

いっしょに、よむ・しる・はなす

広報

はちのへ



読書が好きな高校生2人が、7年11/1にスタートした「はちのへ電子図書館」を体験しました。はちのへ電子図書館について、詳しくは2～5ページをご覧ください。

特集

図書館をもっと身近に
はちのへ電子図書館

2026

2

No.1410

\ 図書館を **もっと** 身近に /

はちのへ電子図書館

☎記事について…広報統計課 ☎43-9317 ▷はちのへ電子図書館について…図書館 ☎22-0266



市では、7年11月1日に「はちのへ電子図書館」を開始しました。電子図書館とは、実際に図書館に行かなくても、インターネットを通じて、スマートフォンやタブレット、パソコンから無料で電子書籍を借りることができるサービスです。ぜひはちのへ電子図書館をご利用ください。



詳しくはこちら

はちのへ電子図書館の特徴

図書館に行かなくても
借りられる

休館日・開館時間を
気にしないでいい

汚す・破く・紛失するなどの
心配がない

一部のタイトルは「文字拡大」や
「音声読み上げ」機能付き

自動で返却されるため、
返し忘れがない

ブラウザで読むことができるため、
アプリケーションは不要

はちのへ電子図書館の概要

対象 市内に在住または通勤・通学している人

貸出数 1人3点まで

タイトル数 約400タイトル
(他にも、約300タイトルの雑誌が閲覧可)

貸出期間 15日間



はちのへ
電子図書館
はこちら

はちのへ電子図書館の使い方

利用カードを持っている人

利用者ポータルサイトでパスワードを登録してご利用ください。パスワードの登録には、次の情報が必要です。

- ▶ 利用カードの番号(半角数字9桁)
- ▶ 氏名(全角カタカナ)
- ▶ 生年月日(半角数字8桁)



登録はこちら

※利用カードを持っていて、市外在住で市内に通勤・通学している人は、初めて利用する際に図書館での手続きが必要です。

利用カードを持っていない人

図書館で利用カードの発行手続きが必要です。発行後、パスワードを登録してご利用ください。



動画はこちら



1 ログインする

ログイン

利用者ID

●●●●●●●●●●

パスワード

●●●●●●●●●●

ログインする

利用者IDとパスワードを入力して、「ログインする」を押します。

- ▶ 利用者ID
利用カードのバーコード下にある番号(半角数字9桁)
- ▶ パスワード
利用者ポータルサイトのログインパスワードと同じ

2 資料を探す

▶ ジャンルから探す

ジャンルで探す

- 総記
- 哲学
- 歴史
- 社会科学
- 自然科学
- 技術・工学・工業
- 産業
- 芸術・美術
- 言語
- 文学
- 児童

ジャンルを選択すると、選択したジャンルの検索結果一覧が表示されます。また、検索ワードを自由に入力して検索することもできます。詳細検索では、資料名、著者名など細かく条件を指定して検索することもできます。

▶ 検索ワードから探す

資料を探す

フリーワード検索

検索

詳細検索

資料名

条件を入力してください

この言葉を含む

かつ (AND)

著者名

条件を入力してください

この言葉を含む

かつ (AND)

出版者

条件を入力してください

この言葉を含む

出版年月

年 年 月 月

～

年 年 月 月

ジャンル

資料区分

電子 (図書)

電子 (雑誌)

コンテンツタイプ

電子書籍 (リフロー)

電子書籍 (フィックス)

コンテンツタイプとは?

リッチコンテンツ

動画コンテンツ

音声コンテンツ

洋書コンテンツ

対応デバイス

Windows

Mac

iOS

Android

絞り込み条件

貸出可能

誰でも読める

音声読み上げ

検索

キャンセル

3 資料を借りる

資料詳細

料理の本

著者: ●●●●●●●●

出版者: ●●●●●●●●

コンテンツタイプ: ●●●●●●●●

Windows

Mac

iOS

Android

借りる

※画像はイメージです。

借りたい資料を見つけたら、「借りる」を押します。

4 貸し出し完了

貸出完了

「料理の本」の貸出が完了しました。2026年1月20日までご利用いただけます。なお、ご利用期限日を過ぎると自動的に返却されます。

今すぐ読む

借りている資料一覧へ

閉じる

貸し出し完了です。貸し出し状況の詳細は、マイページの「借りている資料一覧」から確認できます。

はちのへ電子図書館を使ってみて

体験会に参加した5人の利用者に、電子図書館を使った感想などを伺いました。

【本との関わり方についての質問】

- ①本を読む頻度 ②よく読むジャンル ③1年で読む本の数
④図書館を利用する頻度・目的 ⑤紙書籍派か電子書籍派か
⑥本の入手方法 ⑦本を選ぶときのポイント

本との関わり方

- ①週に1～2回
- ②推理小説、考古学、博物館学
- ③30冊
- ④週に1～2回、書籍を借りる・勉強する・イベントに参加する
- ⑤目的に合わせて両方使う
- ⑥新刊を購入する、無料の電子書籍を読む、図書館で借りる
- ⑦タイトル、表紙、自分のためになる

▶ 検索してみた書籍は？

雑誌、絵本

▶ 利用してみてどうだった？

簡単に書籍を借りられました。文字や写真が鮮明で、小さい文字も拡大して読むことができました。

▶ 今後期待することは？

個性的な書籍が入荷されることです。同世代の人の興味を引くような、視覚的にインパクトのある書籍もいいかもしれません。

▶ 今後増えてほしい書籍は？

アート

▶ 電子図書館を使い続けたい？

紙書籍と電子書籍の両方の利点を生かして使い続けたいです。

▶ 電子図書館の良いところは？

自動で返却されるため、返却忘れがないところ
です。



本との関わり方

- ①ほとんど毎日
- ②日本近代文学、哲学、心理学
- ③15冊
- ④2週間に1回程度、書店では売っていない書籍を借りる
- ⑤紙書籍派
- ⑥新刊・中古を購入する、図書館で借りる
- ⑦作家、タイトル、書評で気になった

▶ 検索してみた書籍は？

文学、哲学、歴史

▶ 利用してみてどうだった？

短編集を借りた際、目次の中の作品名をタップするだけで該当ページに移動できて、便利だと思いました。

▶ 電子図書館を使い続けたい？

読書するときのめくる動作も含めて楽しみたいときは紙書籍、手軽に読みたいときは電子図書館というように使い分けたいです。

▶ おすすめの使い方は？

図書館に行く時間を確保するのが難しい人や、文字拡大・音声読み上げ機能を使いたい人におすすめです。

▶ 電子図書館の良いところは？

「八戸ゆかりの作者たち」など、地域ならではの書籍が借りられるところ。



本との関わり方

- ①ほとんど毎日
- ②小説、伝記、おはなし会で使う絵本
- ③150冊(絵本を含む)
- ④週2～3回、おはなし会で使う絵本や話題の新刊小説を借りる
- ⑤紙書籍派
- ⑥新刊を購入する、図書館で借りる、家族や友人から借りる
- ⑦作家、評価が高い、賞を獲得した

▶ 検索してみた書籍は？

文学、絵本

▶ 電子図書館の良いところは？

思い立ったら、すぐに借りられるところです。電子図書館で借りた書籍を試し読みし、その上で必要があれば、紙書籍を図書館に借りに行ったり、書店で購入したりすることができます。

▶ 今後増えてほしい書籍は？

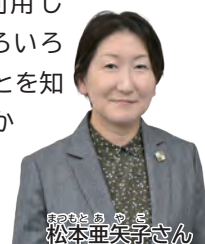
新刊小説、入手が困難な書籍

▶ 体験会はどうだった？

丁寧な説明を聞くことができ、助かりました。操作に不安を感じる人は、図書館に相談してみてください。

▶ 電子図書館を使い続けたい？

電子図書館を利用して、読書にはいろいろな方法があることを知りました。これからも活用していきたいです。



本との関わり方

- ①ほとんど毎日
- ②文学、教育、受験
- ③150冊(絵本を含む)
- ④週に1回、書籍を借りる・おはなし会に参加する
- ⑤目的に合わせて両方使う
- ⑥新刊・中古を購入する、図書館で借り、読み放題サービスを利用する
- ⑦作家、評価が高い、工作上必要

▶ 検索してみた書籍は？

教育関係、絵本、日本文学

▶ 利用してみてどうだった？

興味を持った書籍をすぐ読み始められました。時間を有効活用できて良かったです。

▶ 今後増えてほしい書籍は？

絵本

▶ 今後期待することは？

さまざまなジャンルの書籍が増えてほしいです。

▶ 電子図書館を使い続けたい？

便利なので使い続けたいです。

▶ おすすめの使い方は？

子どもの通院の際、待ち時間に読むための絵本を持って行っていました。電子図書館を利用し始めてからは、子どもと一緒に書籍を選び、スマートフォンで読んでいます。たくさんタイトルの中から選ぶことができ、子どもの希望にもすぐに応えられるのでおすすめです。

本との関わり方

- ①週に1～2回
- ②趣味、コミック、絵本
- ③50冊(ほとんどコミック)
- ④月に1回、おはなし会に参加する
- ⑤電子書籍派
- ⑥無料の電子書籍を読む、読み放題サービスを利用する
- ⑦作家、タイトル、試し読みをしたら面白かった

▶ 検索してみた書籍は？

料理、絵本、雑誌

▶ 利用してみてどうだった？

いろいろな雑誌を読むことができて面白かったです。普段あまり読書をしていないのですが、ゆっくり選ぶことができるので、何か読んでみようかなという気持ちになりました。

▶ 電子図書館の良いところは？

図書館に行く手間がかからないところです。

▶ 電子図書館を使い続けたい？

普段読まないジャンルを試しやすいので、今後も使い続けたいです。

▶ 今後増えてほしい書籍は？

料理、コミック、雑学



小平駿貴さん(下段)

小平彩美さん(上段)

よくある質問をご紹介します

Q

図書館にある紙書籍全てを電子図書館で読むことができますか？

A

図書館にある紙書籍と電子書籍は、同じタイトルもありますが、図書館にしかないものや電子図書館にしかないものもあります。

Q

返却方法を教えてください。

A

「借りている資料」のページにある、「返す」を押すと返却できます。

Q

貸出期間を延長することはできますか？

A

次の予約者がいない場合は、1回のみ延長が可能です。延長期間は延長手続きをした日から15日間です。

Q

電子書籍はこれから増えていきますか？

A

増える予定です。新しい電子書籍が加わった際には、電子図書館のサイトや図書館のSNSなどでお知らせします。



はちのへ電子図書館について、分からないことがあるときは、お気軽に図書館のカウンターにご相談ください。



国重要無形
民俗文化財

八戸えんぶり

※(ナ)ながえんぶり
(ド)どうさいえんぶり詳しくは
こちら

奉納～御前えんぶり

囃八戸地方えんぶり保存振興会(一財)VISITはちのへ
☎70-1110

行事名	場所	日時・出演	
奉納	長者山新羅神社	2/17☞	7:00
撮影会	長者山新羅神社		8:00～9:00 仲町(ド)・中居林(ナ)
行列待機	長者まつりんぐ広場		
行列	鍛冶町出発		10:00
一斉摺り	中心市街地		10:40～11:20
御前えんぶり	市庁前広場		12:15 平内(ナ)



