 母子モからも申し込み可	
その他	不妊専門相談 <b>要申込</b> 	17(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。			

## ヤングケアラーかな？と思ったら、ご連絡を！

ヤングケアラーとは、本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている子どものことです。負担を抱え、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。

ヤングケアラーは、自分からサポートを求めることが難しいと言われています。支援を必要としているのではないかと感じる子どもや家族がいたら、お気軽にご連絡ください。

※メール相談もお受けします。



岡こども家庭相談室(八戸市こども家庭センター) ☎38-0704 [welfarefamily@city.hachinohe.aomori.jp](mailto:welfarefamily@city.hachinohe.aomori.jp)



キラリ！学校自慢

# 湊中学校

生徒のみなさんが学校のいいところを紹介！

## 学校メモ

○住 所 白銀町字右新井田道  
13番地2

○生徒数  
1 学年 89人  
2 学年 80人  
3 学年 88人 計 257人  
(令和6年4月1日現在)

## 歴史と伝統、そして地域に根差した学校



### 湊坂道ウォーク

湊地区で作成された「湊町坂道ものがたり」に掲載している24の由緒ある坂道を、入学したばかりの1年生全員が歩いて巡ります。教職員・保護者・湊中親父の会の全面バックアップを受け、住民の方々にも応援していただいています。地域の良さを見直す良い機会です。

### 湊沖揚音頭



1年生の希望式では「湊沖揚音頭保存会男組」の方々のご指導のもと、伝統芸能である沖揚音頭を披露します。

### 「湊ぶらり旅」講演会



地域の方々が先生となり、地区の歴史や坂道の由来などを、クイズを交えて楽しく教えていただきます。

### 春の避難訓練



町内会長の皆さんをお招きし、住んでいる地域についての防災上のポイントや心得を学びます。

## 踊る湊中 Let's Dance !

### 伝統のよさこい 体育祭・立志式



9月の体育祭では全校生徒がよさこいを披露！湊中伝統のよさこいは、上級生から後輩に伝授され、体育祭のほか、希望式や立志式でも演じられます。



2年生の立志式では、男組・女組の演舞も行われました。

### ダンスコンクール 文化祭



最高潮に盛り上がるのは、文化祭のダンスコンクール！

9月にダンス講習会を開催し、専門家の指導を受けて、学級対抗でオリジナルダンスを作り上げます。

# ずっと元気であるために 今から始める介護予防

「介護予防」とは、高齢者が要介護状態や寝たきりになることを防ぐことを指します。また、要支援の認定を受けた人や、軽度認知症の症状の悪化・進行を遅らせることも「介護予防」に含まれます。

「自分は元気だから必要ない」と考えている人も、元気なうちから介護予防に取り組んでみませんか。



## 介護予防はなぜ必要なの？

高齢になると、体力が低下して筋肉や骨が弱まり、ちょっとした段差で転んで骨折したり、そのまま寝たきり状態になったりする可能性が高まります。また、活動する機会や人と接する機会が減少すると、脳への刺激がなくなり、認知機能が退化しやすくなってしまいます。

住み慣れた地域で、自分らしく生き生きとした生活を続けるために、介護予防が必要なのです。

## 介護をする人も介護を受ける人も、さまざまな負担が...

### 身体的な負担

介護をする人は、移動介助や衣服の着脱、トイレや入浴の介助など、介護を受ける人の体を1日に何度も持ち上げたり、支えたりすることで、腰、ひざ、腕などに過度な負担がかかります。また、散歩や通院の付き添いからくる疲れもあります。



### 経済的な負担

介護サービスを介護保険の支給限度額内に収めたとしても、在宅介護では紙おむつや防水シーツ、介護食品などの日用品に費用がかかります。また、介護をする人が介護離職をして収入が減ると、貯蓄や年金などに頼ることになり、経済的な不安を抱えることにもなります。



### 精神的な負担

介護をする人は、介護を受ける人に対してよかれと思ってしたことが伝わらなくていらだったり、介護を受ける人の言動について怒鳴ってしまい、そのたびに自己嫌悪に陥るといったケースがあります。また、他の家族の非協力的な姿勢からストレスをためてしまうこともあります。



介護を受ける人は、介護させることを申し訳ないと感じたり、これまでの生活が変わることに不安を感じたりします。

また、自分でできていたことができなくなったことを恥ずかしいと思ったり、自尊心が傷付いたりして、介護を拒否することもあります。



## 健康で生きがいのある人生を

人は誰しも、年齢を重ねるごとに、いつまでも元気で明るく楽しい人生を過ごしたいと願うものです。病気をせず、介護を必要とせず、いつまでも健康であるためには、元気なうちから食生活の改善や適度な運動などによる健康づくり、介護予防に取り組むことが重要です。

市では、皆さんの健康を応援するため、「介護予防センター」や地域の「高齢者支援センター」で介護予防に関するさまざまな支援を行っています。

支援の内容は  
次のページへ



# 健康なうちから取り組むことが大切！/ 介護予防センターで介護予防・認知症予防

☎介護予防センター ☎38-0726

高齢者が、健康なうちから介護予防や認知症予防に取り組むための総合的な支援を行っています。各種事業はすべて無料です。

市ホームページは  
こちら



## 利用できる人

- 八戸圏域(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)にお住まいのおおむね65歳以上で、介護予防に関心がある人 ※要介護や要支援の認定を受けている人、総合事業を利用している人を除く
- 介護や認知症などに関心がある人、介護をしているご家族

### 体操会 予約不要

介護予防のために、体操やストレッチ、軽い筋トレをします。  
※ひとり週1回まで



### 集いの場 予約不要

各専門職員による心と体が元気になるミニ講話や脳トレ、レクリエーションなどをします。  
※ひとり週1回まで



### 思い出回想法

昭和の思い出を語り合い、仲間と一緒に介護予防に取り組みます。



### シニアいきいき教室 (介護予防教室)

心身の機能低下を予防し、元気でいきいきと過ごせるよう、介護予防や認知症予防に関するさまざまな教室を開催しています。

### 家族介護教室

在宅で介護している人や介護に関心のある人が、介護の知識を深めるための教室です。専門職員などが介護に役立つポイントをわかりやすくお話しします。

### 元気高齢者のための介護予防 カウンセリング(介護予防相談)

運動や体力の維持・向上、認知症予防や食生活改善など、各専門職員が相談に応じます。

運動・体力に関する相談

食生活に関する相談

認知症予防に関する相談

介護予防に関する相談

### 認知症カフェ 「はちのへ」

認知症の人や家族、認知症について関心のある方が交流できます。

### 認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の方や家族をあたたく見守るサポーターを養成します。



※掲載した事業のほかにも、さまざまな取り組みを行っています。今月の予定は、21ページの健康ガイドまたは市ホームページをご覧ください。

※マスクの着用などについて、ご理解とご協力をお願いします。

## 介護予防事業に参加した皆さんの声を紹介します

1週間に1回「集いの場」に来て、お友達と会えるのが、とても楽しみにしています。

「介護予防教室」に参加して、書面での説明を読むよりも、言葉として耳から聞く方が、より自覚ができてよかったです。

「家族介護教室」では、具体的な体験談をお話しくださり、一致する事が多々あったため、わかりやすく、聞きやすかったです。

「認知症カフェ」は、いろいろと工夫された教材で、子どもにかえて作業できました。初めて出会う人達とも会話がはずんでとても楽しかったです。



# ＼ 自立した生活を支える！／ 介護予防・日常生活支援総合事業があります

岡高齢福祉課 ☎43-9189

介護保険の認定を受けなくても、一人一人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、支援を行っています。

市ホームページは  
こちら



## 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、「事業対象者」に該当した人

## 訪問型サービス

	訪問介護相当サービス	訪問型サービス A (通称:うみねこヘルパー)	訪問型サービス C (短期集中予防サービス)
内 容	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、日常生活を支援します。	生活援助(掃除や洗濯、買い物、調理など)を行い、低額で日常生活を支援します	3～6か月間、 <b>集中的に低栄養状態の改善</b> を図ることを目的としたサービスを提供します。
サービス提供者	資格を持ったホームヘルパー	訪問支援員 (市の指定する研修修了者)	市の管理栄養士
自己負担費用 (目安)	利用料金は、利用回数や所得金額により異なります。	※週2回までの利用 1回30分未満 161円 1回30分以上45分未満 181円	無料

## 通所型サービス


	通所介護相当サービス	通所型サービス A	通所型サービス C (通称:8活教室、お口の健康教室)
内 容	食事・入浴などのサービスのほか、生活機能の維持・向上のための機能訓練を日帰り提供します。	通所介護相当サービスをもとに、身体介護を必要としない人向けに短時間・低額でサービスを提供します。	3～6か月間、 <b>集中的に運動機能や認知機能、口腔機能の改善</b> を図ることを目的としたサービスを提供します。
自己負担費用 (目安)	利用料金は、利用回数や所得金額により異なります。	利用料金は、利用回数や所得金額により異なります。	【8活教室(運動・認知複合型)】 週1回コース月額 1,670円 週2回コース月額 3,340円 【お口の健康教室】 月額:1,560円

## お申し込みは、各地域の高齢者支援センターへ

担当地区	高齢者支援センター名	電話番号
市川・根岸	ミライフル	38-7465
下長・上長	はくじゅ	20-4400
田面木・館・豊崎	ハピネスやくら	27-8990
長者・白山台	ちょうじゃの森	46-0817
三八城・根城	みやぎ	71-2271
小中野・江陽	アクティブ24	73-3337

担当地区	高齢者支援センター名	電話番号
柏崎・吹上	八戸市医師会	38-3820
是川・中居林	ミライフル	70-5802
大館・東	みやぎ	32-0316
白銀・湊	えがお	38-1328
白銀南・鮫・南浜	瑞光園	25-0103
南郷	なんごう	70-5102

※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、高齢福祉課までご連絡ください。



# 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5月29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。

### 市民プログラミング教室 **要申込**

**【日時】**7/6(土)13:30~16:30  
**【場所】**総合教育センター 大研修室  
**【内容】**プログラミング的思考とプログラミングによる問題解決の基本について学ぶ  
**【講師】**細川靖(八戸工業高等専門学校准教授)  
**【対象】**市内の小・中学生(親子での参加も可)  
**【定員】**15人  
**【申込】**6/29(土)までに氏名(ふりがな)・電話番号・「市民パソコン教室受講希望」を明記し、FAX・Eメール・はがきで申し込み  
 〓総合教育センター  
 ☎46-0521 ☎46-1155  
 〓webmaster@hec.hachinohe.ed.jp

### 7月5日は「南郷の日」です

**【日時】**7/1(月)~7(日)  
**【内容】**7/5(金)は「南郷の日」。  
 期間中は南郷の各施設やお店でさまざまなイベントやサービスを実施。  
 〓グリーンプラザなんごう  
 ☎82-2902 ☎82-2903

### 第72回八戸七夕まつり

**【日時】**7/12(金)~14(日)18:00~21:00 ※初日は17:00から  
**【場所】**十三日町、三日町、ヤグラ横町の車両通行止めエリア  
**【内容】**例年開催している「はっちひろば七夕飾り」に加え、新企画として、これまでの大型飾りに代わり、三日町~十三日町の街灯間に市民・企業などが製作した七夕飾りを展示する「ストリート七夕飾り」を実施予定。  
 〓中心街委員会事務局  
 ☎20-9272



### 消費者講座 **要申込**

**【日時】**7/9(火)14:00~16:10  
**【場所】**市庁別館2階 会議室C  
**【内容】**初歩から学ぶシニア向けスマホ教室~インターネットを使ってみよう!  
**【講師】**KDDI(株)  
**【対象】**八戸圏域にお住まいのシニアの人(おおむね70歳代まで)  
**【定員】**20人(先着順)  
**【持ち物】**筆記用具 ※Androidスマホを会場でお貸しします。  
**【申込】**7/5(金)までにくらし交通安全課  
 ☎43-9524

### 八戸夏やさいマルシェ & セタブイヤベース

**【日時】**7/14(日)14:00(売り切れ次第終了)  
**【場所】**はっち  
**【内容】**①「糠塚きゅうり」の新レシピ公開 & 料理のお振る舞いPRイベント  
 ②八戸夏やさい & 料理の販売  
 ③市内レストランシェフによるブイヤベースの販売  
 ④地域おこし協力隊・津久井さんによる夏野菜を使用したパンのお振る舞い  
 〓農業経営振興センター ☎27-9163  
 〓nokei@city.hachinohe.aomori.jp

### 性的マイノリティ関連講座 **要申込**

**【日時】**①7/18(木)14:00~16:00  
 ②8/1(木)~9/2(月)オンデマンド配信  
**【場所】**①市庁別館2階 会議室BC  
**【内容】**性的マイノリティの人権課題と最近の動向~家族・友人・同僚・隣人として、それぞれの立場からできることを考える~  
**【講師】**日高庸晴(宝塚大学看護学部教授)  
**【定員】**①20人程度  
**【申込】**6/20(木)~7/12(金)に申込書をFAX・Eメール・郵送・市ホームページから申し込み  
 ②オンデマンド配信は8/29(木)まで  
 〓市民連携推進課  
 ☎43-9217 ☎47-1485  
 〓renkei@city.hachinohe.aomori.jp