えんぶり公演日程

囃八戸地方えんぶり保存振興会(記載がない場合) ☎70-1110

公演名	場所	日時・出演		定員・観覧料・申し込み・問い合わせ
えんぶり公演 要申込	SG GROUP ホールはちのへ (公会堂)	2/17☞	13:00 八太郎(ド) 14:00 子どもえんぶり(北稜中・白鷗小) 15:00 重地(ナ) 16:00 民謡ステージ	【観覧料】一般1,500円、団体料金 (20人～)1,350円 ※中学生以下無料 ☎申問 SG GROUP ホールはちのへ (公会堂) ☎44-7171
		2/18☞	13:00 横町(ナ) 14:00 子どもえんぶり(中居林小・青潮小) 15:00 十一日町(ド) 16:00 民謡ステージ	
かがり火えんぶり	市庁前広場	2/17☞	18:00 剣吉(ド)、19:00 田代(ド)、20:00 櫛引上(ド)	
		2/18☞	18:00 妙(ド)、19:00 仲町(ド)、20:00 細越(ド)	
		2/19☞	18:00 八太郎(ド)、19:00 大久保(ド)、20:00 東十日町(ド)	
		2/20☞	18:00 日計(ド)、19:00 新組(ド)、20:00 内丸(ド)	
お庭えんぶり 要申込	更上閣	2/17☞	17:00、19:15 荒谷(ド)・平内(ナ)	【定員】各回100人(全席指定) 【観覧料】3,500円、4,000円(いずれもせんべい汁・甘酒・お土産付き) ☎ローソンチケット・KKdayで購入
		2/18☞	17:00、19:15 賣市(ナ)・糠塚(ド)	
		2/19☞	17:00、19:15 上組町(ド)・石堂(ナ)	
		2/20☞	17:00、19:15 横町(ナ)・妻神(ド)	
マチニワえんぶり	マチニワ	2/17☞	13:30 小中野(ド)、15:00 名川中(ド)、 17:00 市庁(ド)	囃八戸ポータルミュージアムはっち ☎22-8228
		2/18☞	12:00 塩町(ド)、17:00 福田上(ド)	
		2/19☞	12:00 鳥屋部(ド)、17:00 常番町(ド)	
		2/20☞	12:00 研賛会(ド)、17:00 妙(ド)	
史跡根城えんぶり	史跡根城の広場	2/18☞	11:00 賣市(ナ)	【入場料】一般250円、高校・大学生 150円 ※中学生以下無料 囃史跡根城の広場 ☎41-1726
		2/19☞	11:00 内丸(ド)	
えんぶり一般公開	市庁前広場	2/19☞	13:00 重地(ナ)、14:00 細越(ド)	
		2/20☞	13:00 中居林(ナ)、14:00 山道(ド)	

運行経路

※悪天候などの影響により、日程が中止・変更となる場合があります。



関連イベント

行事名	日時	場所	内容・問い合わせ
魚たちのえんぶり舞い展	開催中～3/31🎫 各日9:00～17:00	八戸市水産科学館 マリエント	えんぶりをテーマに魚や生き物を展示 ☎八戸市水産科学館マリエント ☎33-7800
八戸えんぶりフェア	1/31🎫～2/22🎫 各日10:00～20:00 ※(日)(祝)は19:00まで	八戸ブックセンター	えんぶりに関連した書籍・グッズを販売 ☎八戸ブックセンター ☎20-8368
八戸えんぶりDVD上映会	2/17🎫～20🎫 各日9:00～19:00	図書情報センター	同館所蔵のえんぶりDVDを上映 ☎図書情報センター ☎70-2600
色画用紙でえぼしをつくろう！	2/17🎫～20🎫 各日10:00 ※なくなり次第終了	はっち4階 リビング	【参加費】300円 ☎八戸ポータルミュージアムはっち ☎22-8228
無料開放	2/17🎫～20🎫 各日10:00～20:00	南部会館	無料休憩所として開放(飲食物持ち込み可) ☎南部会館 ☎43-9202
ロビー展「昭和のえんぶりパネル展」	2/17🎫～27🎫 各日9:00～17:00	南部会館	(株)デーリー東北新聞社所蔵の、昭和のえんぶりを撮影したパネルを展示 ☎南部会館 ☎43-9202
えんぶり着付け体験	2/17🎫～20🎫 各日10:00～15:00 ※17日は16:00まで	はっち1階 シアター1	太夫・祝福芸の衣装の着付け体験(先着順・各日終了30分前まで受け付け)【参加費】300円 ☎八戸ポータルミュージアムはっち ☎22-8228
三味線演奏会	2/17🎫13:00～14:00	南部会館	【出演】赤坂三絃会 ☎南部会館 ☎43-9202
大正琴演奏会	2/18🎫13:00～14:00	南部会館	【出演】琴城流大正琴琴侑会 ☎南部会館 ☎43-9202
オカリナ演奏会	2/19🎫12:00～13:00	南部会館	【出演】ゆりの木 ☎南部会館 ☎43-9202

\ パパ・ママ必見! /

子ども・子育てインフォメーション

2月15日は「国際小児がんデー」

固くく親子健康課 ☎38-0374

日本では、小児がんが子どもの病死原因の上位であるにもかかわらず、いまだ社会的に理解が進んでいない現状を踏まえ、小児がん患者やその家族に対する支援の輪を広げることを目的に、全国的な啓発活動が行われています。

市では、総合保健センターをゴールドにライトアップし、ゴールドリボンを飾ったツリーの展示や、ポスターの掲示をするなどのキャンペーンを実施します。この機会に、小児がんへのご理解とご支援をお願いします。

●実施期間 2月13日(金)～19日(木)



詳しくはこちら

ゴールドリボンとは

小児がんの理解と支援を呼びかける、世界共通のシンボルマークです。



児童館を利用してみませんか？

固子育て支援課 ☎43-9342

児童館は、子どもたちに健全な遊びを提供し、健康増進を図るとともに豊かな情操を育むことを目的とした施設です。市内には15の児童館があり、幅広い年齢層の子どもたちが遊具を使って遊んだり、文化・スポーツ・創作面でさまざまな活動をしっています。

●開館時間

小型児童館

(月)～(土)8:30～18:00

豊崎児童館	☎23-2101
三条児童館	☎27-3545
是川児童館	☎96-1614
南浜児童館	☎38-2109
高岩児童館	☎27-3274
松館児童館	☎25-5313

児童センター

▷(月)～(金) 9:00～18:00 ▷(土) 8:30～18:00

▷小学校の長期休業中 7:30～18:00

中央児童会館	☎22-2667	白銀児童館	☎34-6039
湊児童館	☎34-5095	大館児童館	☎25-0858
小中野児童館	☎45-0022	鮫児童館	☎34-3390
吹上児童館	☎44-1141	江陽児童館	☎44-7073
八戸ニュータウン児童館		☎27-6370	



親子バス遠足



児童館祭り

●休館日 (日)(祝)、12月29日～1月3日(全館共通)

●対象 18歳未満の子どもとその保護者(未就学児は保護者同伴)

※申し込み・問い合わせは各児童館で受け付けています。



詳しくはこちら

おでかけ情報

「イベントあらかると」(10ページ～)の中から、親子で楽しめるイベントをピックアップ!

2/8

三八五・こども館

バレンタイン工作



15ページ

2/11

南郷図書館

あかちゃんのおにわ



12ページ

2/22

八戸ブックセンター

こどもの本のおはなし会



12ページ






2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(田向三丁目6-1)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る (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) 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 ●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 要申込	随時(施設受け入れ可能日) 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 	18(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 		1～2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 1歳6か月児健康診査後 ～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)9:30～15:15 (初回相談 9:30～10:30)	おおむね 3歳6か月～5歳			
	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、相談に応じる。電話相談は随時受け付け。			
	乳児股関節脱臼検診 要申込	毎週(水) ※(祝)を除く 受付 12:40～13:00 総合健診センター(田向)	生後90～120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)	6年7/1～7/12生 6年7/13～7/27生	約1か月前に対象者に通知		すくすく親子健康課 ☎38-0712
	3歳児健康診査	10(火) 24(火)	4年7/27～8/9生 4年8/10～8/24生			
	すくすく離乳食教室 要申込	13(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 アプリ「母子モ」からも申し込み可	
	不妊専門相談 要申込 	28(土)15:00～16:00	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る	1週間前まで	すくすく親子健康課 ☎38-0714 (専用電話)
その他	性と健康の相談  	(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る			



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 市庁代表回43-2111 内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12月23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。詳しくは各担当へお問い合わせください。

保育のお仕事出張相談会 Part3

【日時】2/3(火)10:00~13:00

【場所】ピアドゥ1階 ゼビオ前 

【内容】保育の仕事に関する個別相談や保育求人閲覧・紹介

岡青森県保育士・保育所支援センター

TEL 017-718-2225

E hoiku@aosyakyu.or.jp

NHK 公開番組「大好き♡東北しゃべり亭出張版 in 八戸」

公開生放送 **要申込**

【日時】3/1(日)12:55

【場所】SG GROUP ホールはちのへ(市公民館)

【内容】東北ゆかりのゲストが旬の話題について話す東北応援番組

【出演】吉田沙保里(女子レスリング金メダリスト)、小田井涼平(タレント)、岩崎果歩(NHK 仙台放送局アナウンサー)

TEL 2/5(木)までに申込フォームから申し込み(申込多数の場合抽選)

岡 NHK 青森放送局 TEL 017-774-5111

南郷雪蛭まつり

【日時】2/7(土)17:00~20:00

【場所】道の駅なんごう、朝もやの館、山の楽校

【内容】雪灯籠・キャンドルの点灯によるライトアップ、そばの屋台販売など

岡グリーンプラザなんごう TEL 82-2902

消費者講座 **要申込**

【日時】2/12(木)14:00~15:30

【場所】美術館 スタジオ

【テーマ】相続トラブルを防ごう～相続登記の義務化と自筆証書遺言書保管制度とは？～

【講師】青森地方法務局八戸支局

【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)に在住の人

【定員】40人(先着順)

TEL 2/9(月)までに電話またはEメールから申し込み

岡くらし交通安全課 TEL 43-9524

E kurashikotsu@city.hachinohe.aomori.jp

学生 & 高校生まちづくりコンペティション

【日時】2/14(土)13:30~17:00

【場所】美術館 ジャイアントルーム

【内容】「学生まちづくり助成金」や「高等学校地域活動促進事業助成金」を活用し、学生・高校生が八戸圏域内で取り組んだ地域振興・地域貢献に関する活動の成果を発表

※発表団体については市ホームページをご覧ください。

岡市民連携推進課 TEL 43-9207

2026企業研究フェア in 八戸

【日時】2/17(火)13:00~15:45

【場所】八戸プラザホテル アーバンホール

【内容】ハローワーク八戸が青森県若年者就職支援センター(ジョブカフェあもり)と共同で、就職活動を支援

【対象】大学などの在学者(全学年)、3年以内既卒者・中退者とその保護者

岡ハローワーク八戸 TEL 22-8609(42#)

体力・健康づくり講座 **要申込**

講座名	日時
①新しいストレッチ体操(ルーシーダットン)	毎週(火)13:30
②動ける体づくりの筋力トレーニング	毎週(水)13:30
③エアロビクス(有酸素運動)	毎週(水)14:45
④カラオケ教室	第1・3(木)10:30

【場所】福祉公民館

【料金】月額3,200円

(④のみ月額1,600円)

【持ち物】①~③運動着、運動靴、タオル

岡福祉公民館

TEL 43-0635 内44-5350

北緯 40° ナニヤトヤラ連邦 久慈☆トピックス

久慈地下水族科学館 もぐらんぴあ

もぐらんぴあでは、東日本震災を生き抜いたかめ吉が泳ぐトンネル水槽や北限の海女の実演などが楽しめます。もぐらんぴあ応援団長のさかなクンが育てた魚やイラストなどを展示した、さかなクンコーナーも設置しています。日本唯一の地下水族館にぜひお越しください。

▷ 営業時間 10時~16時 ※(月)休館(4月~10月は18時まで)