### 令和6年度協働のまちづくり活動成果発表会

**【日時】**7/6(土)13:30  
**【場所】**はっち1階はっちひろば  
**【内容】**「元氣な八戸づくり」市民奨励金を活用した6団体による活動成果発表のほか、7/1(月)~7/6(土)にはっち1階ギャラリー1で市民活動パネル展も開催  
 〓市民連携推進課 ☎43-9207



## 北緯 40° ナニヤトラ連邦 二戸☆トピックス

### 伝統技術を継承する「うるしびと」を募集します

二戸市では、漆に興味があり、漆関連産業で自立または就業を目指す人を地域おこし協力隊として募集します。

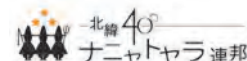
- 【募集締切】**8月13日(火)必着
- 漆 掻き 募集人員: 若干名  
任用開始: 7年5月1日
  - 塗 師 募集人員: 1人  
任用開始: 7年4月1日
  - 文化伝承 募集人員: 1人  
任用開始: 10月1日



市ホームページ



〓申 二戸市浄土寺総合支所 漆の郷づくり推進課  
 ☎0195-38-4472





## 八戸市民大学講座 第4講義

【日時】7/26(金)18:30~20:00

【場所】公会堂

【演題】戦国時代に学ぶ

現代を生き抜く力

【講師】本郷和人

(東京大学史料編纂所教授)

※手話通訳あり。託児は7/19(金)

までに電話で申し込み

固 社会教育課 ☎43-9154



## 朝から元気に!

## 夏休み親子しじょう見学会 要申込

【日時】7/27(土)、8/20(火)

各日6:00~9:00

【場所】中央卸売市場

【内容】活気あふれる朝の青果市場を見学し、食の大切さについて理解を深める。

軽い朝食とフルーツ食べ比べ有り。

【対象】小学生とその保護者

【定員】各日30人程度(申込多数の場合抽選)

【参加費】小学生300円、保護者600円

☎7/5(金)までに氏名(ふりがな)・学年・

電話番号・Eメールアドレス(または

住所)・希望日(希望順)を電話または

Eメールで申し込み

固 中央卸売市場(土・日を除く)

☎28-8888 ☎28-8890

✉ chuo@city.hachinohe.aomori.jp



## テクノロどもロボット教室

要申込

【日時】①8/19(月)②20(火)③21(水)

各日13:00~17:00

【場所】①②児童科学館・③ぱんらぼ(番町)

【内容】初心者でもできるロボット教室。完成したらプチロボコンで出来栄と操縦の腕前を競争。(ロボット持ち帰り不可)

【講師】本波洋(八戸工業大学)ほか

【対象】小学4~6年生・昨年度受講生

【定員】10人

【参加費】3,000円(保険料含む)

☎7/2(火)~26(金)に

児童科学館

☎45-8131 ☎45-8132



## 森林資源PRイベント

## 森のみりょく「ぬくもりフェスタ」

【日時】7/19(金)11:00~18:30

20(土)10:00~17:00

【場所】マチニワ

【内容】木材の利用促進や普及啓発を目的に森林資源を活用した、見る・知る・遊ぶ体験

【対象】八戸圏域にお住まいの人など

固 農林畜産課

☎43-9052 ☎46-5697

## 八戸圏域連携中枢都市圏の形成に関する講演会 要申込

【日時】7/29(月)

【場所】アピル五戸(五戸町字荒町34-3)

【内容】魅力ある地域づくりに向けた議論を深めることを目的とした講演会

【講師】海老原諭(総務省官房総括審議官)

【対象】八戸圏域にお住まいの人

☎7/24(水)までに電話または

市ホームページの申込フォー

ムから申し込み

固 政策推進課 ☎43-9248



## 飲酒運転防止講座 要申込

【対象】市内事業所、官公庁、町内会、老人クラブなど

【料金】講習費用無料※会場の確保などは開催する団体で準備、負担

固 ぐらし交通安全課 ☎43-9218



## 海水浴場を開設します

【期間】白浜海水浴場:7/12(金)~9/1(日)

蕨島海水浴場:7/27(土)~8/28(水)

※ごみの持ち帰りにご協力ください。

※海水浴場周辺には漁業権が設定されています。漁業者の権利を守るため、密漁を行わないでください。

固 観光課(海水浴場) ☎43-9252

水産事務所(漁業権) ☎33-2115



## 博物館

☎8・16・22・29 固 9:00~17:00 ☎44-8111 ☎24-4557

固 根城字東構35-1 ※入館料あり



行事名	日時・場所	内容など
新収蔵資料展—Ⅱ期・歴史—	開催中~7/7(日)	【内容】令和5年度に寄贈された資料のうち、考古分野(土器・陶器など)、歴史分野(漆器類、日本刀など)の資料を紹介
小中学生のための城歩き講座 三戸城編 ~石の城を歩く~ 要申込	7/7(日)10:00 三戸城(三戸町)	【内容】学芸員の案内で三戸城を巡り、三戸城の歴史や当時の暮らしを学ぶ 【対象】小学生以上【定員】20組(40人)【申込開始日】6/20(木) ☎三戸町教育委員会 ☎0179-20-1157(平日9:00~17:00)
ガラス工作に挑戦 ~世界は○△□にあふれてる~ 要申込	7/13(土)13:30~16:00	【内容】ガラスのパーツを自由に組み立てる工作講座 【講師】石橋忠三郎(ガラス造形家)【対象】小・中学生【定員】10組 【材料費】1,500円【申込開始日】6/20(木)
夏季特別展「きらめく八戸 —写真・新聞で見る昭和40年代—」	7/20(土)~9/16(月・祝)	【内容】詳しくは18ページをご覧ください。

## 史跡根城の広場

☎8・16・22・29 固 9:00~17:00 ☎41-1726 ☎41-1756

固 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 体験学習講座 「三色パステルアート体験 ~広場の風景を描こう~」 要申込	7/28(日)10:00~11:30	【内容】赤・青・黄の3色でふんわりやさしいパステル画を描く。初心者や絵の苦手な人にもおすすめ。【講師】佐々木鮎美【対象】小学生以上 【定員】10人【材料費】600円【申込期限】7/27(土)
体験工房 要申込		【内容】①八幡馬の絵付け②えんが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

☎8・9~12・16・22・29 固 9:00~17:00 ☎83-2443

固 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
無料開放	7/5(金)は「南郷の日」のため無料開放	
臨時休館	7/9(火)~12(金)は、特別展の展示設営作業のため臨時休館	
特別展「こけしーみんな なかよしー」	7/13(土)~9/1(日)	【内容】詳しくは19ページをご覧ください。

是川縄文館

☎1・8 開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
考古学講座③ 要申込	7/6(土)14:00～16:00	【演題】新たな分析手法で読み解く是川縄文人の植物利用【講師】能城修一 <small>のしえしゅういち</small> (明治大学黒耀石研究センター)小林和貴 <small>こばやしかずか</small> (東北大学学術資源研究公開センター植物園)【定員】100人 【申込期限】7/5(金)
特別展「縄文の編み／組みの探求 －第4期共同研究展示－」	7/13(土)～9/8(日)	【内容】詳しくは19ページをご覧ください。
シカの角でペンダント作り教室 要申込	7/20(土)9:30～12:00	【内容】シカの角を削って縄文アクセサリ作り 【対象】小学4年生以上【定員】12人【料金】200円【持ち物】エプロンまたは汚れてもよい服装で【申込期限】7/19(金)
①日曜日縄文体験コーナー ②夏休み縄文体験コーナー	①7/7～21の各(日) ②27(土)・28(日) 各日9:30～16:00	【内容】火起こし、滑石・琥珀 <small>こはく まがたま</small> 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。

市立図書館

☎3/1～8/7※問い合わせは電話で(月)～(金)9:00～16:30  
※(土)(日)(祝)対応不可 ☎22-0266 ☎糠塚字下道2-1



行事名	日時・場所	内容など
3/1(金)～8/7(水)は休館します		
雑誌・新聞・住宅地図の 臨時閲覧所の開設	開設中～7/26(金) 各日9:30～16:00 YSアリーナ八戸2階 ホワイエ	【閲覧できる資料】▷新聞(12紙程度):当日から過去1週間分のみ ▷雑誌(20誌程度):最新刊のみ▷ゼンリン住宅地図:八戸市の最新版のみ ※YSアリーナ八戸休館日および(日)(月)(祝)は休止 ※YSアリーナ八戸のイベントなどにより休止する場合があります。
市立図書館・八戸ブックセンター 連携事業 おはなし会	7月の各(土) 各日10:30～11:00 八戸ブックセンター 読書会ルーム	休館中、八戸ブックセンターでおはなし会を開催します。 ※詳しくは、同じページにある「八戸ブックセンター」をご覧ください。
8/8(木)から開館します ※8/1(木)開館予定でしたが 変更しました。		【開館時間】(月)～(金)9:00～19:00、(土)(日)(祝)9:00～17:00【休館日】8/1(木)～7(水)・13(火)・30(金)【貸出数】図書・雑誌:8冊まで、CD:2点まで【貸出期間】15日間 ※書架清掃や休館中に返却された図書の返却処理など、 <small>開館</small> 準備作業に不測の日数を要することから、休館を1週間延長します。

図書情報センター

☎16・31 開10:00～20:00、(土)(日)(祝)18:00まで ☎70-2600  
☎70-2601 ☎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
ほんの定期便スペシャル	開催中～7/30(火)	【内容】市内他館の所蔵資料の中から、よりすぐりの本を展示・貸出
おすすめ図書展示・貸出	【ライフ・サイクル～いのちはめぐる～ 開催中～7/30(火)】【お金 6/29(土)～7/30(火)】	
おとの定期便	7/13・27の各(土)	【テーマ】南国風ミュージック(毎月テーマを決めてCDを流します)

南郷図書館

☎16・31 開9:00～19:00、(土)(日)(祝)17:00まで ☎60-8100  
☎60-8130 ☎南郷大字市野沢字中市野沢39-1



行事名	内容
おすすめ図書展示・貸出	【この謎とけますか? 6/29(土)～7/30(火)】【Listen to JAZZ 6/29(土)～7/30(火)】 【夏休み特集 6/29(土)～8/29(木)】

八戸ブックセンター

☎2・9・16・23・30 開10:00～20:00、(日)(祝)19:00まで  
☎20-8368 ☎20-8218 ☎六日町16-2 Garden Terrace 1F



行事名	日時	内容など
ギャラリー展 「『かおてん。』の裏側」	7/6(土)～9/1(日)	【内容】八戸市美術館で開催する「tupera tuperaのかおてん。」ができるまでの裏側を公開。アイデアスケッチなど作品の舞台裏をのぞくことができる貴重な資料を展示。
アカデミックトーク アートをよむ 「写真家・岩根愛×造本家・町口寛 トークイベント」	7/26(金)18:00	【内容】2018年度「木村伊兵衛写真賞」を受賞し、開催中の「AOMORIGOKAN アートフェス」のメインビジュアルを担当した写真家の岩根愛 <small>いわねあい</small> さんが、ブック デザイナーの町口寛 <small>まちぐち寛</small> さんと、写真のことや写真集についてなど語る 【対象】高校生以上【定員】20人程度
市立図書館・八戸ブックセンター 連携事業 おはなし会	7/6・13・20・27の各(土) 各日10:30～11:00	【内容】紙芝居や絵本の読み聞かせなどを開催(ささやかなおみやげ付き)



## 八戸ポータルミュージアム はっち

休2・9・16・23・30 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
はっちのシーズン セタ	7/3(水)～14(日)	【内容】昭和のセタ写真、吹き流しの展示と短冊コーナーを設置
お祭りinはっち2024 「はっちから観る八戸三社大祭」 要申込	①8/1(木)14:30～17:30 ②2(金)18:50～21:00 2階 ペランダ	【内容】八戸三社大祭のお通りと中日をはっち2階から観覧。車いすなど配慮が必要な人にも対応。【定員】各日50人(申込多数の場合抽選) 【申込方法】ホームページを確認のうえ往復はがきで申し込み 【申込期限】7/5(金)消印有効
2024 杉本敦子 創書 色紙展 PART・XIII「デーリー文芸 天位 入選作品」	7/24(水)～28(日) 10:00～18:00 ※28(日)は17:00まで 1階 シアター1	デーリー東北新聞の文芸欄に掲載された「天位」入選作品を、色紙書写作品として展示。杉本さんの制作した掛け軸・書アートも同時に展示し、色紙展を彩る。色紙展の終了後、色紙は天位入選作者に進呈。

## こどもはっち

休2・9・16・23・30 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	7/7(日)10:30～11:10 4階 こどもはっち	【内容】双子、三つ子などを対象としたサークル【対象】双子、三つ子など 【定員】親子10組【申込開始日】6/23(日)9:30
RUKAわくわくコンサート 要申込	7/11(木)10:30～11:30 1階 シアター1	【内容】オリジナルの歌や体操、手遊びが楽しめる参加型のコンサート 【出演者】RUKA【対象】就学前の子どもをもつ親子【定員】30組 【申込開始日】6/27(木)9:30
プレパパ・プレママひろば 要申込	7/14(日)10:00～11:00 5階 レジデンスA	【内容】沐浴練習やパパの妊婦体験など、子育てについての勉強会(随時予約受付)【定員】3組【参加費】100円
まるごとこどもはっち夏まつり	7/21(日)10:00～14:00	【内容】こども縁日、バルーンアート、芝小僧作り、親子工作など。詳しくはホームページをご覧ください。
はちのへおもちゃ病院	7/21(日)10:00～14:00	【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)
夏休み絵画教室 要申込	7/28(日)①10:00②13:00 ※各回2時間程度 1階 はっちひろば	【内容】好きなものを水彩画で描きましょう。下書きはお家で描いてくるようお願いします。【講師】藤沢彩子【対象】年長～小学生【定員】各回8組 【受付開始】7/7(日)9:30
不登校・ひきこもり相談会 要申込	7/28(日)14:00～16:00 5階 レジデンスB	【内容】不登校や教育などについて相談を希望する親の交流会 【対象】おおむね25歳まで

## 八戸市視聴覚センター 児童科学館

休1・8・16・22 開8:30～16:00 TEL45-8131

FAX45-8132 休類家四丁目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 事前申込優先		
プラネタリウム	7/2(火)～31(水) 平日15:00 (土)(日)(祝)・夏休み期間 ①10:00②11:30 ③13:30④15:00	【内容】『名探偵コナン 灼熱の銀河鉄道』を上映【定員】88人【料金】観覧料
季節の星空散歩「夏の星空」	7/14(日)13:30	【内容】夏の星空を生解説【定員】88人
熟睡プラ寝たリウム	7/23(火)13:30	【内容】毎月23日開催。星空の下で眠ることを目的としたプラネタリウム。 【対象】高校生以上(推奨)【定員】88人【料金】観覧料
おたのしみ劇場	7/7～28の毎週(日)・15(月・祝) 各日14:00～15:30	【内容】子ども向け作品を上映
スペシャルナイト	7/13・27の各(土) ①16:00、17:30 ②17:00、18:00 ③18:00	【内容】①楽しまナイト劇場(16:00子ども向け、17:00大人向け) 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
水棲生物の観察	7/20(土)8:30～12:00 市内(妙蟹沢付近)	【内容】市内の田んぼで水辺の生き物を観察【講師】関下斉(がんじゃ里山の会)ほか【対象】小学生以上(保護者同伴)【定員】20人【料金】100円(保険料)【持ち物】お問い合わせください。【申込期限】7/12(金)
科学館 KIDS工房 セルフ	7/6(土)～31(水) 各日9:15～11:30 13:00～15:30	【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)【料金】200円以内

八戸市美術館

TEL 2・9・16・23・30 開 10:00～19:00 TEL 45-8338 FAX 24-4531  
番町10-4 E art@city.hachinohe.aomori.jp



行事名	日時・場所	内容など
コレクションラボ007 「大久保景造と八戸文化」	開催中～7/8(月)	【内容】画家、詩人、ジャズ喫茶主人、カルチャー雑誌編集など、多彩な分野の文化人・大久保景造を紹介
AOMORI GOKAN アートフェス 2024「つらなりのはらっぱ」		
メイン企画「エンジョイ！ アートファーム!!」	開催中～9/1(日)	【内容】絵画や版画などのさまざまなジャンルで、八戸を拠点に活動する5人のアーティストが、来館者と共に創るプロジェクトを展開
関連イベント 映画上映「海辺の彼女たち」 要申込	7/13(土)	【内容】北国の漁港で働くベトナム技能実習生に焦点を当てた映画を上映 【料金】1,500円 ※上映時間など、詳しくはホームページをご覧ください。
関連イベント 「バナナ・ピクニック」要申込	7/28(日)13:00～17:00 【集合場所】美術館	【内容】八戸近隣に住むベトナム人と交流しながら、おいらせ町をバスで巡る 【定員】10人【申込開始日】6/26(水)
関連イベント 「あなたからダンスを紡ぐ」 要申込	7/7(日)・27(土)①10:30 ②14:30 ※各回2時間程度	【内容】「自分だけのダンスを作ってほしい人」を募集して、磯島未来(ダンサー・振付家)さんがダンスを考え、踊る【定員】各回1組3人
企画展「tupera tuperaのかおてん。」	7/6(土)～9/1(日)	【内容】詳しくは17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 説明会&おさんぽ会	7/13(土)～15(月・祝) 10:00～17:00	【内容】アートな野点の運営を手伝うスタッフを募集。スタッフ希望者向けの説明会を行う。また、おさんぽをしながら野点会場となる場所を探す。 ※歩きやすい服装で【申込期限】7/12(金)
コレクションラボ008 「彩る書」	7/13(土)～10/28(月)	【内容】墨の世界に浸り濃淡や筆致などを感じながら、作品に面白みや趣の彩りを加える楽しみ方を探る展示
ギャラリートーク	7/21(日)11:00～12:00	同館学芸員が展覧会を案内
音楽のタバ	7/20(土)18:00～19:30 美術館 マエニワ	【内容】飲食と音楽を楽しむ【出演】八戸ジャズ楽団
八戸美術館建築ツアーガイド	7/27(土)①10:30②13:30	【内容】市民スタッフ「アートファーマー」が、美術館の建物の特徴や魅力を解説
市民ギャラリー	【第41回青森二紀グループ展 7/5(金)～7(日)】【黒潮書展 7/6(土)～8(月)】 【第6回東光会東北支部展 7/12(金)～14(日)】【アトリエオガワ絵画教室作品展 第20回樹の会展 7/19(金)～21(日)】【山上新平展「KANON」 7/26(金)～8/7(水)】	

八戸リサイクルプラザ  
(プラザ棟)

※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 TEL 70-2396 FAX 23-5396 南郷大字島守字外田山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	内容など
臨時休館します	7/7(日)は臨時休館日となります。
再生品提供会令和6年度(夏)	【内容】修理再生した家具(タンス・学習机など)を低価格で提供【対象】八戸市・階上町・南部町在住の18歳以上の人【申込期間】7/26(金)～8/4(日)9:00～16:00【公開抽選】8/6(火)11:00 【引取期間】8/9(金)～19(月)10:00～16:00

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)  
TEL FAX 83-2146 南郷大字島守字外田山19



行事名	日時・場所	内容など
体験工房(陶芸) 要申込	7/28(日)10:00～12:00 総合案内施設	【内容】やきもののづくりにチャレンジ【定員】5組【参加費】1人500円 【申込期限】7/25(木)

山の楽校

TEL 1・8・16・22・29 開 8:00～17:00 TEL FAX 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 要申込	7/7(日) ①10:00②11:00	【定員】①②合わせて10人【参加費】打ったそばを持ち帰る場合は1,100円、 レストランで召し上がる場合は1,400円【申込期限】7/5(金)
杏の甘酢漬けの楽校 要申込	7/14(日)10:00～12:00	【定員】20人【参加費】時価【申込期限】7/12(金)
梅漬けの楽校 要申込	7/21(日)10:00～12:00	【定員】20人【参加費】時価【申込期限】7/19(金)



## 種差海岸インフォメーションセンター

休なし 開9:00～17:00 ☎51-8500 FAX51-8501  
 所在地 鮫町字棚久保14-167



行事名	日時・場所	内容など
企画展 「[みちのく潮風トレイル全線開通 5周年記念]アクティブ・レンジャー 写真展～MCTの記憶～」	開催中～8/31(土) 館内 四つの壁	【内容】みちのく潮風トレイルは、6月9日に全線開通から5周年を迎えました。全線開通以前から八戸管理官事務所で撮りためてきたトレイル上の風景、出会ったハイカーや魅力あふれる三陸復興国立公園を紹介します。
種差海岸をガイドさんと歩こう 要申込	7/6～14の(土)(日) 【集合時間】10:10 【集合場所】種差海岸インフォメーションセンター	【内容】地元ガイドと一緒に種差海岸を約1時間トレッキング ※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。 【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) ※ワンコインバス乗車の場合別途100～200円 【持ち物】飲み物 ※動きやすい服装・靴で
磯遊び&ウニの殻むき体験 要申込	7/21(日)10:00～12:30 種差漁港	【内容】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ごみ拾い。 【対象】小学生以上(小学生は保護者同伴)【定員】20人【参加費】1,800円 【持ち物】飲み物・タオル※濡れてもよい服装・靴で【申込開始日】6/29(土)
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～7/15(月・祝) 各日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
貝の壁飾りを作ろう	7/20(土)～8/25(日) 各日10:00～15:00	【内容】貝殻と流木を使ってカラカラ涼しい音がする壁飾り作り 【参加費】300円

## 館鼻公園内 みなと体験学習館 みなっ知

休1・8・16・22・29 開(月)～(土)9:00～21:00、(日)6:30～21:00  
 ☎38-0385 FAX38-5410 所在地 湊町字館鼻67-7



行事名	日時	内容など
館鼻公園アート教室 「ガラスに描くアジサイ画」 要申込	7/7(日)10:00～12:00 ※受付開始 9:40	【内容】はがきサイズのガラスに透明感あふれるアジサイの絵を描く 【講師】庭田 薫 【対象】どなたでも(小学生までは保護者同伴可能) 【定員】16人【持ち物】水彩絵の具(お持ちの人) 【申込期限】7/6(土)
初めての手話体験講座 ～楽しい手話～ 要申込	7/21(日)10:00～11:30 ※受付開始 9:40	【内容】誰でもできる、たのしい手話講座【講師】千葉由美子、神山典子(八戸市ろうあ協会手話指導員)【定員】18人【申込期限】7/20(土)
夏休み親子映画会	7/27(土)・28(日) 10:00～12:00	【内容】子ども向けアニメの上映会【定員】30人程度



## 八戸公園

休1・8・16・22・29 開9:00～17:00 ☎96-2932 FAX96-4631  
 所在地 十日市字天摩33-2



行事名	日時	内容など
園芸教室 要申込 【場所】記載がない場合は緑の相談所 ☎96-4631		
山アジサイの楽しみ方	7/14(日)13:00～15:00	【講師】佐藤良輔(園芸研究家)【定員】40人
秋に咲かせるバラ作り～夏の剪定～	7/28(日)13:00～15:00	【講師】久保芳雄(八戸ばら会)【定員】40人

## 八戸公園内 三八五・こども館

休1・8・16・22・29 開9:00～16:30 ☎96-3480 FAX96-4631  
 所在地 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(手作り工作教室)		
季節の置物工作	7/7(日)①10:00②14:00 ※各回1時間前から受付開始、2時間程度	【内容】八戸公園の木の实を使って、どんぐりの夏らしい置物作り 【対象】小学生以下【定員】各回15人
写真立て工作	7/21(日)①10:00②14:00 ※各回1時間前から受付開始、2時間程度	【内容】八戸公園の木の实や木の枝を飾り付けてフレーム作り 【対象】小学生以下【定員】各回15人

八戸市水産科学館 マリエント

休8~10 開9:00~17:00 TEL33-7800 FAX33-7801

国鮫町字下松苗場14-33 E marient@extra.ocn.ne.jp ※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	開催中～7/21(日) 4階	【内容】海上におけるありとあらゆる業務を遂行している海上保安庁の任務とその体制、業務内容をパネルや資料などで展示・紹介
水の中の八戸三社大祭	7/1(月)～8/31(土) 3階	【内容】「八戸三社大祭」を水の中で再現。淡水魚(金魚)と海水魚たちが仲良く泳ぎ回り、展示をより賑やかに盛り上げます。
魚たちのオリンピック展	7/1(月)～8/31(土) 3階	【内容】魚たちの習性や色、模様を生かしてマリエントならではのオリンピックを表現。
スルメイカ展	7月下旬～8月上旬予定 3階	【内容】八戸を代表する海の幸「スルメイカ」を展示。普段は目にすることのない「スルメイカ」が力強く泳ぐ姿をぜひご覧ください。
マリエント体験ツアー <small>要申込</small>	7/20(土)・21(日)・27(土) ①10:00②13:00 3階	【内容】アオウミガメや魚たちが泳ぐ水槽の上からエサやりや水槽作業、潜水士の補助など、様々な体験ができるツアー【料金】観覧料+500円 ※詳しくはマリエントホームページをご覧ください。
「水の日」ポスター・写真展	7/26(金)～8/6(火) 5階	【内容】8月1日「水の日」にあわせて実施した、圏域内の小学生を対象としたポスターコンクールの入賞作品を展示・紹介
<small>おにやなぎょうこ</small> 鬼柳容子似顔絵イラスト展	7/27(土)～8/25(日) 4階	【内容】八戸市在住の似顔絵師・ONIYによる似顔絵イラスト展。オリジナルイラストも展示。会期中はワークショップ開催予定(有料・要予約)。
アオウミガメ健康診断	7/28(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	【内容】アオウミガメ「ゆうき」の大きさ・体重の測定と甲羅磨きを体験。「ゆうき」は昨年よりどれくらい成長したかな？
体験コーナー	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