▷ 料金 一般750円、大学・高校生550円、小・中学生300円、未就学児無料 ※団体料金あり

岡久慈地下水族科学館もぐらんぴあ
TEL 0194-75-3551



さかなクンの手書きイラストが描かれたさかなクンコーナーの水槽

北緯 40°
ナニヤトヤラ 連邦

省エネセミナー×暮らし学アカデミー **要申込**

【日時】2/27(金)13:30~15:00

【場所】はっち1階 シアター1

【演題】家庭における省エネ・節電のススメ

【講師】佐藤精人さとう せいじんく(一財)省エネルギーセンター家庭の省エネエキスパート)

【定員】30人程度

☎2/26(木)までに環境政策課または八戸ポータルミュージアムはっち

☎環境政策課 ☎43-9265

はっち ☎22-8228

YSアリーナ八戸
スケートリンクー般開放(2月)

開放日	時間
17(火)~20(金) 25(水)~27(金)	13:00~15:00
22(日)・23(月・祝)	14:00~17:00
28(土)	13:00~16:00

※開放日・時間の変更となる場合があります。最新の情報は市ホームページでご確認ください。

※28日は無料開放

(貸しスケート代は有料)

岡長根屋内スケート場 ☎43-9544



史跡根城の広場

☎9・12・16・24 ☎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
体験工房 要申込	2/1(日)~28(土) ※18(水)・19(木)を除く	【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】①2,300円~2,700円②1,100円~

南郷歴史民俗資料館

☎9・12・16・24 ☎9:00~17:00 ☎FAX 83-2443

☎南郷大字島守字小山田7-1 ※入館料あり



行事名	日時	内容など
ミニコレクション展「器(うつわ)」	開催中~3/15(日)	【内容】さまざまな素材で作られた、容器や食器などの「器」を紹介

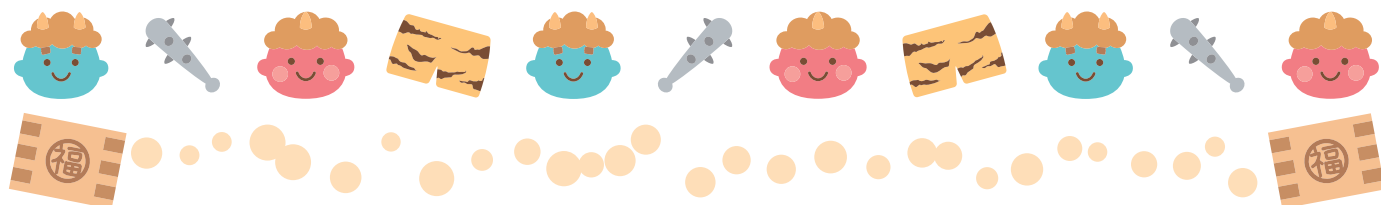
是川縄文館

☎2・9・12・16・24 ☎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・場所	内容など
冬季企画展「縄文・かたちの美 ー是川遺跡のミニチュア製品ー」	開催中~5/6(水・休)	【内容】是川遺跡の出土品の中から、通常よりも小さく作られたミニチュア製品を紹介
サポートスタッフ研修会 要申込	①2/7②21③28の各(土) ①②各日14:00~16:00 ③8:30~16:00 ③盛岡市	【内容】①土面作り・火起こし②外部講師による講座③博物館研修 【対象】中学生以上【定員】各日24人【持ち物】筆記用具 【申込期限】①②各開催日の前日③2/13(金)
考古学講座 要申込	2/14(土)14:00~16:00	【演題】骨とオコゲの同位体分析で見てきた縄文時代の食生活【講師】米田 穰 <small>よねだ のり</small> (東京大学総合研究博物館教授)【定員】100人【申込期限】2/13(金)
日曜日縄文体験コーナー	2/1~15の各(日) 各日9:30~15:00	【内容】火起こし、勾玉作り、縄文土器・土偶作り 他【料金】1,600円以内 ※体験メニューにより受付終了時間が異なります。



市立図書館

休 12・24・27 開 9:00～19:00、(土)(日)(祝)17:00まで
TEL 22-0266 FAX 71-1312 住 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	【HAPPY WOMEN'S DAY! 1/31(土)～2/26(木)】	

南郷図書館

休 12・24・27 開 9:00～19:00、(土)(日)(祝)17:00まで
TEL 60-8100 FAX 60-8130 住 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	【きょうだい 1/31(土)～2/26(木)】【お風呂 1/31(土)～2/26(木)】	
あかちゃんのおにわ	2/11(水・祝) 10:00～12:00	【内容】絵本を読み、会話が楽しめる。親子が自由に過ごせる部屋を開放 【対象】生後4か月～2歳の子どもとその保護者(兄弟・姉妹は一緒に参加可)

図書情報センター

休 12・24～27 開 9:00～19:00、(土)(日)(祝)17:00まで
TEL 70-2600 FAX 70-2601 住 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	開催中～2/23(月・祝)	【内容】市内他館の所蔵資料の中から、山村美紗の本を展示・貸出
おすすめ図書展示・貸出	【ひとめぼれ文庫 1/31(土)～2/23(月・祝)】【天と地 1/31(土)～3/30(月)】	
臨時休館に伴う貸出数・貸出日数の変更	2/10(火)～23(月・祝)	【貸出数】図書・雑誌10冊、視聴覚資料6点【貸出日数】22日間 ※2/24(火)～27(金)は、特別図書整理のため臨時休館となります。
おとの定期便	2/14・28の各(土)	【テーマ】アコースティック・ギター(毎月テーマを決めてCDを流します)

八戸ブックセンター

休 3・10・24・25 開 10:00～20:00、(日)(祝)19:00まで
TEL 20-8368 FAX 20-8218 住 六日町16-2 Garden Terrace 1階



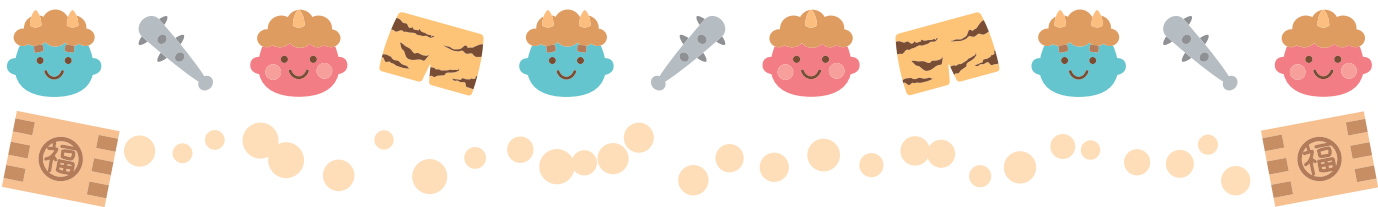
行事名	日時	内容など
生誕90年・寺山修司×画業66年・パロン吉元		
『あゝ、荒野』展 同時開催 『柔侠伝』八戸編 原画展	開催中～3/1(日)	【内容】寺山修司原作・パロン吉元 ^{よしもと} 劇画『あゝ、荒野』の原画やパロン吉元の代表作『柔侠伝』で八戸えんぶりが描かれたシーンの原画を展示。パロン吉元、エ☆ミリー吉元(パロン・プロマネージャー)によるトークショーも開催予定。
こどもの本のおはなし会	2/22(日)10:30～11:00	【内容】発売したばかりの絵本を中心に紹介 【読み手】本のまち八戸おはなし会「ヨムッコ」【定員】10組

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 TEL 70-2396 FAX 23-5396 住 櫛引字山田山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
臨時休館します	2/22(日)は臨時休館日となります。	



八戸ポータルミュージアム はっち

☎3・10・24 ☎9:00～21:00 ☎22-8228 ☎22-8808
 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15周年	2/7(土)～23(月・祝)	【内容】詳しくは16ページをご覧ください。
下崎雅之展	2/15(日)～3/1(日) 各日10:00～18:00 ※25日を除く 2階 シアター2	【内容】綿密な取材を基に人形作りを行う下崎雅之の創作世界を紹介。えんぶり人形をはじめ、故郷の人の姿をかたどった人形、創作の根幹にある三社大祭の山車絵などを展示。
トークイベント 要申込	2/15(日)14:00～15:30 3階 和のスタジオ	【内容】物作りのこだわりや取材で再発見したえんぶりの魅力を語る 【出演】下崎雅之【定員】30人(先着順)
はっち FRIDAY LIVE !	2/27(金)18:00～19:00 1階 はっちひろば	【出演】SPIRAL(バンド)、Music☆Party(エレクトーン&大正琴ユニット) ※詳しくはホームページをご覧ください。
生演奏とダンスで体験する アートワークショップ 要申込	3/1(日)13:00～15:00 5階 共同スタジオ	【内容】音楽と体のつながりを感じながら、表現する楽しさを味わう 【講師】岡田希淳、Marco Girardin【対象】中学生以上【定員】15人(先着順) ※詳しくはホームページをご覧ください。

こどもはっち

☎3・10・24 ☎9:30～16:30 ☎22-5822
 三日町11-1 はっち4階



行事名	日時・場所	内容など
オレンジデー	2/15(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 ※通常利用は12:00～
こどもはっち15周年記念 ただ じゅん公演「ダダスコドンドン」	2/15(日)10:30～11:30 1階 はっちひろば	【内容】和楽器の音にのり、昔話やおめでたい芸能を楽しむ
不登校・ひきこもり相談会 要申込	2/15(日)14:00～16:00 5階 レジデンスB	【内容】不登校や教育などの相談を希望する親の交流会 【対象】おおむね25歳以下
おもちゃ病院	2/22(日)10:00～14:00 SG GROUP ホールはちの へ(公会堂)	【内容】壊れたおもちゃを原則無料で修理(部品交換時は50円～300円)

八戸市美術館

☎3・10・17・24 ☎10:00～19:00 ☎45-8338 ☎24-4531
 番町10-4 E art@city.hachinohe.aomori.jp



行事名	日時	内容など
コレクションラボ012 渡辺貞一 光と影のあわい	開催中～3/23(月)	【内容】青森市出身の画家・渡辺貞一の展覧会
ほろ酔い鑑賞 ほろハチ 要申込	2/20(金)19:00	【内容】お酒と作品鑑賞を楽しむ【出演】渡邊修【対象】20歳以上 【定員】10人【料金】1,000円【申込期限】2/19(木)
エンジョイ！ぬり絵DAY	2/14(土)10:00～14:00	【内容】塗り絵を楽しむ【講師】八戸工業大学第二高等学校美術コース生徒
GOMA展 WONDER 不思議と驚きと奇跡	2/14(土)～3/29(日)	【内容】弘前市出身のアーティスト・GOMAの展覧会 固 GOMA LABO ☎0172-55-5504
トークイベント	2/14(土)11:00～12:00	【出演】GOMA【定員】60人
日比野克彦 KAIKON プロジェ クト キックオフ 要申込	2/22(日)14:00～16:00	【内容】アーティスト・日比野克彦の作品を調査するプロジェクト 【出演】日比野克彦 ※オンライン出演【申込期限】2/21(土)
合併20周年記念 南郷アートプ ロジェクト映画上映会	2/23(月・祝)10:00～19:00	【内容】南郷を舞台に地域の皆さんと制作した映画4作品を上映
八戸市美術館建築ツアーガイド	2/28(土)10:30	【内容】市民スタッフ「アートファーマー」が特徴や魅力を解説
館長クロストーク	2/28(土)13:00～15:30	【内容】青森県立美術館館長・平田オリザと八戸市美術館館長・佐藤慎也が 最近の美術館や文化政策の動向を語る【定員】60人
市民ギャラリー	【令和7年度八戸工業大学感性デザイン学科卒業 2/6(金)～8(日)】【三村紗瑛子 その静かな部屋部屋展 2/13(金)～18(水)】【10周年能面花六展 2/15(日)～20(金)】【寄遠会展 2/21(土)・22(日)】	
大学連携事業 固八戸学院地域連携研究センター ☎080-2844-9193 ㊼research@hachinohe-u.ac.jp		
親子でつくろ！新幹線 要申込	2/1(日)10:30～12:00	【内容】厚紙を切り取って、新幹線や鉄道の模型を組み立てる 【講師】福田弥夫(八戸学院地域連携研究センターセンター長) 【対象】3歳以上【定員】20組(先着順)