公会堂

TEL 44-7171

**FAX** 44-7176



日時		催し物・入場料金
7/2(火)	①14:00	天童よしみコンサート
	②18:00	<b>【入場料金】</b> 昼SS 7,500円、夜SS 6,500円
7/13(土)・14(日) 10:00		第65回青森県吹奏楽コンクール 第43回八戸地区大会 <b>【入場料金】</b> 一般800円、高校生以下500円
7/15(月・祝) 16:30		DRUM TAO 2024 最新作舞台「FUTURE」 <b>【入場料金】</b> S 8,000円、A 7,000円
7/20(土)13:00		第20回八戸東高校表現科公演 <b>【入場料金】</b> 無料
7/21(日)13:00		第48回八戸市民合唱祭 <b>【入場料金】</b> 500円
7/28(日)17:30		山崎育三郎 全国 TOUR 2024 <b>【入場料金】</b> 10,000円 他
7/31(水)19:30		DANCE WAG ロビーダンス <b>【入場料金】</b> 無料

**市公民館**  
(公会堂文化ホール)

TEL 45-1511

**FAX** 44-7176



日時	催し物・入場料金
7/27(土)・28(日) 9:30	青森県ジュニアピアノコンクール八戸地区予選 【入場料金】無料

## 南郷文化ホール

**TEL** 60-8080

**FAX** 60-8081



日時	催し物・入場料金
7/13(土)14:00	青森県こどもピアノコンクール八戸地区予選 【入場料金】無料
7/28(日)15:30	劇団かかし座「ふしぎの国のアリス」 【入場料金】一般3,000円、子ども2,000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。

南部会館

**休**毎週(月)※祝日の場合は翌日 開9:00～21:00(予約状況により19:00までの場合あり)

TEL43-9202 FAX20-7050 国内丸3-3-6 E info@nanbukaikan.com



行事名	日時	内容など
ロビー展「2020年東京オリンピック 写真展」	7/5(金)～27(土) 9:00～18:00	【内容】2020年東京オリンピックを振り返る写真展
ツキイチツクル <b>事前申込優先</b>	7/11(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

▷定員になり次第募集受付を終了します。

▷各施設にお申し込みください。



施設名	教室	日時・場所	申込期間など
長根公園 水泳プール ☎24-5025	長根公園 水泳プール開場	【開場期間】7/6(土)～8/31(土) ※初日無料開放 【開場時間】10:00～18:30 ※日にちにより異なります。詳しくは施設へお問い合わせください。 【休場日】7/9～23の各(火)、8/1(木)・3(土)・20(火)・27(火) ※水泳に適さない水温・気温の場合や大会・イベントの際は、開場時間を変更または休場することがあります。 【利用料】一般・大学生340円、高校生220円、中学生110円、小学生以下50円 ※回数券(6枚綴)あり	
八戸市弓道場 ☎44-3033	第47回 市民弓道教室 要申込	7/16(火)～9/28(土) (火)コース19:00～21:00 (土)コース13:00～15:00 (各コース全10回)	【対象】中学生以上(弓道部の高校生除く) 【定員】各コース10人程度【料金】3,000円(テキスト代・保険料) 【持ち物】飲料水【申込期間】7/1(月)～5(金)10:00～19:00
屋内トレーニング センター ☎20-2990	親子でエンジョイ! ソフトボール教室 要申込	7/20(土) 9:30～11:30	【対象】おおむね5歳～小学3年生とその保護者【定員】親子20組 【料金】1人500円(保険料含む)【持ち物】汗拭きタオル、飲み物 ※運動できる服装で【申込期間】6/25(火)～7/17(水)9:00～20:00※(木)は17:00まで
南郷カッコーの森 エコーランド 南郷屋内温水プール ☎82-3310	小学生水泳教室 in 南郷 要申込	7/29(月)～8/2(金)(全5回) 9:00～10:30	【対象】小学生【定員】20人【料金】1,000円(保険料含む) 【持ち物】水着、ゴーグル、飲料水など【申込期間】6/29(土)～7/15(月・祝)9:00～20:00※(月)は17:00まで
南部山健康 運動センター ☎20-5403	小学生水泳教室 I 期 要申込 小学生水泳教室 II 期 要申込	7/29(月)～8/2(金)(全5回) 10:00～12:00 8/19(月)～23(金)(全5回) 10:00～12:00	【対象】小学生【定員】60人【料金】1,000円(保険料含む) 【持ち物】水着、ゴーグル、飲料水など 【申込期間】I 期6/30(日)～7/25(木)II 期6/30(日)～8/15(木) 【申込受付時間】9:00～20:00※(水)は17:00まで



7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
6(土)※	18:00	松本山雅FC
13(土)	18:00	ガイナレ鳥取

※7/6は全緑デー! 市民300人を芝生席に無料ご招待します。  
6/29(土)までにヴァンラーレ八戸FCホームページ上の  
申込フォームよりお申し込みください。

試合・チケット…☎間(株)ヴァンラーレ八戸 ☎38-6644

HACHINOHE DIME 【会場】FLAT HACHINOHE

試合日	開始時刻	所属カンファレンス
28(日)	11:00	VICTORIA

試合・チケット…☎(株)八戸DIME ☎47-5151

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

tupera tupera の



企画展 tupera tupera のかおてん.

八戸市美術館

7月6日(土)～9月1日(日)



絵本やイラストレーションなど、さまざまな分野で活躍するクリエイティブユニット「tupera tupera」による展覧会です。「かおノート」などの絵本原画をはじめ、参加・体験型の作品が並びます。期間中、八戸ブックセンターでの関連展示「『かおてん。』の裏側」や、周辺店舗でのオリジナルメニューも実施します。7月6日には公開制作やトーク & サイン会も開催します。詳しくはABAのホームページをご覧ください。

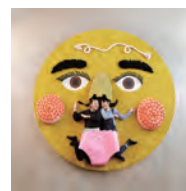
時間 10:00～19:00(最終入場18:30)

場所 八戸市美術館

主催 ABA青森朝日放送 ☎017-762-1111(平日10:00～18:00)

観覧料 一般1,000円、中高生600円、小学生以下500円(2歳以下無料)※各種割引あり

企画協力 PLAY! MUSEUM 【協力】八戸ブックセンター



tupera tupera(床田愉男)  
撮影:阿部高之 ©tupera tupera

八戸市美術館

☎45-8338 住番町10-4 ☎7/9・16・23・30、8/6・20・27

## 夏季特別展 きらめく八戸 - 写真・新聞で見る昭和40年代 -

博物館

7月20日(土)～9月16日(月・祝)



水揚げ量3年連続日本一、大規模な工場や商業施設が続々と進出してきた八戸の黄金期ともいえる昭和40年代の八戸を、写真パネルと新聞記事で紹介します。

### 講演会

「昭和40年代は熱かった-人も町もアツラゴドも-」

日時 7月21日(日)13:30～15:00

場所 はちふくプラザねじょう 多目的ホール

内容 昭和40年代の八戸の中心街の様子を、体験談をもとに紹介

講師 十日市秀悦(タレント)

定員 300人(6月29日(土)9:00から博物館で入場整理券配布※1人2枚まで)

### 講演会「モノクロからカラー時代の幕開け

- 昭和40年代の八戸市民の暮らしと経済 - 要申込

日時 8月18日(日)13:30～15:00

場所 八戸市博物館 体験学習室

講師 高橋俊行(八戸地域社会研究会)

申込開始日 7月20日(土)9:00



### ギャラリートーク

日程 7月20日(土)・8月11日(日)

内容 特別展の見どころを学芸員が紹介

### 八戸市博物館

☎44-81111 住根城字東構35-1 休7/22・29、8/19・26、9/9 【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

### 第32回

## 南郷サマージャズフェスティバル2024

カッコーの森エコーランド 7月27日(土)・開場 12:30・開演 15:30

### 料金

一般/前売 **6,000円** (当日: 7,000円)

高校生以下 無料

### チケット販売所

●八戸市/ラピア・はっちインフォメーション・TSUTAYA八戸ニュータウン店・八戸市公会堂・デューリー東北チケットセンター・八戸グランドホテル・八戸パークホテル・八戸プラザホテル・JAZZ&Bourbon

Sahara (十六日町 仙台屋ビル2F)・Patrie (六日町 いわとくパルコ本館4F)

●南郷地区/道の駅なんごう・ジャズの館南郷・南郷文化ホール

南郷商工会・南郷地区内各商店・実行委員会事務局

●全国コンビニ(ローソン・ミニストップ・セブンイレブン・ファミリーマート)

Lコード: 21991 Pコード: 260-423

※コンビニ以外の販売所では全て現金払いとなります。



※撮影・録画・録音禁止  
※都合によりプログラム・出演者が変更になる場合もあります。  
ご了承下さい。

ユッコ・ミラー



MC: バードマン幸田  
石岡知華

寺井尚子カルテット



佐藤竹善



齋藤梯子 meets David Matthews



泉沢果那 ミュージカルテット



### 前夜祭 7月26日(金)

◆開場 18:45 ◆開演 19:00

◆料金 [前売チケット呈示で無料]

一般 500円 高校生以下 無料

オープニング: スウィングベリー  
ジャズ・オーケストラ  
八戸市立中沢中学校  
ジャズバンド部

ゲスト・ドラマー  
頼家心平



南郷ジャズ 検索



主催/南郷ジャズフェスティバル実行委員会 青森県八戸市南郷大字市野沢字黒坂11-10 (南郷事務所内) TEL.0178-82-2111

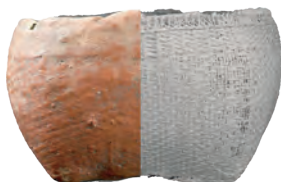


## 特別展 縄文の編み/組みの探求<sup>究</sup> - 第4期共同研究展示 -



是川縄文館 7月13日(土)～9月8日(日)

是川縄文館は、植物考古学者の佐々木由香さんと編組技法からみた縄文時代の技術知の解明をテーマに、中居遺跡出土の編みかごなどの分析を進めてきました。本展覧会では、3年間にわたる共同研究から明らかになった、かごの素材や製作技法を紹介するとともに、縄文人の植物利用や資源管理に迫ります。



実物 | 解析データ

《籃胎漆器と解析データ》

重要文化財

八戸市中居遺跡

縄文時代晩期 是川縄文館蔵

### ギャラリートーク

日時 会期中の毎週(土)14:00  
※8月31日は10:00

かごの秘密を  
解き明かするん♪



### myかご割引

特別展会期中、天然素材のかごを持ってご見学の人は、団体料金でご覧いただけます。

### 特別展考古学講座 要申込

日時 8月31日(土)14:00～16:00

演題 「縄文時代を編む」

講師 佐々木由香(金沢大学特任准教授)

### 埋蔵文化財センター是川縄文館

TEL 38-9511 住所 是川字横山1 休 7/1・8、8/19【観覧料】一般300円、高校・大学生150円(団体料金あり)

※中学生以下は無料、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

## 特別展 こけし -みんな なかよし-



南郷歴史民俗資料館 7月13日(土)～9月1日(日)

「こけし」は東北地方に伝わる郷土玩具です。本展では、「こけし」について各系統などを紹介しながら、その魅力をお伝えします。

### ギャラリートーク

日時 7月14日(日)、9月1日(日)  
(各日2回 11:00、14:00)

講師 同館職員

### 講演会「こけし入門」 要申込

日時 7月21日(日)14:00

場所 島守コミュニティセンター

講師 相原聡子(原郷のこけし群西田記念館学芸員)

定員 20人

申込開始日 6月25日(火)9:00

### こけし絵付け体験 要申込

日時 8月24日(土)13:00

場所 島守コミュニティセンター

協力 こけし工房<sup>ツナガル</sup>tsuN'agaru

定員 20組

参加費 無料

※こけし1体提供、追加1体1,500円(当日お支払い)

申込開始日 7月25日(木)9:00



### 南郷歴史民俗資料館

TEL 83-2443 住所 南郷大字島守字小山田7-1 休 7/16・22・29、8/19・26【観覧料】一般200円、高校・大学生100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



※掲載の情報は5月29日現在のもので、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。

7月は「愛の血液助け合い運動」月間です 献血にご協力ください

日本中で毎日輸血を必要としている多くの患者さんのため、医療に欠くことのできない献血に、皆さんの温かいご協力をお願いします。

献血の種類		年齢（※）	体重	最高血圧	最低血圧	脈拍	体温
全血献血	200ml	16～69歳	男性 45kg以上 女性 40kg以上	90mmHg以上 180mmHg未満	50mmHg以上 110mmHg未満	40回/分以上 100回/分以下	37.5℃ 未満
	400ml	男性 17～69歳 女性 18～69歳	男女 50kg以上				

（※）65～69歳の人は、60～64歳までの間に献血経験がある人に限ります。

●実施場所 献血実施の日時・場所は、青森県赤十字血液センターのホームページ、八戸市dボタン広報などでお知らせしています。市庁、総合保健センター、中央卸売市場などの公共施設のほか、一般のお客様も利用可能な事業所でも実施していますのでご確認ください。