八戸市視聴覚センター
 児童科学館

休2・9・16・24 開8:30～16:00 45-8131 45-8132
 住類家四丁目3-1 E jido@kagakukan-8.com

行事名	日時・場所	内容など
【期間】2/1(日)～28(土)		
科学館KIDS工房セルフ	各日9:15、13:00	【内容】大人も子どもも楽しめる物作り体験コーナー【料金】200円以内
プラネタリウム上映	(土)(日)(祝)各日①10:00、11:00、13:00、15:00 ②14:00	【内容】①館長のどき☆どきプラネタリウム～火星人をおもてなし!?～(平日は15:00のみ)②ハナビリウム【定員】各回81人【料金】観覧料
おたのしみ劇場	2/1～23の各(日)(祝) 各日14:00～15:30	【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	2/14・28の各(土) 各日16:00～18:45	【内容】①楽しまナイト劇場(16:00子ども向け、17:30大人向け) ②夜のプラネタリウム③市民星空観望会【定員】①各回100人②各回81人
図書館 映像利用鑑賞会	2/25(水)13:30～15:45 市立図書館	【内容】「ナショナルジオグラフィック 徹底解明 ツタンカーメン死の真相」 上映【定員】30人

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 51-8501
 住鯉町字棚久保14-167

行事名	日時・場所	内容など
ぶらっとプログラム 【場所】レクチャールーム 【時間】各日10:00～15:00 ※利用状況により実施できない場合あり		
種差の自然物deバレンタインのプレゼント作り	開催中～2/15(日)	【内容】種差の自然物を使って、プレゼント作り【参加費】300円
企画展「種差海岸の冬ー風の地、海の音ー自然と食と体験がつなが、冬の種差」	開催中～3/31(火) 各日9:00～16:00	【内容】冬の種差海岸を舞台に、風・地・灯・空の4つのテーマで、この季節ならではの楽しみ方を紹介。写真と言葉で、静けさの中に潜むぬくもり、心に残る冬の魅力を伝える。
種差冬バル	2/1(日)11:00～17:00 海カフェたねさし前テント	【内容】人気店のシェフが地元食材で作った「新・冬旨」を提供
冬のお月見会	2/1(日)16:45 種差海岸休憩所	【内容】解説を聞きながら種差海岸の月を観賞 【講師】柳沢卓美(種差観光協会会長)

八戸市水産科学館
 マリエント

休16・17 開9:00～17:00 33-7800 33-7801
 住鯉町字下松苗場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
アナゴの恵方巻水槽	開催中～2/8(日) 3階	【内容】水槽内の筒から顔をのぞかせるアナゴの面白い習性を楽しむ
マリエント「ちきゅう」たんけんクラブ ※会員は随時受付中		
令和7年度の活動をフィードバック	2/1(日) 3階	【内容】今年度の活動に関わる表彰式を行うほか、(一社)TOCOLによる水中ドローンを使った体験講座を開催
卒業おめでとう展	2/7(土)～3/29(日) 3階	【内容】今年度卒業を控えている市内小・中学生がアンケートにより選んだ第1位～10位の生き物を展示・紹介。応募者の中から、選考により表彰。
地震津波写真展	2/14(土)～3/29(日) 4階	【内容】過去に八戸を襲った地震・津波の被害と津波の脅威を記録した写真の展示やDVD上映の他、当時の新聞記事などを展示
体験コーナー 団体のみ要申込	毎週(日)(祝) ①11:00、14:00②12:00 ③随時④10:00、13:00 3階	【内容】①海のふしぎボックス②魚への餌付け&じゃんけん大会 ③デンキウナギの実験④餌やり体験【対象】有料入館者

館鼻公園内 みなと体験学習館 ^ちみなっ知

☎2・9・16・24 ☎9:00～19:00
☎38-0385 ☎38-5410 ☎湊町字館鼻67-7



行事名	日時	内容など
縄文語あれこれ～あなたも使っている縄文の言葉～ 要申込	2/8(日)10:00～11:30	【内容】縄文時代から話されてきた言葉や地名の語源を紹介 【講師】向谷地芳久(南部紫の会会長)【対象】どなたでも(小学生以下は保護者同伴)【定員】18人【申込期間】1/20(火)～2/7(土)
防災教室「カラダあったか健康体操」 要申込	2/22(日)10:00～11:30	【内容】ストレッチや脳トレを組み合わせた体操を紹介【講師】エスプロモ(株) 【対象】どなたでも(小学生以下は保護者同伴)【定員】15人【持ち物】飲料水、タオル、マット(お持ちの人)【申込期間】1/20(火)～2/21(土)

八戸公園内 ^み^や^こ三八五・こども館

☎2・9・16・24 ☎9:00～16:30 ☎96-3480 ☎96-4631
☎十日市字天摩33-2



行事名	日時	内容など
サクラの杜くらふとらんど(親子工作)		
バレンタイン工作～森のおかし箱～	2/8(日)10:00、14:00 ※各回2時間程度	【内容】木の実を飾り付けて、小物入れ作り【対象】小学生以下 【定員】各回15人(先着順)
季節のモビール工作	2/15(日)10:00、14:00 ※各回2時間程度	【内容】木の実や枝を使って、天井飾り作り【対象】小学生以下 【定員】各回15人(先着順)

山の楽校 ^{がっこう}

☎2・9・16・24 ☎8:00～17:00 ☎FAX 82-2222
☎南郷大字島守字北ノ畑6-2



行事名	日時	内容など
麦はっとなとそばかけの楽校 要申込	2/15(日)9:00～12:00	【定員】10人【参加費】2,000円【申込期限】2/13(金)

SG GROUP ホールはちのへ



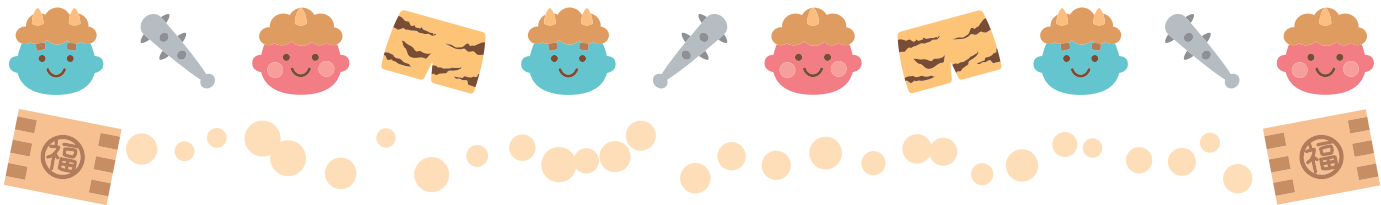
(公会堂) ☎44-7171 ☎44-7176 ☎内丸一丁目1-1

日時	催し物・入場料金
2/8(日)14:00	春を呼ぶコンサート2026親子deクラシック vol.2【入場料金】一般2,500円(当日3,000円)、小・中学生1,000円、未就学児無料
2/14(土) ①10:30 ②14:00	学校法人光星学院 星の子シアター ①ノア方舟②ミニオペレッタ
2/15(日)17:00	888八戸市公会堂「pacchi」大作戦 【入場料金】1,000円
2/22(日)13:00	八戸パフォーマンス☆シアター【入場料金】500円
2/23(月・祝)14:00	神が降りてくる 仏が降りてくる 笑いが降りてくる vol.4(民俗芸能公演) 【入場料金】一般1,500円(当日2,000円)、高校生以下1,000円(当日1,500円)
2/26(木)18:30	牛田智大ピアノ・リサイタル【入場料金】4,500円

(市公民館) ☎45-1511 ☎44-7176 ☎内丸一丁目1-1

日時	催し物・入場料金
2/15(日)14:00	青森県音楽研究会第23回ニューイヤーコンサート【入場料金】1,000円
2/19(木)10:00	花邑一弥ファーストコンサート+ 【入場料金】2,000円
2/22(日)10:30	21thはちのへ子どもフェスタ 春らんまん わくわくコンサート ①②こどもはっち ☎22-5822
2/23(月・祝)10:00	八戸聖ウルスラ学院音楽研究部 令和7年度おさらい会

▷詳細やその他のイベントは、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。



南部会館

〒2・9・16・24 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 住内丸三丁目3-6 E info@nanbukaikan.com



行事名	日時	内容など
ツキイチツクル 事前申込優先	2/12(木)13:00～16:30	【内容】 物作り体験の他、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。



2月のホームゲーム

地元スポーツチームを応援しよう!

東北フリーブレイズ **【会場】**FLAT HACHINOHE



試合日	開始時刻	対戦相手
14(土)	14:00	H.C. 栃木日光アイスバックス
15(日)		
28(土)	14:00	スターズ神戸

試合・チケット…**申間**東北アイスホッケークラブ(株)
TEL71-1611

その他の問い合わせ…
住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

はっちの15周年

2/7(土)～23(月・祝)

はっちは2月11日で開館15周年を迎えます。たくさんの記念イベントを企画していますので、ぜひお越しください。

申間八戸ポータルミュージアムはっち TEL22-8228

15周年セレモニー

●日時 2/11(水・祝)10:30～15:00 ●場所 1階 はっちひろば

プログラム	時間	内容
お祝いコンサート	10:30	八戸出身ピアニスト・豊島裕子 ^{トシマヒロコ} が出演
セレモニー	11:00	式典、南部裂織椅子カバーお披露目
こどもはっち15周年 祝い茶席	11:30	オリジナル和菓子のお茶席 ●料金 300円(小学生以下無料)
森のおとぎ会のお話会	13:30	八戸童話会によるおとぎ話や昔話の読み聞かせ

ちび展2026ベスト～No Miniature No Life～

ミニチュア模型作家・ちびつつ@制作の、懐かしい八戸の風景などの模型を展示

●日時 2/7(土)～15(日)各日10:00～18:00(15日は17:00まで)
●場所 2階 ギャラリー2

ツリーハウスの森～はっちが森になる～

●日時 2/7(土)～23(月・祝)各日9:00～17:00

【木村勝一 ツリーハウスの森】

ツリーハウスビルダー・木村勝一^{きむらかついち}制作のツリーハウスが登場
●場所 1階 はっちひろば

【高橋みのる 木のおもちゃ展】

はっちの「からくり獅子舞時計」の作者・高橋みのる^{たかはし}が制作した木のおもちゃと、からくり獅子舞時計の制作過程の模型を展示
●場所 1階 シアター1、ギャラリー1 ※一部の展示は15日まで

みんなでつくる演劇「ア・ライブ」公演 **要申込**

公募で集まった若い世代のキャストが出演する、15周年を記念した市民演劇。越智良江^{おちよしえ}脚本の、八戸をテーマとした音楽と演劇でつづるオリジナルストーリーを披露。

●日時 2/7(土)・8(日)各日15:00～16:00 ●場所 はっちコート
●対象 小学生以上 ●料金 1階席1,000円、2階席500円
住はっちインフォメーションでチケット販売

昭和レトロ展 安田勝寿コレクション

おもちゃコレクター・安田勝寿^{やすだかつとし}のコレクションを展示

●日時 2/8(日)～15(日)各日10:00～18:00(15日は17:00まで)
●場所 3階 ギャラリー3

十日市秀悦トークショー **要申込**

「熱かった昭和～街は南部弁で溢れでいだなっす!～」

高度経済成長期の中心市街地や横丁がテーマの、十日市秀悦^{しゅうえつ}おもしろトークショー

●日時 2/11(水・祝)14:00～15:30 ●場所 2階 シアター2
住はっちインフォメーションで整理券配布(先着順)



その他の15周年企画はこちら





let's go to the kitchen



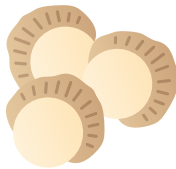
初雪汁



学校給食オリジナルメニューです。
旬の食材を使い、豆乳でまろやかに仕上げました。
おわんの中の雪景色をお楽しみください。

【材料(分量:4人分)】

ボイルほたて…100g(小12個)
豆腐…1/4丁
えのきたけ…25g
白菜…250g(1/8個)
大根…90g(4cm)
白みそ…50g
豆乳…大さじ4
煮干し…適量



Point

- ・初雪が降る季節の風景をイメージして、白い食材を使用しています。
- ・好みの食材を加えるのもおすすめです。

【作り方】

- ①豆腐はさいの目切り、大根はいちょう切り、白菜は1cm幅に切る。
えのきたけは半分に切り、ほぐす。
- ②煮干しでだしを取り、大根を加えて、火が通るまで煮る。
- ③②に白菜、えのきたけ、ボイルほたてを順に加え、ひと煮立ちさせる。
- ④③に豆腐を加え、火が通ったら白みそ、豆乳を入れ、沸騰直前で火を止める。

給食センター見学会 & 学校給食試食会



釜して体験



給食試食会

7年10月に、西地区給食センターで「給食センター見学会 & 学校給食試食会」を開催しました。当日は、給食調理の様子や食育コーナーの見学、学校給食に関する講話の他、児童生徒と同じ給食の試食を行いました。

市ホームページでは、給食の献立表やレシピ、給食センター紹介動画などを掲載していますので、ぜひご覧ください。





2月健康ガイド



※掲載の情報は12月23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(田向三丁目6-1)です。

7年度の「歯周病検診」は3月31日で終了します 固健康づくり推進課 ☎38-0710

対象者には、7年4月に受診券を送付しています。今年度まだ歯周病検診を受けていない人は、早めに受診しましょう。

対象年齢	生年月日
20歳	平成17年4月1日～平成18年3月31日
30歳	平成7年4月1日～平成8年3月31日
40歳	昭和60年4月1日～昭和61年3月31日
50歳	昭和50年4月1日～昭和51年3月31日
60歳	昭和40年4月1日～昭和41年3月31日
70歳	昭和30年4月1日～昭和31年3月31日

- 受診回数 年度内1回
 - 費用 無料(治療にかかる料金は自己負担)
 - 受診方法 受託歯科医院へ直接申し込み
- ※対象年齢であることが確認できれば、受診券がなくても受診できます。必ず「八戸市歯周病検診」を受診することをお伝えください。
※受託歯科医院は「わが家の健康カレンダー」や市ホームページをご覧ください。
※受診日時点で八戸市民ではない人は、無料で受診できません。



詳しくはこちら

冬場のノロウイルス食中毒に注意しましょう 固衛生課 ☎38-0720

ノロウイルスによる食中毒は、食品のごくわずかな汚染でも発生します。調理者はもちろん、調理施設全体を汚染から守り、食品にノロウイルスを「つけない」ことが重要です。

ノロウイルスによる食中毒予防4原則



詳しくはこちら

①持ち込まない

調理する人の健康管理

②拡げない

おう吐物などの適切な処理

③加熱する

加熱の目安は中心温度が85～90℃で90秒以上

④つけない

作業前などの手洗い、調理器具の洗浄・消毒



成人保健



Instagramで健康情報発信中!

記号の説明 ☎ 電話相談 👤 窓口相談 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 ☎ 👤	(月)～(金) ※(祝)を除く 電話相談 8:15～17:00 窓口相談 10:00～12:00、 13:00～16:00	成人の体の病気に関する相談	健康づくり推進課 ☎38-0713
	栄養士による個人相談 ☎ 👤 窓口相談は事前申込優先	電話相談 (月)～(金) ※(祝)を除く 8:15～17:00 窓口相談 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	4(水)14:00～15:30	●演題 ストレスの多いあなたに 目覚めが変わる睡眠と休養のススメ ●講師 岡田元(八戸マナクリニック院長) <small>おかだはじめ</small>	健康づくり推進課 ☎38-0713



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 窓口相談 **要申込** 申し込み必要

	名称	日時	内容・テーマ	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実施 ※ひとり週1回まで	●対象(共通) おおむね65歳以上 (要介護・要支援認定の申請をしている人・認定を受けている人、総合事業を利用している人を除く) 総合保健センター2階 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実施 ※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る ▷認知症予防に関する相談 作業療法士が物忘れについての相談に応じる ●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る ●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る	
教室	シニアいきいき教室 (介護予防教室) 要申込	16(月)13:30~14:30	<small>こうくう</small> 口腔体操で歯つらつ生活 ●講師 青森県歯科衛生士会三八支部歯科衛生士 ●定員 18人 ●申込開始日 1/22(木)	
		3/9(月)13:30~14:30	転びたくない人のための教室 ~身の回りの転倒リスクをチェックしましょう~ ●講師 介護予防センター理学療法士 ●定員 18人 ●申込開始日 1/22(木)	
交流会	認知症の人を抱える 家族のつどい	21(土)13:30~15:30	認知症の人を支える介護者同士がお互いに話し合い、介護の知恵を得ることができる場所です。	(公社)認知症の人と家族の 会青森県支部 ☎35-0930

HIV・肝炎ウイルス・精神保健福祉

記号の説明 電話相談 窓口相談 **要申込** 申し込み必要

	名称	日時・場所	内容・対象	申し込み・問い合わせ先
検査	HIV検査 要申込	12・26の各(木) 各日9:00~12:00	●対象 HIV感染の不安があり、検査を希望する人 (梅毒・クラミジア検査も同時に可)	保健予防課(専用電話) ☎38-0718 またはネット予約
	肝炎ウイルス検査 (B型・C型肝炎) 要申込	①八戸市保健所 12(木)13:15~14:00	●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	①保健予防課(専用電話) ☎38-0718
		②総合健診センター 随時		②総合健診センター ☎70-5563
相談	精神科医師による 精神保健福祉相談 要申込	9(月)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)	6(金)までに保健予防課 ☎38-0717
	こころの健康相談	随時(開庁時間内)	こころの健康に関する相談	保健予防課(専用電話) ☎38-5191
	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(専用電話) ☎38-0718

下長・高館地区

3

まちほこ！

皆さんが誇りに思うような、素敵な
取り組みや文化などをご紹介します

町内会ってどんな活動をしているの？

～町内会長による出前授業開催～

各町内会では、住みよい地域づくりの他、地域の学校と連携した活動を行っています。下長・高館地区の学校で開催された出前授業について、3人の町内会長にお話を伺いました。

固市民連携推進課 ☎43-9182

取り組みのきっかけ

地域学校連携協議会の集まりで校長先生とお話をしたことがきっかけです。

「地域と共にある学校」を目指して、学校・家庭・地域社会がパートナーとして協力し、子どもたちの成長や地域活性化を促す取り組みを進めるためには、子どもたちに町内会について学んでもらうことが大事だということを伝え、共感していただき、出前授業が実現しました。（海上前町内会 守田日出夫会長）



下長中学校・高館小学校での出前授業

下長中学校・高館小学校では、町内会を学校に例え、主な活動について説明しました。子どもたちからは「自分たちにできることがあれば手伝いたい」と声が挙がり、実際に、夏休み中に子ども会のイベントの手伝いをしてくれました。

町内会からの声かけではなく、自発的に手伝いに来てくれたことがうれしかったです。（守田会長）



下長中学校での出前授業の様子

下長小学校での出前授業

下長小学校では、町内会について楽しく学んでもらおうと、クイズを交えながら説明しました。子どもたちからは「町内会が夏祭りや運動会など、さまざまな行事を開催していることが分かった」と言ってもらえました。

この出前講座がきっかけとなり、新たな取り組みとして、町内会で行っている朝のあいさつ運動にPTAの会員が参加してくれることになりました。（下長地区連合町内会 佐々木勝紀会長）

町内会のこれから

私は小学校のPTA会長を務めていたときに、前会長から声をかけていただき、連合町内会活動を手伝うようになりました。町内会からの誘いで地域の行事に参加したことがきっかけで、町内会活動に加わり、町内会を運営するようになったPTAのお父さん・お母さんもいます。

町内会から積極的に地域の小・中学校の保護者と連携を深めるように働きかけることが、若い世代の町内会への参画の推進につながっていると思います。（高館地区連合町内会 川上敦史会長）



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 本 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23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	212,500人	↓ 216人
うち男	101,920人	↓ 90人
うち女	110,580人	↓ 126人
世帯数	110,067世帯	↓ 77世帯
出生	55人	↓ 33人
死亡	265人	↑ 5人

※11月末現在。外国人住民を含む。

出生・死亡は11月届出分。

募集

県営住宅入居者募集

団地名	戸数	階	間取り
多賀台	1	2階建	3LDK
白銀台	1	1	2DK
是川	1	2	3DK
河原木	2	1・3	3K

- 募集期間 2/2(月)～10(火)
※通常は(土)(日)休業ですが、2/7(土)は営業します。
 - 募集条件 3Kは单身または2人以上の世帯、2DK・3DKは2人以上の世帯、3LDKは3人以上の世帯
 - 募集戸数 1/20(火)確定・申込書類配布開始
 - 家賃 月額12,300円～35,200円程度
 - 選考方法 申込多数の場合公開抽選(2月末)
 - 入居予定日 4/1(水)
 - 部屋の事前公開 1/26(月)
- 申 問 県営住宅入居者募集(下長四丁目)
☎ 20-4002

市営住宅入居者募集

団地名	戸数	階	間取り
新井田道	1	平屋	2LDK
石手洗	1	2	3DK
旭ヶ丘	1	1	1LDK(单身可)
	3	2・3	2LDK(※)
白銀台	2	1	1LDK(单身可)
番町ヒルズ	1	3	1LDK(单身可)

※南郷地域、緑ヶ丘、是川(三丁目)、岬台、田端の団地は随時募集中

- 募集期間 1/20(火)～2/10(火)
(土)(日)を除く)
 - 募集条件 单身申し込みは条件あり。世帯人数により申込制限のある住宅あり。(※)は優先入居枠(障がい者・子育て・若者・高齢者世帯など)あり。同性パートナーも同居できます。
 - 申込戸数 1世帯1戸
 - 家賃 入居する部屋や世帯の人数、収入などにより異なる
 - 選考方法 申込多数の場合抽選
 - 入居予定日 4/1(水)
 - 部屋の事前公開 1/30(金)
※団地によって時間が異なります。
- 申 問 清掃テクノ・東北産業グループ(市庁別館9階建築住宅課内) ☎ 73-5045

市政モニター募集



市政に関するアンケートへの回答、市政に関する意見・提案を行う市政モニターを募集します。

- 対象 市内に在住または通勤・通学している18歳以上
- 定員 110人程度(申込多数の場合、年齢・性別・地域を考慮し選出)
- 任期 4年(4月～12年3月)
※アンケートは年6回程度実施
- 謝礼 回答1件につき、500円分の図書カード(予定)を進呈
申 2月20日(金)までに申込書をFAX・Eメール・郵送・直接提出または申込フォームから申し込み