●持ち物 献血が初めての人 本人確認ができる免許証や学生証  
献血の経験がある人 献血カードをお持ちいただくとスムーズに受け付けができます。

●献血にご協力いただける企業・団体を募集しています  
献血バスを呼ぶためには、①献血バスの駐車スペース ②献血受付場所 が必要となります。申し込み・問い合わせは、青森県赤十字血液センターまでご連絡ください。

■申問 献血について…青森県赤十字血液センター献血推進課 ☎017-741-1512  
記事について…保健総務課 ☎38-0706

「受託医療機関」が次のとおり変更になります 国保健予防課 ☎38-0715

わが家の健康カレンダーおよび市ホームページ掲載の「受託医療機関」が次のとおり変更になります。

	医療機関	住所・電話	内容	
変更	春日井内科医院	小中野四丁目 ☎43-0418	春日井内科胃腸科へ名称変更 高齢者肺炎球菌(要予約から予約不要に変更)	要予約
変更	村上こども医院	小中野四丁目 ☎41-1133	口タ(口タ5価のみから変更)	
削除	村井内科クリニック	吹上三丁目 ☎43-5500	二種混合	



成人保健



Instagramでも  
情報発信中！

記号の説明 オンライン相談 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 要申込	3(水)	成人の心身の健康や食生活に関する相談	7/1(月)までに 市ホームページから申し込み
	栄養士による個人相談 	10(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 	11(木)14:00～15:30 ※今年度より、会場が総合保健センターとなりますので、お間違いないよう お願いします。	●演題 今日からはじめよう！高血圧予防のポイント ●講師 長谷川一志(はせがわかずし 長谷川心臓血管クリニック院長)	健康づくり推進課 ☎38-0713

夏休み 親子で一次救命とAEDの使い方を学ぼう

要申込

申問保健総務課 ☎38-0706

- 日時 8月8日(木)14時～16時
- 場所 市民病院 北棟大会議室A
- 講師 のだがしらあつや 野田頭達也(市民病院副院長)
- 対象 小学生以上の子どもとその保護者
- 定員 25組 ※申込多数の場合抽選

- その他 動きやすい服装でお越しください。  
なるべく公共交通機関をご利用ください。

☎7月1日(月)～12日(金)にEメールまたは  
右記二次元コードから申し込み

📧hokensomu\_event@city.hachinohe.aomori.jp



HIV・肝炎ウイルス・精神保健福祉

記号の説明 ☎ 電話相談 👤 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	18(木)・25(木) 9:00～12:00	●対象 HIV感染の不安があり、検査を希望する人 (希望者は梅毒検査、クラミジア検査も同時に可能)	保健予防課(エイズ専用電話)☎38-0718 または市ホームページから申し込み
	肝炎ウイルス検査 (B型・C型肝炎) 要申込	18(木)13:15～14:00  ※下記施設でも、診療時間内に随時で肝炎ウイルス検査を実施しています。 📍総合健診センター ☎70-5563、受託医療機関	●対象 八戸市民で、過去に一度も肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	保健予防課(エイズ専用電話)☎38-0718  健康づくり推進課☎38-0710
	精神科医師による精神保健福祉相談 要申込	10(水)13:30～16:00	●対象 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(火)までに保健予防課☎38-0717
相談	HIV相談	☎ 随時(開庁時間内)	HIV・エイズに関する相談	保健予防課(エイズ専用電話)☎38-0718



介護予防



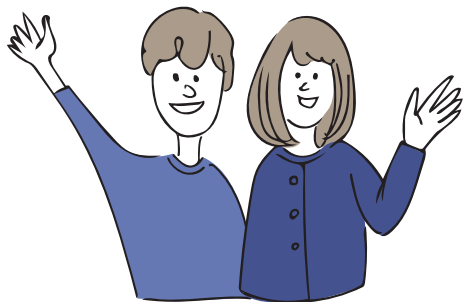
介護予防センターについてはこちら

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	午前の部 9:15～9:55(火)～(金) 午後の部 13:15～13:55(火)～(木) ※(祝)を除く、(金)は午前のみ	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。 ※ひとり週1回まで	●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。 ※ひとり週1回まで	
相談	元気高齢者のための 介護予防カウンセリング (介護予防相談) 要申込	(月)～(金) ※(祝)を除く 10:00～12:00、14:00～16:00	▷運動・体力に関する相談 理学療法士が運動や体力づくり、転倒予防などの相談に応じます。 ▷認知症予防に関する相談 作業療法士がもの忘れについての相談に応じます。 ●対象 認知症やMCI(軽度認知障害)の診断を受けていない人 ※脳のことで通院中の人は、対象とならない場合がありますので、お問い合わせください。 ▷食生活に関する相談 管理栄養士が低栄養改善などの相談に応じます。 ●対象 病院などから栄養指導を受けていない人 ▷介護予防に関する相談 保健師などの専門職員が介護予防全般についての相談に応じます。	
教室	シニアいきいき教室 (介護予防教室) 要申込	29(月)13:30～14:30	知っておきたい薬の正しい使い方 ●講師 <small>おおくぼさちこ</small> 大久保幸子(薬剤師) ●定員 18人 ●申込開始日 6/24(月)	
交流会	認知症カフェ 「はちのへ」 要申込	22(月)13:15～14:30	認知症の人や家族、認知症に関心のある人が交流を行います。 ●定員 15人 ●申込開始日 6/24(月)	



# 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5月29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	216,434人	↓ 162人
うち男	103,771人	↓ 29人
うち女	112,663人	↓ 133人
世帯数	110,189世帯	↑ 253世帯
出生	80人	↑ 6人
死亡	284人	↑ 6人

※4月末現在。外国人住民を含む。

出生・死亡は4月届出分

## 募集

### 市情報誌「WITH YOU」への掲載広告募集



男女共同参画社会を考える情報誌「WITH YOU」秋号(10月発行予定)への掲載広告を募集します。

●掲載場所 表紙以外のページの最下段

●サイズ・色数・掲載料(税込み)  
▷1号広告(縦57mm×横88mm)・4色・20,000円  
▷2号広告(縦57mm×横57mm)・4色・15,000円

●枠数 2枠以内(1号広告換算)

●発行部数 15,000部

☎ 7月19日(金)(必着)までに申込書をEメール・郵送または直接提出

☎ 市民連携推進課 ☎ 43-9217

✉ renkei@city.hachinohe.aomori.jp

### 「元気な八戸づくり」市民提案制度 企画提案募集



事業の企画から実践まで、行政と一緒に取り組んでみませんか。お気軽にご相談ください。

●応募対象事業(提案の要件)

まちづくりや課題解決のために、市と共に取り組むことにより相乗効果が期待できる政策・事業など

▷自由提案部門

▷市設定テーマ部門

●応募対象者(提案者の要件)

市民活動団体、地域コミュニティ活動団体、市内に事務所・事業所がある法人または個人

☎ 8月16日(金)までに市民連携推進課 ※事前相談(必須)は8月2日(金)まで

☎ 43-9207 FAX 47-1485

### 令和6年度排水設備工事責任技術者試験



●日時 10月16日(水)14時～16時(受け付け 13時30分～50分)

●場所 はちふくプラザねじょう

●対象 高校以上の土木工学科、建築科、設備工学科などを修了・卒業した人など

●受講料 8,000円(振込手数料別途)

☎ 7月1日(月)～31日(水)に申込書を直接提出(郵送不可)

☎ 下水道業務課 ☎ 44-8258

### 「美術館広報部」メンバー(アートファーマー)募集



美術館での体験を通して、アートファーマーならではの視点と発想で美術館の魅力を発信するプロジェクトメンバーを募集します。詳しくはホームページをご覧ください。

☎ 7月11日(木)までに、参加者氏名・電話番号・学年(学生の人)を電話またはEメールで申し込み

☎ 美術館 ☎ 45-8338

✉ art@city.hachinohe.aomori.jp

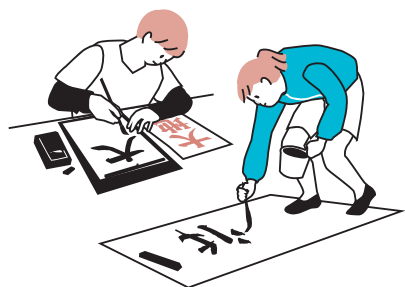
### 第37回八戸市学生書道展出品作品募集



9月に開催する第37回八戸市学生書道展の出品作品を募集します。出品要項など、詳しくはホームページをご覧ください。

☎ 7月22日(月)～24日(水)の10時～18時に八戸市文化協会八戸市学生書道展係

☎ 43-1149



## はっち1階「カフェ」 出店者募集



はっち1階でカフェを運営する事業者を募集します。

- 対象 11月以降出店可能な事業者(最長3年間入居可)
- ※詳しくはホームページをご覧ください。

申問8月31日(土)(必着)までに  
八戸ポータルミュージアムはっち  
TEL22-8228 FAX22-8808

## お祭りinはっち2024 「ミニ山車展示」募集



八戸三社大祭からお盆の期間中にははっち館内に展示するミニ山車を募集します。

- 展示期間 7月31日(水)～8月15日(木)
- サイズ 幅80cm×奥行100cm以内
- 募集数 先着20台程度(1人(1団体)につき1台まで)
- ※詳しくはホームページをご覧ください。

申7月19日(金)までに申込書をFAX・  
Eメール・郵送または直接提出  
固八戸ポータルミュージアムはっち  
TEL22-8228 FAX22-8808  
E hacchi@city.hachinohe.  
aomori.jp

## 暮らし学アカデミー 「大人に教えてみたいこと」 講師募集



大人に教えてみたいことがある子どもが先生となり、一般の人に授業をする企画の講師を募集します。

- 対象 小学4年生～高校生
- 定員 6組程度(選考あり)
- ※詳しくはホームページをご覧ください。

申問9月30日(月)までに八戸  
ポータルミュージアムはっち  
TEL22-8228 FAX22-8808

## 道の駅なんごう直売所 の新規出荷者募集



新しく直売所に農産物や加工品を出荷する人を募集しています。申込者には後日説明会を開催します。詳細を知りたい人はお気軽にお問い合わせください。



- 対象 市内在住の農家、農産物加工品生産者など
- 定員 20人程度
- 施設利用料金  
▷個人 年間5,000円  
▷企業・団体 年間12,340円
- 申問なんごうプラザ(株)  
TEL82-2902 FAX82-2903

## 八戸圏域活性化事業 助成金事業募集



魅力ある地域づくりを目指して実施されるソフト事業に対し、助成金を交付します。

- 対象 八戸圏域(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)内で活動する民間もしくは民間と行政により構成された営利を目的としない団体、またはNPO法人
- 助成団体数 3団体以内
- 助成金額 事業費の5分の4以内(上限額30万円、複数の申請があるときは総額で30万円まで、圏域町村にも関係する事業は関係市町村分の上限額を合算した額まで)
- 申7月31日(水)までに申請書を  
Eメール・郵送または直接提出  
固政策推進課 TEL43-9248  
E seisaku@city.hachinohe.  
aomori.jp

## 2024年度 地域振興助成事業募集



- 対象 新興企業や事業拡大を目指し、新規事業参入や開発・研究を行う県内の個人、NPO法人、企業など
- 助成金額 必要経費の2分の1以内(上限額300万円)
- 申問7月1日(月)～8月31日(土)に(公財)みちのく・ふるさと貢献基金  
TEL017-774-1179

## ファミリーサポート センター提供会員募集 (養成講習会開催)



- 日時 7月12日(金)・19日(金)・29日(月)各日10時～15時
- 場所 はちふくプラザねじょう
- 内容 子どもの預かりなどの育児の援助を行える有償ボランティア(提供会員)を募集  
※提供会員になるためには全ての講習会に参加し、会員登録が必要
- 対象 市内近隣在住の18歳以上の人(資格・性別不問)
- 定員 30人(先着順)
- 料金 2,500円(テキスト代)
- ※詳しくはお問い合わせください。

申問ファミリーサポート  
センター  
TEL71-2750  
FAX71-2751



広告

## 特許などの出願を目指す 中小企業を支援します



- 対象者 国内で特許などの出願を目指す中小企業者
  - 対象経費 出願に必要な特許庁出願料、弁理士経費
  - 補助金額 対象経費の合計の2分の1以内の額  
上限額 ▷特許 1件15万円  
▷実用新案登録 1件10万円  
▷意匠 1件5万円(出願2件まで)
- ※詳しくはホームページをご覧ください。

申 問(株)八戸インテリジェントプラザ  
☎21-2111 ☎21-2119

## 放送大学2024年10月 入学生募集



放送大学はBS放送やインターネットを利用して学ぶ通信制の大学で、さまざまな目的で幅広い世代、職業の人が学んでいます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、幅広い分野を学べます。

申 問9月10日(火)までに放送大学青森学習センター八戸サテライトスペース(ユートリー4階) ☎70-1663

## 公立小中学校の 臨時講師募集



- 給与 221,800円(新卒の臨時講師の場合) ※その他要件に応じ、通勤手当、住居手当などを支給
- ※短時間での勤務を希望する場合はご相談ください。

申 申請書を郵送または青森県電子申請システムで申請  
問三八教育事務所 総務課  
☎27-5111(内線267)  
E-SANPACHI@pref.aomori.lg.jp