問 広報統計課

☎ 43-9317 FAX 47-1485

E kohotokei@city.hachinohe.aomori.jp

交通災害共済に加入しましょう



- 共済期間 4月1日～9年3月31日
※途中加入の場合は、加入受付時～9年3月31日
- 対象 次のいずれかに該当する人
 - ①県内の市町村の住民基本台帳に記録されている人
 - ②①の人と生計を同じにしており、就労または就学のために県外に住所を移している人
 - ③①以外の人で、県内にいる学校などに在学している人
- 料金 1人350円(学童団体加入は300円)
- 受付場所 ぐらし交通安全課、南郷事務所、各市民サービスセンター
申 2月2日(月)～9年3月31日(水)に各受付場所
問 ぐらし交通安全課
☎ 43-9218

見守り活動にご協力ください



市では、誰もが安心して暮らせる地域づくりのため、さまざまな業種の事業者と「地域の安心・安全見守り協定」を締結しています。

活動に関心がある事業者の皆さんは、福祉政策課までご連絡ください。

●事業の仕組み

▷自身の業務を遂行している中で、市民の生活上の異変や道路・公園の破損などに気付いたときに、状況を市に通報する(業務外で新たな見守りの実施を依頼するものではありません)

▷通報を受けた市は、問題の解消のため、訪問や現地確認などの対応を行う(必要に応じて、関係機関とも情報を共有する可能性あり)

☎福祉政策課 ☎43-9258

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～10年3月31日

●対象 市が発注する市の施設の小規模な修繕契約(100万円以下の軽易なもの)を希望する、次の全てに該当する事業者

▷市内に本店または住所がある法人や個人で、八戸市建

設工事等競争入札参加資格者名簿に登録されていない
▷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

☎2月2日(月)～27日(金)に申請書を契約検査課

☎43-2158

農業委員・農地利用最適化推進委員募集



●内容

①農業委員 農地の権利移動などの審査会議・地域の話し合いへの参加など

②農地利用最適化推進委員 農地の権利移動に関する聞き取り調査や会議での報告、遊休農地の発生防止・解消に向けたパトロールなど

●対象 ①農業に関する見識がある人②農地などの利用の最適化に見識がある、担当区域内で現地活動ができる人

※自薦、農業関係・その他の団体などからの他薦問わない

●定員 ①19人②22人

●任期 3年以内(①7月～②8月～)

☎2月1日(日)～28日(土)(必着)に農業委員会事務局(農政課内) ☎43-9253



書き損じはがきなどを集めています



カンボジアの地雷被害をなくするため、書き損じはがきなどを集めて換金し、地雷撤去団体へ寄付しています。

●回収対象 書き損じ・未使用はがき、未使用切手・テレホンカード・QUOカードなど

☎3月31日(火)(必着)までに(一財)カンボジア地雷撤去キャンペーン

☎092-833-7575

暮らし

カラスの巣は春までに撤去しましょう



カラスの繁殖期である春から夏は、巣に近づくと、カラスから威嚇や攻撃をされることがあります。巣がある木の所有者は、巣が見つけたやってくる冬から春にかけて巣を撤去しましょう。空の巣の撤去は、木の所有者であれば許可なくできます。

枝を^{せんてい}剪定し、見通しを良くして、巣を作られにくくすることも効果的です。

作業の際は、ヘルメットなどを着用し、周囲の安全を十分確認してください。また、作業が容易でない場合は、業者に依頼しましょう。

☎環境政策課 ☎43-9265

浄化槽を適正に
維持管理するために



浄化槽を設置する場合、悪臭の発生や環境汚染を防ぐため、保守点検・清掃・年1回の検査などが義務付けられていますので、適正に維持管理しましょう。

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。保守点検業者・清掃業者に相談しましょう。

次に該当する場合は、市に報告や届け出が必要です。

▷浄化槽を新たに設置(変更)するとき

▷浄化槽の使用を開始・休止・廃止(撤去)したとき

▷浄化槽の管理者が変更になったとき

固環境保全課(届け出・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

新井田川桜づつみの
剪定を実施します



樹木の健全な育成と遊歩道の通行の安全確保のため、新井田川桜づつみの樹木剪定を実施します。

桜の剪定は、風通し・日当たりを良くし、病害虫の発生を抑えるために必要な作業です。

作業中にご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

●作業時期 2~3月

固公園緑地課 ☎43-9141

無料

2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2554、2553)

【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。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。

(※)当日8:15から窓口で受け付け(先着順)。10:00時点で空きがある場合は、電話でも受け付け可能。



場所 くらし交通安全課(市庁別館7階) ※人権相談(南郷地区)は南郷事務所(第3会議室)

対象 八戸市民(個人)

相談名	日時	内容など
一般相談 ☎	平日8:15~17:00	●相談員 市職員
法律相談 【要申込】	①2/9(月)②26(木) 各日13:00~16:00	●相談員 弁護士 ●定員 各日5組(先着順・1組30分程度) ※裁判・調停など係争中の人は除く。事業相談不可。 ●申込方法 電話 ※法律相談の予約とお伝えください。 ●申込受付日 ①2/5(木)②24(火)各日8:30
行政書士相談 【要申込】	2/17(火)13:00~16:00	●相談員 行政書士 ●申込方法 電話 ●申込受付日 2/9(月)・10(火)各日8:15
税務相談(※)	2/2(月)13:00~16:00	●相談員 税理士 ●定員 8組(先着順・1組20分程度)
司法書士相談(※)	2/6(金)・16(月)各日13:00~16:00	●相談員 司法書士 ●定員 各日5組(先着順・1組30分程度)
土地家屋調査士相談(※)	2/3(火)13:00~16:00	●内容 不動産の表題登記・土地の境界など ●相談員 土地家屋調査士
不動産相談(※)	2/10・24の各(火)各日13:00~16:00	●内容 不動産の売買・賃貸など ●相談員 宅地建物取引士 ※1組20~30分程度
公証人相談(※)	2/17(火)9:00~12:00	●相談員 公証人
行政相談(※)	毎週(木)13:00~15:00	●相談員 行政相談委員
人権相談(※)	2/11を除く毎週(水)9:00~12:00	●相談員 人権擁護委員
人権相談(南郷地区)	2/10(火)9:00~12:00	●相談員 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
女性司法書士による無料法律相談会	2/28(土)10:00~15:00	●内容 相続や借金問題などの悩みについて、電話で相談に応じる ●対象 女性 ●相談専用電話 ☎017-752-0440	固青森県司法書士会 ☎017-776-8398
解決の糸口を見つけに行こう！相談会 【要申込】	2/28(土)10:00~16:00 消費者信用生活(協組) 八戸事務所	●内容 弁護士や専門相談員が多重債務・借金滞納、相続、離婚、その他暮らしに関する悩みなどに応じる	固消費者信用生活(協組)八戸事務所 ☎0120-102-084

薪ストーブは
適正に使用しましょう

薪ストーブの使用時に発生する煙や臭い、すすの苦情が毎年寄せられます。使用時は、煙の状況を確認し、近隣住宅に迷惑がかからないようにしましょう。

●使用時の注意事項

- ▷薪は十分に乾燥したものを使用し、一度に入れ過ぎないようにする
- ▷塗料などが付着した木材やごみは燃やさない
- ▷定期的に清掃を行う
- ▷必要に応じて専門業者に相談する

☎環境保全課 ☎43-9107

東体育館アリーナ床の
改修を実施しました

スポーツ振興くじ助成金を活用して、東体育館アリーナの床を、ささくれしにくい安全で競技性の高い床に張り替えました。皆様のご利用をお待ちしています。

☎スポーツ振興課 ☎43-9159

赤十字活動に
ご支援をお願いします

日本赤十字社は、災害時の救援やボランティア、青少年の育成などの活動を通して、思いがけない困難に直面した人たちに寄り添い、命と健康を守っています。

こうした活動は、地域の皆さんから寄せられる会費と寄付金によって支えられています。

2月ごろから、各町内会・自治会で支援をお願いする活動が始まりますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

☎日本赤十字社青森県支部八戸市地区事務局(福祉政策課内)
☎43-9258

家畜を飼育している
皆さんへ

家畜(ペットを含む)を飼っている全ての人は、家畜の伝染性疾病の発生予防やまん延を防止するため、年1回、2月1日現在の飼育状況を報告することが法律で義務付けられています。

- 報告対象 牛、水牛、鹿、馬、綿羊、ヤギ、豚、イノシシ、鶏(シャモ、チャボ、ウコッケイなど)、アヒル、ウズラ、キジ、ダチョウ、ホロホロ鳥、七面鳥
- ☎3月6日(金)までに報告書をFAX・Eメール・郵送・直接提出または農林水産省共通申請サービスから提出

☎八戸家畜保健衛生所

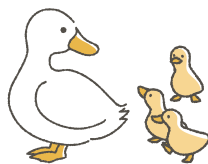
☎27-7415

FAX 27-7418

農林畜産課

☎43-9254

FAX 46-5697

市民サービスセンター
でマイナンバーカード
の手続きができます

マイナンバーカードに関する次の手続きを、一部の市民サービスセンターで受け付けています。

●対象手続き

- ▷住所・氏名変更
- ▷暗証番号再設定
- ▷電子証明書発行・更新

●対象サービスセンター

- ▷大館市民サービスセンター
- ▷下長市民サービスセンター
- ▷白銀市民サービスセンター
- ▷市川市民サービスセンター
- ▷八戸駅市民サービスセンター
- ▷南郷事務所

※対象外の手続きは、市民課で受け付けます。

☎市民課マイナンバーコールセンター ☎43-9537

「あんしんカード」を
利用しませんか

認知症などにより、道に迷って自宅に戻れなくなる心配がある人の情報を市と警察署に登録し、登録者が保護されたときには、登録情報から個人を特定して速やかに家族などに連絡をします。

- 対象 市内在住のおおむね65歳以上で、認知症などにより外出して自宅に戻れなくなる恐れのある人

※本人・家族・成年後見人などが申請可能。また、ケアマネジャーを通して申請書を提出することも可能。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎申問高齢福祉課 ☎43-2316

後期高齢者医療被保険
者の医療費通知を発送
します

後期高齢者医療被保険者の医療費通知書を、2回に分けて送付します。

●発送時期

- ▷7年1～11月診療分 2月中旬
- ▷7年12月診療分 3月中旬

2月中に確定申告をする場合、12月診療分は医療機関の領収書をご活用ください。

なお、確定申告に利用する1年分の医療費通知情報は、マイナポータルからも取得可能です。
☎青森県後期高齢者医療広域連合
☎017-721-3821

JR 東日本が夜間新幹線
走行試験を行います

- 日時 2月15日(日)23時～翌日5時ごろ ※変更する場合あり

- 区間 仙台～新青森間

☎JR 東日本盛岡支社

☎019-625-4079

人権擁護委員の委嘱



1月1日付けで法務大臣から
委嘱された人権擁護委員は次の
とおりです。

▷佐々木寿子(再任)

▷畑内俊一(再任)

固くらし交通安全課

☎43-2148

相続登記はお済みですか



相続によって不動産を取得した
相続人は、その所有権の取得
を知った日から3年以内に相続登
記の申請をする必要があります。
※詳しくはホームページをご覧
ください。

固青森地方法務局八戸支局

☎24-3346

雇用

求職者支援訓練 受講生募集



【ビジネスパソコン・IT基礎科】

●日時 3月24日(火)～7月23日
(木)9時10分～15時50分

●場所 総合計画 OA CENTER

●定員 10人

●受講料 無料(テキスト代別途)

申固2月26日(木)までにハロー
ワーク八戸

☎22-8609(42#)

生産性向上支援訓練 受講者募集

固固ポリテクセンター青森

☎017-777-1186 FAX017-777-1187

AI(人工知能)活用

日時	3/11(水)9:30～16:30
場所	八戸インテリジェントプラザ
対象・定員	15人(事業主から受講指示を受けた 在職者(事業主本人も受講可))
受講料	3,300円
申込期限	2/19(木)

ハローワーク八戸 マザーズコーナー出張相談



●日時 2月19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(先着順・1人60分)

申固2月12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(41#)

税

軽自動車の名義などの 変更手続きを忘れずに



軽自動車税(種別割)の納税義
務者は、4月1日現在の所有者です。

軽自動車の廃棄・譲渡などを
した場合も、手続きをしないと
引き続き課税されますので、ご
注意ください。

軽自動車などの 種類	窓口
原動機付自転車 (125cc以下)、 小型特殊自動車	住民税課、南郷事 務所、各市民サー ビスセンター
軽自動車 (三・四輪)	軽自動車検査協会 八戸支所 ☎050-3816-1832
軽二輪	八戸自動車検査登録 事務所 ☎050-5540-2009
二輪の 小型自動車	

固住民税課 ☎43-2179

2月の納付 【納期限】3/2日

国民健康保険税(第8期)

■納税相談

【夜間窓口】

2/19(木)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8期)

固介護保険課 ☎43-9285

後期高齢者医療保険料(第8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

スマートフォンで個人住 民税の申告ができます



お持ちのスマートフォンやパ
ソコンから、マイナンバーカー
ドを利用して、eLTAXのホーム
ページやマイナポータル、市
ホームページを経由して個人住
民税の申告手続きができるよう
になりました。

※詳しくは、市ホームページを
ご覧ください。

申住民税課 ☎43-9232

所得税などの納税は 期限内に



納税の期限を過ぎた場合や口
座からの引き落としができなかつ
た場合は、納期限の翌日から延
滞税がかかる場合があります。

手続きは、キャッシュレス納
付が便利です。

税の種類	納期限	振替日
申告所得税および 復興特別所得税	3/16(月)	4/23(木)
消費税および 地方消費税 (個人事業者)	3/31(火)	4/30(木)
贈与税	3/16(月)	

固八戸税務署管理運営部門

☎43-0141(案内2)



八戸のこと、一緒に考えてみませんか？

市では、重要施策やまちづくりの仕組みなどを決定する際、市民などで構成される審議会や委員会などの附属機関を設置し、市民の皆さんと共に検討を進めています。より幅広い意見を市政に反映させるため、委員の公募を実施しています。



3月以降募集予定の附属機関委員

附属機関名称		審議内容	公募人数	任期	募集時期	委嘱時期	担当課・電話番号
1	中小企業・小規模企業振興会議	市内の中小企業・小規模企業の振興に関すること	2人	2年以内	2～3月	7月	商工課 ☎43-9242
2	社会教育委員の会議	社会教育に関すること	2人	2年	3月	5月	社会教育課 ☎43-9154
3	勤労青少年ホーム運営審議会	勤労青少年ホームの運営に関すること	1人	2年	3月	5月	社会教育課 ☎43-9154
4	男女共同参画審議会	男女共同参画の推進に関すること	1人	2年以内	4月	7月	市民連携推進課 ☎43-9217
5	スポーツによる人・健康・まちづくり推進協議会	八戸市スポーツ推進計画、体育施設の将来的な整備の方向性に関すること	1人	2年以内	4月	7月	スポーツ振興課 ☎43-9159
6	都市計画審議会	都市計画決定・変更に関すること	2人	2年	4月	6月	都市政策課 ☎43-9420
7	地域保健医療対策協議会	地域保健および保健所の運営に関すること	2人	1年以内	4～5月	8月	保健総務課 ☎38-0706
8	協働のまちづくり推進委員会	「元氣な八戸づくり」市民奨励金対象事業などの審査・評価、協働のまちづくりの推進に関すること	1人	2年以内	5月	8月	市民連携推進課 ☎43-9207
9	魚市場運営審議会	魚市場の運営に関すること	2人	2年以内	5月	7月	水産事務所 ☎33-2115
10	環境審議会	環境基本計画、廃棄物の減量・適正な処理に関すること	2人	2年以内	8月	11月	環境政策課 ☎43-9265
11	緑の審議会	緑化推進に関すること	1人	2年以内	11月	9年3月	公園緑地課 ☎43-9141
12	国民健康保険運営協議会	国民健康保険の運営に関すること	2人	3年	9年1月	9年4月	国保年金課 ☎43-9376

※募集・委嘱時期は予定です。募集時期が近くなりましたら、市ホームページなどでお知らせします。

「公募委員候補者登録制度」をご利用ください

附属機関の公募に関する情報を、Eメールや郵便などで直接お知らせする制度です。

- 対象 市内在住の人
- 申込書 行政管理課で配布
(市ホームページからダウンロード可)

固各担当課(各附属機関について)
行政管理課(公募制度・公募委員候補者登録制度について)
☎43-2150 E gyosei@city.hachinohe.aomori.jp



詳しくはこちら

はちとまネットワーク通信

固政策推進課 ☎43-9248

八戸市と苫小牧市は、交流連携協定を結び、さまざまな連携事業に取り組んでいます。

2月7日(土)・8日(日) とまこまいスケートまつり

苫小牧市の冬の一大イベント「とまこまいスケートまつり」は、記念すべき60回目の開催を迎えました。豪華ゲストによるステージイベントや子どもたちに人気の氷の滑り台など、幅広い世代が楽しめるイベントがたくさんあります。会場には約60軒の露店が立ち並び、苫小牧名物のドラム缶の上でジンギスカンを焼く「しばれ焼き」など、まつりならではのグルメを味わうことができます。

この冬、苫小牧でしか体験できない特別なひとときをお楽しみください。



詳しくはこちら

インターネットで水道料金・下水道使用料の口座振替の申し込みができます

水道料金と下水道使用料の口座振替の申し込みが、水道企業団ホームページからできるようになりましたので、ぜひご活用ください。なお、引き続き、金融機関および郵便局窓口にて備え付けの口座振替依頼書による手続きも可能です。

- **対象者** 普通預金の口座があり、その口座のキャッシュカードを発行済みの個人
- **対象機関**▷銀行・信用金庫・労働金庫 青森みちのく銀行、秋田銀行、岩手銀行、北日本銀行、東北銀行、ゆうちょ銀行、青い森(信金)、青森県(信組)、東北(労金)
▷農業協同組合 十和田おいらせ(農協)、八戸(農協)、おいらせ(農協)
- **持ち物**▷お客さま番号が分かるもの(納入通知書や水道使用水量のお知らせなど)
▷口座番号が分かるもの(キャッシュカードや預金通帳など)
※手続きには、キャッシュカードの暗証番号・登録確認用メールアドレスが必要です。



☎水道企業団(水道料金について) ☎70-7010
下水道業務課(下水道使用料について) ☎44-8251



詳しくはこちら

国民年金保険料は前納がお得！申し込みはお早めに！

国民年金には、保険料を前払い(前納)すると毎月支払うよりもお得な割引制度があります。納付書による現金払いの場合は、日本年金機構から送付される納付書を利用できますが、口座振替またはクレジットカードによる前納を希望する場合、事前に申し込みが必要です。また、現金払いに限り、半年・1年・2年前納以外でも希望する月から最長で翌年度3月までの前納もできます。

詳しくはお問い合わせください。



詳しくはこちら

			納付期限 (口座振替日)	口座振替 申込期限	参考:7年度の割引額 (毎月納付書で納めた場合との比較)	
					現金・クレジット払い	口座振替
当月末振替(早割) ※口座振替のみ			当月分の保険料を 当月末に振替	随時		60円
前 納	6か月前納	4～9月分	4月末	2月末	850円	1,190円
		10～翌年3月分	10月末	8月末		
	1年前納(4～翌年3月分)		4月末	2月末	3,730円	4,400円
	2年前納(4～翌々年3月分)		4月末	2月末	15,670円	17,010円

- **申込方法**
▷口座振替 通帳・通帳印をお持ちの上、各金融機関(ゆうちょ銀行含む)・八戸年金事務所・国保年金課⑦番窓口で申し込み
▷クレジットカード払い クレジットカードをお持ちの上、八戸年金事務所・国保年金課⑦番窓口で申し込み

申問 八戸年金事務所 ☎44-1742(案内2→2)
国保年金課 ☎43-9079

ラジオで市の情報をチェック

FMラジオ受信機で周波数を76.5MHzに！



子ども・子育て情報 施設ガイド 消費生活ミニ情報 農業水産情報



詳しくはこちら

正しく血圧測定していますか？

図健康づくり推進課 ☎38-0713

八戸市の脳血管疾患や心疾患による死者数は全国平均より多く、**脳血管疾患は男性が1.4倍、女性が1.3倍、心疾患は男性が1.1倍、女性が1.2倍の値^(※)**となっています。これらの疾患は高血圧との関連が深く、健診を受けた市民の**約5人に1人は高血圧**と指摘されています。

毎日の血圧測定は、生活習慣を見直すきっかけになり、日々の小さな積み重ねが脳卒中や心臓病などの大きな病気の予防につながります。ぜひ血圧測定を習慣にしましょう。

(※) 標準化死亡比から算出。異なる年齢構成の地域間で死亡率を比較するための指標。



詳しくは
こちら

●測定のタイミング

- ▷朝 起床1時間以内に、トイレを済ませた状態で、朝食・服薬前に測定
- ▷夜 入浴・飲酒の直後は避け、就寝前に測定

●測定のポイント

- ▷椅子に座り、1～2分たってから測定する
- ▷測定する部位を心臓の高さにする
- ※薄手のシャツであれば着用した状態で測定可能



●血圧に関する疑問

健診のとき、血圧がいつもより高いのはなぜ？

医師や看護師の白衣を見ることで緊張するためです。家庭での測定値が正常でも、医療機関での測定値が高血圧に該当することを白衣高血圧といいます。白衣高血圧の人は、非高血圧の人に比べて将来の脳・心臓の病気のリスクが上がるため、毎日の血圧測定が大切です。

※家庭での測定値が**135/85**を超える日が続いた場合、高血圧の可能性があり。お近くの病院にご相談ください。

血圧計は上腕式・手首式のどちらが良い？

手首は血管を圧迫するのが難しいため、手首式での測定は正確な値にならないことがあります。新しく購入する場合は、上腕式がおすすめです。

1日の中で血圧が高い時間帯はいつ？

寝ている間にリラックスしている体が、目覚めとともに活発になり始めて血圧が上がるため、多くの人は朝の血圧が高いです。

冬はヒートショックにご注意ください

ヒートショックとは、急激な温度変化により血圧が上下し、脳卒中や心筋梗塞などを引き起こす危険がある状態のことです。特に寒い冬場の入浴時に起こりやすく、高齢者や高血圧の人は注意が必要です。入浴時は次のことに気を付けましょう。

- ▷入浴前に部屋や浴室を温める ▷湯温は41℃未満にする ▷長時間の入浴を避ける
- ▷入浴する際は家族に声をかける ▷連絡を取れるように携帯電話を近くに置いておく



テレビのdボタンで八戸市の情報をチェック！

図広報統計課 ☎43-9317

青森放送(RAB)・青森朝日放送(ABA)のデータ放送を活用して、市のお知らせを確認することができます。

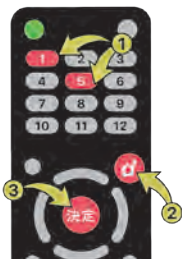


●災害時

- 避難所の開設情報

●暮らしに役立つ情報

- 市関連施設イベント情報
- 各種納税・納付情報
- その他市からのお知らせ など



●使い方

- ①テレビのチャンネルを1チャンネル(RAB)または5チャンネル(ABA)にあわせませ。
- ②リモコンの「dボタン」を押します。
- ③1チャンネルの場合は「テレビde広報」、5チャンネルの場合は「八戸市のdボタン広報」を選び、「決定ボタン」を押します。