## 暮らし

### 令和6年度「元気な八戸づくり」市民奨励金の交付団体が決定しました



- 団体名(事業名)  
【初動期支援コース】  
▷家族イロイロカフェ(子育て世代リフレッシュカフェ事業)  
▷八戸文化おが〜れ会(My 推しコンテスト事業)  
▷NPO 法人青い森の情報技術者育成研究会(キッズ&親子でパソコン教室事業)  
【まちづくり支援コース】  
▷脳卒中と向き合う活動団体OneFeels(MR技術によるリハビリ開発事業)  
▷NPO 法人なんぶ民藝(南部地域の伝統工芸活性化事業)  
▷八戸ジャズ楽団(若者がつなぐジャズパフォーマンス事業)  
▷南部藩都市開発ユニットDASUKEYO(鍛冶町・吹上地区魅力創造発信事業)
- 問市民連携推進課 ☎43-9207

### 空き家の利活用促進のための実態調査を実施します



市が委託した業者が、敷地外から外観を目視して建物の管理状況などを調査します。近隣住民の皆さんには、調査員が空き家と思われる建物について尋ねる場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

- 調査期間 7月~10月頃
  - 調査範囲 田面木、白銀町、白銀台、鮫町の各一部
  - 実施業者 (株)青秋
- ※調査員は身分証明書を携行  
問都市政策課 ☎43-2824

## 雑草を刈り取り、快適な 生活環境づくりにご協力を



土地の所有者・管理者の皆さんは、日頃から所有地の適正な管理に努めましょう。特に雑草が繁茂すると、害虫の発生やごみの不法投棄、隣接家屋への被害を誘発する恐れがあります。

刈り取った雑草は焼却せず、燃やせるごみの収集日に出すなど適切に処理してください。

問環境保全課 ☎43-9107

## 「オオハンゴンソウ」の 駆除にご協力を



7月から11月頃にかけて黄色の花を咲かせるオオハンゴンソウは、「特定外来生物」に指定されています。

最近では八重咲の花も見られ、草丈は1mから3m、葉の表面はざらざらしていますが、茎は白っぽくざらつきはありません。

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と結んで燃やせるごみとして処分してください。

問環境政策課 ☎43-9265



ルールを守って  
楽しい花火



花火による火災や事故をなくすために、次のことに注意しましょう。

- ▷花火に書いてある遊び方をよく読み、大人と一緒に遊ぶ
- ▷花火を人や家に向けたり、燃えやすい物のある場所で遊んだりしない
- ▷衣服に火がつかないように注意する
- ▷風の強いときは、花火遊びはしない

- ▷たくさんの花火に一度に火をつけない
  - ▷正しい位置に安全な方法で点火する
  - ▷遊び終わった花火や途中で消えた花火は水につける
- 固消防本部予防課 ☎44-2133

夏の交通安全県民運動  
実施



夏は暑さで気が緩みがちになり、一瞬の油断が大きな交通事故を招く恐れがあります。7月には交通ルールの遵守と正

しい交通マナーの実践の習慣付けとして「夏の交通安全県民運動」が実施されます。

●期間 7月21日(日)～31日(水)

●運動の重点

- ▷歩行者の交通ルール遵守の徹底と安全運転意識の向上
- ▷自転車・電動キックボード等利用時のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
- ▷飲酒運転の根絶と妨害運転等の防止

固くらし交通安全課  
☎43-9218



無料

7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)

【要申込】の相談は、申し込み日時と方法を必ず確認してください。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(⑫は窓口のみ)。なお、②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 人 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	☎ 人	平日の8:15～17:00	市職員
②	法律相談 <b>要申込</b> <b>市民</b>	人	7/8(月) 申し込みは7/4(木)8:30から電話で先着5人 7/26(金) 申し込みは7/24(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 <b>要申込</b> <b>市民</b>	人	7/16(火)13:00～16:00 申し込みは7/9(火)・10(水)に電話で	行政書士
④	税務相談 <b>市民</b>	人	7/1(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 <b>市民</b>	人	7/12(金)・22(月)13:00～16:00(1人30分程度) 各日先着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)	人	7/2(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)	人	7/9・23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)	人	7/19(金)13:00～16:00	建築士
⑨	公証人相談	人	7/16(火)9:00～12:00	公証人
⑩	行政相談	人	7/4・11・18・25の各(木)13:00～15:00	行政相談委員
⑪	人権相談	人	7/3・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)	人	7/9(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
借金に関する 無料相談窓口	(月)～(金) ※祝日・年末年始除く 8:30～12:00、 13:00～16:30	●内容 相談員が借金の状況などを聞き取り、必要に応じて弁護士などに引き継ぐ ※秘密厳守・相談無料 ●相談専用電話 ☎017-774-6488	固青森財務事務所 ☎017-722-1463
女性弁護士による 法律相談 <b>要申込</b> <b>市民</b>	7/26(金) 13:00～15:00 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 市内在住のひとり親家庭(離婚を考えている人を含む)の親または子で、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)	<b>申込</b> 7/19(金)までに こども家庭相談室 ☎38-0703

漁港をきれいに  
利用しましょう



八戸漁港では「ごみ」の不法投棄が後を絶ちません。  
不法投棄は景観を損なうだけでなく、水質や土壌の汚染など環境への影響も心配されます。  
漁港を快適に利用できるよう「ごみ」の不法投棄は絶対にやめましょう。  
固三八地域県民局三八地方水産事務所 ☎21-1077

身体障がい者の巡回診査  
と更生相談



- 日時 7月4日(木)9時～10時受付
  - 場所 八戸福祉体育館(類家)
  - 持ち物 身体障害者手帳
  - 対象
    - ▷身体に障がいがあり、身体障害者手帳の交付を受けた人・再認定が必要な人・記載内容や程度が変わったと思われる人
    - ▷身体に障がいがあり、補装具の購入・修理を希望する人
    - ▷生活・医療・施設入所などの相談を希望する人
  - 感染症対策について
    - ▷診査会場では、マスクを着用してください。
    - ▷診査当日は体温を測定し、発熱や風邪症状がある場合は受診を控えてください。
- 固障がい福祉課  
☎43-9106 ☎22-4810

介護サービス利用料など  
の軽減制度があります



- 特定入所者介護(予防)サービス費  
低所得の要介護者などが、介護保険施設への入所や短期入所サービスを利用したとき、食費・居住費の利用者負担を軽減
  - 社会福祉法人などによる利用者負担軽減制度  
社会福祉法人などが、生計維持が困難な人の利用者負担を軽減
  - 介護保険利用者負担額減免  
地震などの災害で、住宅や家財などの財産が著しく損害を受けた場合に、一定の条件で利用者負担額を減免
- ※所得などの条件がありますので、詳しくはご相談ください。



固介護保険課 ☎43-9083

下水道事業受益者負担金・  
農業集落排水事業分担金  
の納付



- 第1期分納期限 7月31日(水)
  - 納付書発送日 7月上旬
  - 対象 公共下水道・農業集落排水処理施設が使用できる区域の土地所有者または権利者
  - 納付方法 5年分割で年2回(7月・12月)
  - 納付場所 市内の指定金融機関、コンビニエンスストア、下水道業務課
- ※スマートフォンアプリ(PayPay)

請求書払い・LINE Pay 請求書支払い・d払い 請求書払い・au PAY 請求書支払い・J-Coin 請求書払い・支払秘書・PayB)でも納付可能です。なお、スマホ決済の場合は、領収書は発行されません。

【受益者負担金・農集分担金の賦課を除外(保留)している皆さんへ】  
賦課除外(保留)対象地の耕作の中止、地目の変更・売買・相続の確定などがあった場合はご連絡ください。  
固下水道業務課 ☎44-8251

行政相談委員の褒章受賞



多年にわたり、行政運営の改善に貢献された功績により、藍綬褒章が授与されました。  
▷津田健造  
固総務省青森行政監視行政相談センター ☎017-734-3354

雇用

公共職業訓練「住宅建築  
施工科」9月期受講生募集



- 訓練期間 9月4日(水)～7年3月4日(火)
- 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 木造住宅の施工方法に関する知識・技能の習得

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

	ワード初心者コース	パワーポイントコース	エクセル初心者コース
開講日	8/20(火)～9/18(水)	8/20(火)～9/10(火)	8/22(木)～9/18(水)
時 間	13:30～16:30	18:30～21:00	9:00～12:00
対象・定員	10人	10人(文字入力・マウス操作ができる人)	10人
受講料	9,600円(テキスト代2,200円)	6,000円(テキスト代2,200円)	9,600円(テキスト代2,200円)
窓口申込	7/17(水)～8/6(火)	7/17(水)～8/6(火)	7/17(水)～8/8(木)
電話申込	7/17(水)～8/2(金)	7/17(水)～8/2(金)	7/17(水)～8/6(火)

●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)

■7月10日(水)～8月14日(水)にハローワークへ申し込み

【訓練見学説明会】

●日時 7月24日(水)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



ハローワーク八戸

マザーズコーナー出張相談



●日時 7月18日(木)13時30分～15時40分

●場所 こども家庭相談室(総合保健センター3階)

●内容 子育てをしながら働きたいお母さんの就職相談

●定員 2人(1人60分、先着順)

■7月11日(木)までにハローワーク八戸職業紹介第一部門マザーズコーナー(平日9時～17時)

☎22-8609(部門コード 41#)

中高年のための

「再就職支援セミナー」



●日時 7月29日(月)13時30分～15時30分

●場所 友の会福祉会館第1会議

室(長根)

●定員 20人(先着順)

※セミナー後に希望者個別相談会開催

■電話またはEメールで申し込み  
■ネクストキャリアセンターあおり

☎017-723-6350

■chuukounen@ims-hirosaki.com

税

定額減税に伴う調整給付を行います



住民税の定額減税額(本人および配偶者を含めた扶養親族1人につき1万円)を個人住民税から控除しきれない人や、所得税の定額減税額(本人および配偶者を含めた扶養親族1人につき3万円)を所得税から控除しきれない人に対して、控除しきれない額を給付します。

対象者には、7月以降、扶養親族数が確定した後、順次申請書をお送りします。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

■住民税課 ☎43-9232

法人の設立・変更の届け出はお忘れなく



次の場合、三八地域県民局県税部に届出書の提出が必要です。

▷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

●届出書 三八地域県民局県税部で配布または県ホームページからダウンロード可(地方税ポータルシステムを通じたインターネット経由での受け付けも可)

※添付書類など、詳しくはお問い合わせいただくか、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208)

7月の納付【納期限】7/31※

国民健康保険税(第1期)

固定資産税(第2期)

■納税相談

【夜間窓口】

7/23(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

介護保険料(第1期)

固介護保険課 ☎43-9285

後期高齢者医療保険料(第1期)

固国保年金課 ☎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

下水道事業受益者負担金(第1期)

農業集落排水事業分担金(第1期)

固下水道業務課 ☎44-8251

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(事業主本人も受講可)

●定員 15人

	業務効率を向上させる ワープロソフト活用(初級クラス)	表計算ソフトを活用した 業務改善(初級クラス)
開講日	7/22(月)	7/29(月)
場 所	八戸地域職業訓練センター	八戸地域職業訓練センター
受講料	2,200円	2,200円
申込期限	7/2(火)	7/9(火)

■FAXで申し込み

■ポリテクセンター青森

☎017-777-1186

■017-777-1187

ホームページはこちら





## 消費生活注意報 第121回 子どもが無断で高額な課金をしてしまった！

「子どもが無断で高額な課金をしてしまった」といった相談が多数寄せられています。

国民生活センターによると、小中高生のオンラインゲームに関する2022年度の契約購入金額の平均は約33万円<sup>(※)</sup>になることで、注意が必要です。

(※)参照:「子どものオンラインゲーム 無断課金につながるあぶない場面に注意!!」([https://www.kokusen.go.jp/news/data/n-20240313\\_1.html](https://www.kokusen.go.jp/news/data/n-20240313_1.html))

### 相談事例

小学生の孫にスマートフォンを貸していたところ、15万円を課金していたことが判明した。返金してほしい。

### アドバイス

未成年者取消権で契約を解除できる可能性がありますが、子どもが課金したと証明することが難しく、必ず返金されるとは限りません。

### 子どもにスマホを渡す前に

☒ 保護者のアカウントはログアウトしましたか？

→アカウントに決済方法がひもづいていると、簡単に課金できてしまいます。

☒ 決済時のパスワードは設定しましたか？

→簡単なパスワードや推測しやすいパスワードは要注意。

☒ペアレンタルコントロールは設定しましたか？

→アプリのダウンロードや課金を制限することができます。

☒ 普段から決済完了メールはきちんと確認していますか？

→メールを見る習慣がない人は要注意。長期間課金に気づけなかったケースも。



消費生活センターでは、消費者と事業者との間で起こったトラブル解決のための助言をしています。  
不安に思った場合やトラブルに遭った場合はご相談ください。

固消費生活センター ☎43-9216

## 国民健康保険の保険証を更新します～今回は最後の一斉更新です～

国民健康保険被保険者証(保険証)は、8月1日に一斉更新となります。

固国保年金課 ☎43-9487

新しい保険証(水色)は、7月31日(水)までに各世帯に郵送します。8月になっても届かない場合は国保年金課へご連絡ください。

### 新しい保険証の有効期限は7年7月31日です

ただし、保険証の有効期間内に満70歳になる人や、満75歳になり後期高齢者医療制度へ移行する人など一部の人は、個々に期限が設けられています。



### 保険証は6年12月2日で廃止されます

保険証とマイナンバーカードの一体化に伴い、現行の保険証は12月2日に廃止されます(12月2日以降は、保険証の発行ができなくなります)。

なお、廃止の時点でお手元にある保険証は、保険証に記載されている有効期限までは使用することができます。ただし、保険証の記載事項に変更が生じた場合は、有効期限を待たずに使用できなくなりますのでご注意ください。