※お使用のリモコンによりボタンの位置は異なります。



Catalog Pocket

広報はちのへのデジタル版が読めます！

翻訳

文字拡大

自動音声読み上げ

ホームページへのリンク

ダウンロードはこちら



iOS



Android

中小企業の福利厚生をお手伝いします！ 八戸市勤労者福祉サービスセンター

八戸市勤労者福祉サービスセンターは、中小企業で働く皆さんのため、事業所単独では実施が難しい福利厚生事業を総合的に実施する互助組織です。

メリット

- ▷事業主 従業員の福利厚生が充実、企業のイメージアップ、経費削減
- ▷従業員 各種事業を割引料金で利用でき、慶弔給付で暮らしをサポート



●サポート内容

- ▷グルメ&お買い物券 3,000円分のお買い物券を配布！
八戸圏域市町村の協賛店で利用できます。
- ▷慶弔共済金の給付 結婚・出産・勤続・二十歳・還暦などお祝い時の祝金給付、傷病休業時の見舞金の給付、本人やご家族の死亡時の弔慰金の給付
- ▷助成金&チケットあっせん 人間ドック受診料・インフルエンザ予防接種料・宿泊料などの一部助成、市内プール・スケート場の回数券の割引あっせん
- ▷企画イベントの開催 フラワーアレンジメント教室などの各種講座、多種多様なギフト券が当たるお楽しみ抽選など

- 対象 八戸圏域の中小企業(従業員300人以下の会社・工場・商店など)の事業主および従業員
※事業所単位での入会が原則です。

- 料金 ▷入会金 1,000円 ▷会費 1,000円(月額)

申し込み
問い合わせ

八戸市勤労者福祉サービスセンター（市庁別館5階 産業労政課内）
TEL 71-2145 FAX 43-2146 E opnet@city.hachinohe.aomori.jp



人事行政の運営などの状況を公表します

閏人事課 ☎43-9227

市では、「八戸市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づいて、職員数・給与・勤務時間・勤務条件などの情報を公表しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。



詳しくは
こちら

職員数の状況(各年4月1日現在)

区分		職員数		対前年 増減数
		6年度	7年度	
一般行政	本庁	1,057人	1,069人	12人
特別行政	教育	154人	150人	▲4人
公営企業 など	病院	1,086人	1,115人	29人
	交通	75人	74人	▲1人
	下水道	66人	65人	▲1人
	その他	94人	94人	0人
計		2,532人	2,567人	35人

※「病院」は、市民病院と南郷診療所の合計職員数

新規採用の状況

区分	新規採用者数	
	6年度	7年度
本庁採用	42人	44人
市民病院採用	71人	82人
交通部採用	0人	0人
計	113人	126人

※病院の医師や公立学校からの採用者など、新規採用と異なる採用者は含まない

退職者の状況(6年度)

区分	定年退職者	普通退職者など	計
市長事務部局など	16人	14人	30人
市民病院	4人	118人	122人
交通部	3人	0人	3人
教育委員会	3人	2人	5人
計	26人	134人	160人

※「定年退職者」は、定年引き上げに伴う60歳到達後の自己都合退職(定年扱い)を含む

職員の平均給料月額(一般行政職・7年4月1日現在)

区分	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
八戸市	321,018円	374,264円	40.8歳
国	332,237円	414,480円	41.9歳
青森県	321,300円	384,183円	42.5歳

※「平均給料月額」は基本給の平均、「平均給与月額」は基本給と毎月支払われる手当の額の平均

※国の平均給与月額は、時間外勤務手当などを含まない

職員の初任給(一般行政職・7年4月1日現在)

区分	初任給
大学卒	225,600円
高校卒	194,500円

課題の解決に積極的に取り組む中小起業者を応援します

固商工課 ☎43-9242

市では、地域の経済と雇用を支える中小企業の振興のため、各種施策・事業を実施しています。7年度に市の助成金の採択を受けた企業と取り組み内容を紹介します。

働きやすい職場環境整備事業に対する助成

- 内 容 人材の確保・定着のために取り組む、労働環境の改善や福利厚生充実の有効な施設の設置・整備にかかる経費の一部を支援
- 助成率 10分の3～10分の5(上限額500万円)



企業名	区分	取り組み内容
㈱オフィス弁慶	多様な人材(外国人)の活躍促進	寮の改修(和室の洋間化)
八戸リネンサプライ(有)	多様な人材(女性)の活躍促進	工場への女性専用トイレの設置
北辰工業㈱	多様な人材(女性)の活躍促進	工場への女性専用トイレの設置
穂積建設工業㈱	多様な人材(女性)の活躍促進	事務所への女性専用トイレ(バリアフリー)の設置

課題解決モデル企業の生産性向上に有効な取り組みに対する助成

- 内 容 変化し続ける経営課題・社会課題に積極的に取り組む地域のロールモデル企業(課題解決モデル企業)が行う生産性向上の取り組み(設備投資など)にかかる経費の一部を支援
- 助成額 500万円(定額)

企業名	取り組み内容
㈱高橋製作所	省エネ型NC旋盤(コンピュータ制御で自動的に切削加工を行う機械)の導入

各制度の詳細は、市ホームページでご確認ください。
※今年度の募集は終了しています。来年度以降の利用をご検討ください。

働きやすい職場環境整備事業についてはこちら

課題解決モデル企業の生産性向上についてはこちら

市民伝言板

掲載内容については、各問い合わせ先にご確認ください。

2026年4月「産業カウンセラー養成講座」

無料説明会 要申込

- 日時 2/15、3/8の各(日)各日10:00～11:30、2/26(木)・3/18(水)各日19:00～20:30
- 場所 オンライン開催(Zoom)
- 内容 養成講座での学習内容など
- ☎各開催日の2日前までに問い合わせフォームから申し込み(後日、招待URLを通知)
- ☎日本産業カウンセラー協会東北支部 ☎022-715-8114



2月家族交流会 要申込

- 日時 2/15(日)①10:30～12:30②10:30～12:00③13:30～15:30
- 場所 八戸市障害者地域支援センターハピア(類家四丁目)
- 内容 ①ひきこもり交流会②居場所・みんなのパソコン教室③不登校交流会
- ☎☎学習サークル「サンハウス」 ☎090-2990-4200(川村)
- ✉kawamurakatsuhiko@gmail.com

日本将棋連盟八戸支部主催親子将棋教室 要申込

- 日時 2/7～21の毎週(土)14:00～16:00(全3回)
- 場所 八戸市津波防災センター
- 対象 小・中学生(親子での参加可)
- ☎☎日本将棋連盟八戸支部 ☎080-4517-9742(坂本)

シン・クレイジーフェス2026 一部要申込

- 日時 2/11(水・祝)13:30～18:00
- 場所 八戸市美術館 他
- 内容 八戸のさまざまな分野に新たなパワーを生み出す「シン・クレイジー人材」との交流イベント
- ☎☎EduLinks ☎080-5034-4421(見吉)



第32回よろず相談 要申込

- 日時 2/28(土)13:00～16:00
- 場所 八戸パークホテル
- 内容 医師・弁護士・税理士・社会労務士などの専門家が、各分野の相談に応じる
- ☎☎2/19(木)～26(木)に八戸南ロータリークラブ ☎080-6003-5034 ☎46-0037

シニアクラブで いきいきシニアライフ

11



シニアクラブ以外の事業もご紹介！ 八戸市鷗盟大学

八戸市鷗盟大学とは、高齢期を迎える皆さんが、新しい知識や教養を習得するとともに、仲間づくりの輪を広げ、生きがいのある充実した生活を送ることができるよう、昭和51年に開学した高齢者のための大学です。2年制の大学で、生活福祉科と園芸科の2課程が設置され、一般教養科目や専門科目を学びます。その他、自治会活動やクラブ活動などがあり、ボランティアも積極的に行っています。卒業後の交流も盛んです。

学習日

▷1学年 毎週(金)

▷2学年 毎週(火)

※年に数回、曜日の変更あり

時間

10時～15時

場所

はちふくプラザねじょう

※年に数回、校外学習あり

対象

満60歳以上の八戸市民

(昭和41年4月1日以前生まれ)

定員

▷生活福祉科 60人

▷園芸科 20人



生活福祉科 授業風景



園芸科 授業風景



海岸清掃ボランティア



バスに乗って校外学習

卒業生の言葉

この年齢でまた学生生活が送ることができ、毎日が充実していた。新しい仲間にも出会い、卒業後も交流が続いている。



卒業まで頑張れるか不安だったが、思い切って入学して良かった。仲間や先生に支えられ、週に1回の学習日が待ち遠しかった。



申込方法

1月19日(月)～2月13日(金)に入学志願書を郵送または直接提出(申込多数の場合抽選)
 八戸市高齢福祉課 ☎43-9104



詳しくは
こちら

シニアクラブで活動しませんか

八戸市シニアクラブ連合会 ☎46-0777

シニアクラブ(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。「自分の近所にあるの?」「自分に合った活動をしているクラブが知りたい!」そんなときは、八戸市シニアクラブ連合会へご相談ください。

また、会員以外も参加できるシニアいきいき体操や、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ので、お気軽にお問い合わせください。



詳しくは
こちら

令和8年 市長年頭のあいさつ 新たな挑戦で 八戸の明るい未来を切り開く

くまがい ゆういち
八戸市長 熊谷 雄一



まず初めに、昨年12月8日深夜の地震により、被災された全ての皆様に心よりお見舞い申し上げます。また、震災直後から社会経済活動の維持に御尽力いただいた企業・関係団体の皆様、ふるさと納税などで当市を応援いただいた全国の皆様に、厚く御礼申し上げます。

このたびの地震では、幸い死者はありませんでしたが、その要因といたしましては、市民の皆様の防災意識の高さや、町内会や自主防災組織、企業、関係団体による共助が十分に機能したことによるものと考えております。改めて、日頃の備えや、地域での顔の見える関係づくりの重要性を認識したところであり、引き続き、被災された皆様に寄り添い、スピード感を持って復旧に取り組むとともに、災害に強いまちづくりを進めてまいります。

昨年を振り返って

昨年はヴァンラーレ八戸FCの悲願のJ2昇格や、児童科学館のプラネタリウム設備のリニューアルにより、鮮明な映像が楽しめるようになったこと、美術館の展覧会において過去最高の来場者数を記録したことなど、明るい話題も多くありました。



ヴァンラーレ八戸FC

令和8年に向けて

本年は、第80回国民スポーツ大会「青の煌めきあおもり国スポ」が開催され、1年を通して全国から大会関係者や観客が多く訪れます。大会運営に尽力するだけでなく、当市が誇る歴史や文化、自然、食などのPR活動にも取り組み、当市に活気を取り戻す足掛かりとなるよう、市民の皆様と一緒に盛り上げてまいりたいと考えております。

また、2期目の市政運営にあたっては、9本の柱と57の重点施策からなる公約を掲げてさまざまな取り組みに着手しております。皆様におかれましては、100年先も誇れるまち「八戸」を創るため、今後ともお力添えをお願いいたします。



国スポ障スポ
カウントダウンボード除幕式

結びに、地震で被災された方々の平穏な日常を一日も早く取り戻せるよう努めてまいりますので、御理解と御協力を賜りますとともに、本年が市民の皆様にとって良き一年となりますことを心よりお祈り申し上げ、新年の御挨拶といたします。