※保険証廃止後の医療機関の受診方法などについて、詳しくは保険証に同封される「国保のしおり」または市ホームページをご覧ください。

### 職場の健康保険に加入した人へ

今回更新された保険証が届く人は、6年6月末時点で国保加入中となっている人です。

国保に加入していた人が、就職し職場の健康保険に加入したり、その被扶養者になったりした場合は国保をやめる手続きをする必要があります。

なお、保険証の廃止後も保険者の変更に伴う、加入・脱退手続きはこれまでどおり必要となります。

## 下水道工事に伴い通行規制をします

通行する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いたします。

●工事期間 **8年5月頃まで**

※工事の進捗状況により期間は変動することがあります。

●時 間 日中施工 **8時～17時**

夜間施工 **20時～翌5時**

※施工区間により交通渋滞緩和のため、夜間施工となる場合があります。

※施工時間中は片側交互通行となります。規制区間は進捗状況により変動しますので工事看板や交通誘導員の指示にご協力いただきますようお願いいたします。

岡下水道建設課 ☎44-8269



## 八戸福地線の道路工事に伴い通行規制をします

岡道路建設課 ☎43-9394

八戸福地線は大型車両の交通量が多いことから、わだち掘れやクラックなど路面の損傷が著しく、また、冬期間には急勾配の路面が凍結するなどの交通障害が発生しています。

このことから、地域住民および通行車両の交通安全に寄与することを目的として、改良舗装工事を実施します。

通行する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いたします。

●工事期間 **8月下旬～7年2月28日**

※日程が決まり次第周辺に案内看板や規制看板を設置します。

施工区間により一部夜間施工を実施します。

施工時間中は片側交互通行となります。



## 令和6年度自衛官等募集案内

岡自衛隊青森地方協力本部八戸地域事務所 ☎45-1920



詳しくは、お問い合わせいただくかホームページをご覧ください。

募集種目		受付期間(必着)	試験日程 (※)いずれか1日指定されます。
幹部候補生	一般	8/26～9/26	1次 10/5 2次 11/8～11
医科歯科幹部		7/30～10/24	11/15
航空学生		7/1～9/5	1次 9/16 2次 10/12～17 3次 (海)11/15～12/11、(空)11/9～12/12
一般曹候補生		第2回 7/1～9/3 第3回 10/1～11/28	第2回 1次 9/14～22 <sup>(※)</sup> 2次 10/12～27 <sup>(※)</sup> 第3回 1次 12/7～12 <sup>(※)</sup> 2次 7年1/6～13 <sup>(※)</sup>
自衛官候補生		通年受付	詳しくはお問い合わせください。
防衛大学校	推薦	9/5～9	9/21・22
	総合選抜		1次 9/21 2次 10/26・27
	一般		1次 11/2 2次 11/30～12/4 <sup>(※)</sup>
防衛医科大学校医学科学生		7/1～10/9	1次 10/19 2次 12/11～13 <sup>(※)</sup>
防衛医科大学校看護学科学生 (自衛官候補看護学生)		7/1～10/2	1次 10/12 2次 11/23・24 <sup>(※)</sup>
陸上自衛隊高等工科学校生徒	推薦	10/1～11/29	7年1/11～13 <sup>(※)</sup>
	一般	10/1～7年1/16	1次 7年1/25・26 <sup>(※)</sup> 2次 7年2/13～16 <sup>(※)</sup>
予備自衛官補	一般	6/1～9/19	9/21～10/7 <sup>(※)</sup>
	技能		

国民年金保険料 まさかに備えて免除申請しましょう

会社を辞めたばかりの人や、学生の皆さんなどの中で、国民年金保険料を「経済的に納めるのがつらい」と思っている人はいませんか？未納のままだと、老後の年金や、まさかの事態にもらえる障害年金や遺族年金が受け取れなくなるかもしれません。保険料を納めるのにお困りの人にぜひ知ってもらいたいのが、国民年金の「免除・猶予制度」です。

●対象者

- ① **本人・配偶者・世帯主**の前年所得が一定額以下の人【申請免除】
  - ② 学生を除く**50歳未満の人**【納付猶予】 ※本人・配偶者の前年所得が一定以下の場合
  - ③ 収入が少なく納付が困難な**20歳以上の学生**【学生納付特例】 ※本人の前年所得が一定額以下の場合
  - ④ 平成31年2月以降に**出産した人**【産前産後免除】 ※期間中は納付したものとみなされます。
  - ⑤ **障害年金の1級・2級**の受給権者、**生活保護法による生活扶助を受けている人**【法定免除】
- **所得基準・保険料・受け取れる年金額** ※失業や天災で被災した場合は、特例として所得に関係なく該当となる場合があります。

		前年の所得基準 (単身の場合)	納める保険料 (令和6年度 月額)	基礎年金の受給資格 (老齢・障害・遺族)	免除・猶予期間分の 老齢基礎年金の年金額
① 申請免除	全額免除	67万円	0円	有	8分の4
	4分の3免除	88万円	4,250円		8分の5
	半額免除	128万円	8,490円		8分の6
	4分の1免除	168万円	12,740円		8分の7
②納付猶予		67万円	0円	有	0 <sup>(※)</sup>
③学生納付特例		128万円	0円	有	0 <sup>(※)</sup>
④産前産後免除			0円	有	満額
⑤法定免除			0円	有	2分の1
保険料未納				無	0

(※)老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金を受け取るために必要な受給資格期間にカウントされますが、後からさかのぼって納付(追納)しないと老齢基礎年金の受給額が増えることはありません。

●**ご注意ください**

一部免除の期間中の保険料を納めないと「未納」とみなされ、年金額が減ったり、年金を受け取れなくなったりします。  
10年以内であれば追納できます。

●申請手続き ①申請免除②納付猶予③学生納付特例申請は、マイナポータルからでも申請できます。

固国保年金課 ☎43-9079 FAX44-9106  
八戸年金事務所 ☎44-1742(案内2→2) FAX45-9329



マイナポータルはこちら

八戸地域広域市町村圏事務組合の令和6年度当初予算をお知らせします



一般会計

固八戸地域広域市町村圏事務組合事務局 ☎43-9556

組合の基本的事業の収入・支出を経理する会計です。  
令和6年度の一般会計予算は**79億2,700万円**で、昨年度より2億5,200万円の増額となりました。  
財源となる収入の約8割は構成市町村から支出される負担金で、約66億1,322万円です。八戸市はそのうちの約7割となる48億4,452万円を支出しています。

支出の主なもの	金額
消防や救急の業務など	45億1,180万円
し尿やごみの処理など	26億2,055万円
組合債の元金・利子の支払い	6億8,036万円
介護認定審査会の運営など	9,256万円
その他、議会や組合の運営など	2,173万円

特別会計

八戸市から委託を受けている消防団の事務のための会計を、一般会計と区別しています。消防団員の報酬や、車両・施設の管理運営などに使用され、予算は**3億3,400万円**で、昨年度より600万円の減額となりました。

市町村名	負担金	市町村名	負担金
八戸市	48億4,452万円	南部町	3億7,552万円
三戸町	1億9,088万円	階上町	3億4,300万円
五戸町	2億7,585万円	新郷村	8,162万円
田子町	1億5,227万円	おいらせ町	3億4,956万円



## 連携中枢都市圏の取り組みを紹介します！⑦



### 不妊・不育相談事業

八戸圏域では、不妊や不育に悩む夫婦などに対して、医師による不妊専門相談や、助産師・保健師による妊活ケア・サポートを行い、悩みの段階に応じて相談できる体制を整えることで、住民の不妊や不育に関する悩みや不安の軽減を図っています。

お気軽にご相談ください。



#### 不妊専門相談 要予約

- 相談内容 不妊・不育に関する医学的・専門的な相談、不妊・不育の検査・治療に関する情報提供など
- 相談対応者 産婦人科医師
- 相談方法 面談相談
- 相談日 毎月1回指定日

詳しくは  
こちら



#### 妊活ケア・サポート事業

- 相談内容 妊活に関する相談、不妊の一般的な相談など
- 相談対応者 助産師・保健師
- 相談方法 電話や面談による個別相談
- 相談日 平日9時～16時  
(祝日・年末年始を除く)

詳しくは  
こちら



※相談は無料です。

※面談相談は、すすく親子健康課(八戸市保健所)内で行います。

※相談者に関する秘密は堅く守られます。

固すすく親子健康課(事業について) ☎38-0714

政策推進課(連携中枢都市圏全般について) ☎43-9248

## 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。

### 初心者囲碁教室 要申込

- 日時 7/6・13・20の各(土)10:00～12:00(3日間)
- 場所 白山台公民館
- 内容 囲碁初心者が楽しく囲碁を学ぶ
- 講師 奥野秀樹(日本棋院八戸支部)、白山台囲碁クラブ会員
- 申込 日本棋院八戸支部 ☎FAX 27-9929(奥野)

### 健康姿勢講座「姿勢と背中、肋骨の痛み」編 要申込

- 日時 7/6(土)13:00
- 場所 YSアリーナ八戸大会議室
- 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
- 申込 KCSセンター城陽八戸出張所 ☎070-2217-5263(佐々木)

### 「身体のをを作る」合気道稽古体験会 要申込

- 日時 7/7・14の各(日)19:00～21:00(全2回)
- 場所 白山台中学校柔道場
- 内容 合気道の稽古を通じてしなやかで柔軟な身体のををつくることを目指す体験会
- 持ち物 運動できる服装 ※稽古は畳の上で素足で行います。
- 申込 合気道三八道場 ☎38aikido@gmail.com

### あおり県民カレッジ三八地区地域キャンパス講座

#### 歴史講座「根城南部の三百年」～忠節と平和と～ 要申込

- 日時 7/11(木)13:30～15:30
- 場所 はっち2階シアター2
- 講師 蛇口剛義
- 定員 50人
- 申込 あおり県民カレッジ事務局 ☎017-739-0900  
三八学友会事務局 ☎35-5674

### 第54回八戸小唄流し踊り

- 日時 7/12(金)17:30(小雨決行)
- 場所 八戸市中心市街地(十三日町～三日町)
- 固奥奥日報社八戸支社 ☎51-8989

### 八戸工業大学マチナカ公開講座

- 日時 ①7/13②20③27の各(土)④28(日)13:30～14:30
- 場所 ばんらぼ(番町)
- 内容 ①スポーツが上手くなるために知っておきたいこと ②持続可能な音楽文化にするためには? ③八戸の祭と大澤多聞 ④祭りの古今東西
- 講師 ①大室康平 ②樋本まどか ③佐々木崇徳 ④皆川俊平
- 申込 八戸工業大学 ☎25-8005

### 青森労災病院 市民公開講座

- 日時 7/20(土)13:00～14:45
- 場所 青森労災病院中央待合ホール
- 内容 ①保健機能食品の活用術ーからだのために出来ることー ②放射線治療の副作用に対するトマトジュースの寄与 ③野菜と健康ー抗酸化力って何?ー
- 講師 ①川村美穂(労災病院栄養管理室長) ②富士泰世(帝京大学医療技術部看護学科助教) ③鈴木重徳(カゴメ株式会社健康研究所所長) ※感染症対策のため、マスクの着用にご協力をお願いします。
- 申込 青森労災病院医事課 ☎33-1551

### 八戸工科学院「オープンキャンパス2024」 要申込

- 日時 7/27(土)9:00～15:00
- 場所 八戸工科学院
- 内容 ①体験授業 ②ものづくり教室&しごと体験 ③企業・団体PRブースの設置(作業体験など有り)
- 対象 ①高校生 ②小学4～6年生(保護者同伴)
- 申込 八戸工科学院 ☎28-6811(荒木田)



HPはこちら

### 八戸工業高等専門学校公開講座 要申込

- 日時 8/3(土)13:00～15:00
- 場所 八戸高専
- 内容 光と虹と空の科学
- 対象 小・中学生(小学4年生以上)
- 定員 20人
- 申込 7/16(火)～25(木)に八戸工業高等専門学校 ☎27-7239<(土)(日)(祝)を除く>

# 介護保険料のお知らせ

介護保険課 ☎43-9285

65歳以上の皆さんへ、令和6年度の介護保険料の通知書を7月上旬に送付します。

## 介護保険の加入者

第1号被保険者…65歳以上の人

第2号被保険者…40歳以上65歳未満の健保組合、全国健康保険協会、市町村国保などの医療保険加入者



**第1号被保険者になると、保険料の決め方と納め方がこれまでと変わります。**

## 保険料の決め方

第1号被保険者の保険料は15段階に分かれていて、収入や所得、世帯課税の状況などにより、基準月額(令和6年度は5,800円)に保険料段階で決めた保険料率を乗じた金額となります。



詳しくは  
こちら

## 保険料の納め方

### ①今年度65歳となる場合

▷第1号被保険者としての保険料は、65歳の誕生日の前日の属する月の分から納めることになります。

(例)7月1日生まれの人は、6月分から納付。7月2日生まれの人は、7月分から納付。

▷納付方法は、金融機関などで納付書により納める「普通徴収」となります。

▷納付書は、65歳となる月が4月または5月の場合は7月中旬までに、7月～翌年3月の場合は65歳になる月または翌月に郵送されます。

### ②前年度以前に65歳となった(前年度から引き続き保険料を納めている場合)

▷公的年金が年額18万円以上の人は、年金から差し引き(天引き)となる「特別徴収」となります。

ただし、次の場合は一時的に普通徴収となります。

(例)年金を担保にしている場合(担保の返済が終われば特別徴収になる)

他の市町村から八戸市へ転入してきた場合

(転入前が特別徴収だった人は翌年度以降に特別徴収に戻る) など

▷保険料は通知書でお知らせします。(7月中旬までに郵送予定)



## 納付が難しいとき

地震などの災害により、住宅・家財などの財産について著しい損害を受けた場合など、特別な事情があると認められたときは、保険料の減免や徴収の猶予を受けられることがあります。納付が難しいときはご相談ください。

## 保険料の減免申請

7月に通知書が届いた人は、7月29日(月)までに申請してください。8月以降は随時受付をします。

**「第9期八戸市高齢者福祉計画(令和6年度～令和8年度)」を策定しました。**

**八戸市は「誰もが自分らしく、生き生きと健やかに安心して暮らせるまち」を目指します！**

目指す姿を達成するために

▷施策1 生きがいをもち、地域の担い手となるための健康・生きがいづくりを推進します

▷施策2 住み慣れた地域で安心して生活していくための地域包括ケアシステムを深化・推進します

▷施策3 介護が必要な人とその家族の生活全体を支えるための介護サービスを充実します

▷施策4 すべての市民の人権が尊重され、地域全体で支え合うための安全・安心な暮らしを確保します

※詳しくは市ホームページをご覧ください。



市HPは  
こちら

介護保険課 ☎43-2287

# 後期高齢者医療保険料のお知らせ

国保年金課 ☎43-9065

75歳以上の皆さんへ、令和6年度の後期高齢者医療保険料の通知書を7月中旬に送付します。

## 後期高齢者医療制度の保険料率などが見直されました

保険料	令和4・5年度	令和6・7年度
均等割額 【被保険者全員が納める額】	44,000円	46,800円
所得割額 【所得に応じて納める額】	8.80%	9.90% (※1)
賦課限度額	66万円	80万円 (※2)



※1 基礎控除後の総所得金額等が58万円を超えない被保険者は9.20% (令和6年度)

※2 次に当てはまる人の賦課限度額は73万円 (令和6年度)

①4月1日より前に後期高齢者医療制度の被保険者であった人

②令和6年度中に障害認定を受け後期高齢者医療制度の被保険者となる人

(令和5年の基礎控除後の総所得金額等が58万円を超えない被保険者の賦課限度額は67万円)

<b>均等割額</b> 46,800円	+	<b>所得割額</b> (前年の総所得金額等 - 43万円) × 9.90%	=	<b>保険料 上限額 80万円</b>
------------------------	---	---	---	-----------------------------

## 均等割額の軽減

世帯内の「後期高齢者医療制度加入者」と「世帯主」の所得を合わせた合計所得により、均等割額が軽減されます。

	令和5年度	令和6年度
軽減割合	世帯(被保険者および世帯主)の合計所得	
7割	43万円 + 10万円 × (年金・給与所得者等の数 - 1) 以下	
5割	43万円 + (29万円 × 被保険者の数) + 10万円 × (年金・給与所得者等の数 - 1) 以下	43万円 + (29.5万円 × 被保険者の数) + 10万円 × (年金・給与所得者等の数 - 1) 以下
2割	43万円 + (53.5万円 × 被保険者の数) + 10万円 × (年金・給与所得者等の数 - 1) 以下	43万円 + (54.5万円 × 被保険者の数) + 10万円 × (年金・給与所得者等の数 - 1) 以下

## 被用者保険の被扶養者であった人に対する軽減

後期高齢者医療制度に加入する前日まで被用者保険(会社の健康保険など)の被扶養者であった人は、後期高齢者医療制度の資格取得後2年間は均等割額が5割軽減となります。

ただし、世帯の所得が低い人は、さらに高い割合での軽減(7割軽減)が受けられます。

## 昨年度までの保険料の納め忘れはありませんか？

後期高齢者医療保険料を金融機関などの窓口で直接納める人は、納入通知書(納付書)を送付しています。納め忘れの納付書をお持ちの人は、お近くの金融機関(ゆうちょ銀行を除く)や市民サービスセンター、南郷事務所での納付をお願いします。

なお、昨年度までの分で、納期限までに納めていない人には、督促のはがきをお送りしていますので、市からの郵便物をご確認ください。

※事情により納付が困難な場合や、納めたかどうか分からない場合はお問い合わせください。



# 地震から命を守るために 住宅・ブロック塀等の耐震化を進めましょう

## あなたのおうち、本当に大丈夫ですか？

### 自分の家の耐震について考えよう！

令和6年1月1日の能登半島地震でも、昭和56年5月以前に建築された住宅（旧耐震基準の住宅）に多くの被害が出ました。巨大地震はいつどこで起こっても不思議ではありません。大きな地震が来る前に備えておきましょう。



### 木造住宅の耐震診断・耐震改修を支援します

昭和56年5月31日以前に建築された木造住宅に専門知識のある耐震診断員を派遣し、耐震診断を行います。また、所定の要件を満たす木造住宅に耐震改修工事などを行う場合に、工事費用の一部を補助します。

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。

●耐震診断支援事業 自己負担 **11,000円** から

●耐震改修支援事業 最大 **838,000円** 補助



耐震診断支援事業  
の詳細はこちら



耐震改修支援事業  
の詳細はこちら

## ブロック塀等の安全確認をお願いします！

既存のブロック塀等の中には、基準に満たないものや老朽化しているものがあります。また、過去の大地震でも倒壊により多数の死傷者が出ています。

安全な避難経路確保のためにも責任を持って点検・管理しましょう。



### 下記のようなブロック塀に注意！

下記のチェック項目に沿って所有しているブロック等を点検してみましょう。ご自身での点検が不安な人は専門家へご相談ください。ひとつでも不適合があれば危険です。通行人への速やかな注意表示と改修・撤去などの対策を行いましょう。

□塀の高さは地盤から2.2m以下か

□塀の厚さは10cm以上か(塀の高さが2m超2.2m以下の場合は15cm以上)

□塀の長さ3.4m以下ごとに、塀の高さの1/5以上突出した控え壁があるか(塀の高さが1.2m超の場合)

□コンクリートの基礎があるか

□塀に傾き、ひび割れはないか など



点検のチェックポイント  
の詳細はこちら

### 危険ブロック塀等の安全対策を支援します

所定の要件を満たすブロック塀等の安全対策工事(耐震改修・建替え・除却)を行う場合、工事費用の一部を補助します。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。

※安全対策工事の着手前に申請が必要です。

●危険ブロック塀等安全対策支援事業 最大 **12万円** 補助



安全対策支援事業  
の詳細はこちら

# 青の煌めきあおもり国スポ・障スポ

## 2026 翔ける未来へ縄文の風に乗って

第80回国民スポーツ大会 第25回全国障害者スポーツ大会

1



公式マスコット  
「アップリート君」

固青の煌めきあおもり国スポ・障スポ八戸市実行委員会事務局（国民スポーツ大会準備室内） ☎ 43-9569

### 青の煌めきあおもり国スポ・障スポとは

国民スポーツ大会<sup>(※)</sup>（国スポ）は、毎年、都道府県持ち回りで開催される国内最大のスポーツの祭典です。

令和8年（2026年）に予定されている「青の煌めきあおもり国スポ」は、49年ぶりに青森県で開催となります。

また、全国障害者スポーツ大会（障スポ）は初めて開催されます。

（※）今年より国民体育大会から国民スポーツ大会に名称が変更となりました。

### 八戸市で開催される競技

#### 第80回国民スポーツ大会「青の煌めきあおもり国スポ」

▷冬季大会：スケート（スピード・フィギュア）、アイスホッケーの2競技

会 期：令和8年1月31日（土）～2月8日（日）（9日間）

▷本大会：サッカー、バスケットボール、レスリング、自転車（トラックレース）、

ソフトボール、ラグビーフットボール（7人制）、ボウリングの7競技

会 期：令和8年10月10日（土）～20日（火）（11日間）

▷デモンストレーションスポーツ：空道

会 期：令和6年度に決定

#### 第25回全国障害者スポーツ大会「青の煌めきあおもり障スポ」

▷サッカー（知的）、フットソフトボール（知的）の2競技

会期：令和8年10月23日（金）～26日（月）（4日間）



### 競技を知ろう part1 ～冬季大会で行われる競技を紹介します～



#### スピードスケート

スピード競技は、スケートリンクを周回し、ゴールタイムを競う競技です。  
競技には、ダブルトラックレースとシングルトラックレースの2種類の競技方法があり、国スポは、数名の選手が同時にスタートして競技するシングルトラックレースで行われます。  
集団で滑走するため、目まぐるしく順位が入れ替わるスリリングな展開をお楽しみいただけます。



#### フィギュアスケート

国スポで行われる「シングル・スケーティング（国際フィギュアスケート連盟が定める種目）」は、  
（1）規定された演技要素（ジャンプ、スピンなど）から構成されたショート・プログラム、（2）規定内で要素を自由に組み合わせたフリー・スケーティングの順で演技を行い、両者の合計点で順位が決定されます。  
選手が音楽を全身で表現する演技は、芸術的で観客を大いに沸かせます。



#### アイスホッケー

スティックを使って、パックを相手ゴールに入れることを競う競技です。1試合を3ピリオドに分け、得点を多くあげたチームが勝者となります。  
スケートの速さと一瞬の判断力に加え、ボディコンタクトの迫力が魅力のスポーツです。

今回は10月号に掲載！

◆ \ 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

25



はれやま く み こ  
晴山久美子さん(キャラバン・メイト)

認知症について理解し、当事者や家族を支援する「認知症サポーター」。市内の居宅介護支援事業所でケアマネジャーとして勤務する晴山さんは、認知症サポーターを養成する「キャラバン・メイト」として、仕事や家事と両立しながら活動を続けていらっしやいます。そんな晴山さんからお話を伺いました。

## キャラバン・メイトとして

仕事で認知症の人やその家族と常に接していたため、キャラバン・メイトの活動にも興味を持つようになりました。学校や町内会、事業所などで養成講座を開催し、受講者の年代や職業に合わせてお話しするようにしています。一緒に働く同僚が養成講座を受講した後、認知症の人を支援するボランティア活動に参加するようになり、支援の輪が広がっていくのを感じたときはうれしかったです。

「認知症の人と家族の会」の活動では、介護者同士が経験や思いを語り合う「つどい」や、認知症について理解を深めるイベントの開催などを行っています。

## 両立が面白い！

現在、中学生と高校生の2人の子育て中です。仕事や活動で家を不在にするときもありますが、子どもたちが大きくなってからは家のことを手伝ってくれるので、日ごろから「ありがとう」「助かっているよ」と言葉にして伝えるようにしています。

また、仕事の知識がキャラバン・メイトの活動に役立ったり、逆に活動の経験が仕事に活かされたりと相乗効果があり、自分にとっては、仕事と活動の両立がすごく面白いです。これらのことが原動力になり活動が継続できていると思います。

## 認知症に理解のある社会へ

認知症は誰でもなる可能性があり、特別なことではありません。このことを伝え、正しく理解している人が地域に増えて、認知症の人が住み慣れた地域で暮らしていけるようにしたいです。講座は町内会や職場など5人以上で開催できますので、ぜひご検討ください。

また、認知症のことや介護のことで悩みのある人は1人で抱え込まず、地域の高齢者支援センターなどの相談窓口や、介護予防センターで行われている「認知症の人を抱える家族のつどい」などでお話を聞かせてください。



キャラバン・メイトとして活動中の様子



「認知症の人と家族の会」の一員として「認知症フォーラム」の運営にも携わっています。



「キャラバン・メイト」  
についてはこちら

次回は10月号に掲載！

広報  
はちのへ

2024

7

No.1391

市ホームページ



市公式SNS



2024年7月号  
令和6年6月20日発行

[印刷部数] 97,800部  
[印刷経費] 62,568円/部



広報はちのへを、スマホで

Catalog Pocket カタポケ

This Public relations magazine can be read in 10 languages.

無料  
Free App

[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

UD  
FONT  
by MORISAWA