

いっしょに、よむ・しる・はなす

広報



はちのへ

助けを求める人の元へ向かい、命をつなぐために日々挑戦し続ける、救急救命士の皆さんにお話を伺いました。救急需要が拡大している中で、私たちには何ができるでしょうか。

特集

9月9日は救急の日

2026



No.1417

9月9日は救急の日

自分や身近な人が大きなけがをしたり、意識を失ったりする場面を想像をしたことはありますか。「救急」について皆さんに知ってもらい、万が一の事態に備えるきっかけをつくれるよう、救急の現場を支える4人の救急救命士にお話を伺いました。

図▷記事について…広報統計課 ☎43-2248 ▷救急について…消防本部指令救急課 ☎44-4857

救急隊の業務を教えてください

高橋さん 助けを求めてきた人の元にいち早く向かい、脈拍や呼吸などを観察したり、話を聞いたりして、応急手当をしながら適切な治療を受けられる病院を選定し、迅速に搬送するのが私たちの仕事です。

朝の8時30分から翌朝8時30分までの24時間勤務で、訓練を行いながら出勤に備えています。



出動要請を受けてから約1分で出動します。

救急管理班の業務を教えてください

漆戸さん 「救命の連鎖」というものがあり、このうち、一次救命処置までは住民の人たちが関わる部分になります。この部分をサポートするため、心停止予防の呼びかけや応急手当の普及啓発活動を行うのが、救急管理班の業務の一つです。

救急の基礎をつくるという、現場に出る救急隊員とは異なるアプローチで、救急の現場を支えています。

住民が関わる範囲



「救命の連鎖」(命を救い社会復帰に導くための行動と一連のつながり)

どのようなときにやりがいを感じますか？

高橋さん 心停止状態の人に適切な処置をして、その後社会復帰したと聞くと、よかったなと思います。

また、病院に搬送した後、本人やその家族に「ありがとうございました」「助かりました」と声をかけていただくことも、次の現場へ向かうモチベーションにつながっています。

老久保さん 自分が担当した講習を受けた人が、「家族が骨折した時、習った通りに処置してから病院に行ったら、先生にすごく褒められたんだよ」と教えてくださったのですが、そういった話を聞くとうれしくなります。自分の伝えたことがしっかりと次につながっているんだ、取り組んでいてよかった、と感じます。

4人の救急救命士を紹介します

八戸広域消防本部 八戸消防署



第一救急隊長
たかはし としのり
高橋 寿則さん



第二救急隊消防士長
なかやま たくみ
中山 拓海さん

救急の第一線で救急救命士として活動しています。
八戸圏域内で最も救急出動件数の多い消防署に勤務しています。

八戸広域消防本部 指令救急課



救急管理班 消防司令補
うるしど しゅうきち
漆戸 秀吉さん



救急管理班 消防士長
おいくぼ ゆい
老久保 優衣さん

現場での経験を生かしながら、救急隊の運用や
応急手当の普及啓発、資器材の整備や救急車
の適正利用の呼びかけなどに取り組んでいます。

印象に残っている現場はありますか？

中山さん 分娩です。救命士人生で1回あるかないかといわれていますが、実は今までに3回経験しています。そのうち1回は、救急車の中で赤ちゃんを取り上げました。今から始まる命に向き合う緊張感や、取り上げて無事に産声を聞いた時の安心感は、分娩の現場ならではの思い出です。

このように、けがや心停止だけでなく、交通事故や分娩など、さまざまなケースに対応することになるため、幅広い分野の知識を掘り下げていく必要があるという面も、救急救命士の大変な部分であり、魅力でもあると思っています。

救急救命士の国家資格を取る際に勉強した範囲外のことも現場では起こるので、そういったケースに対応できるよう、自分から積極的に学びにいくことも多いです。



多様な現場で最善の処置ができるよう、さまざまな資器材を準備しています。
(左 救急車内部、右 酸素バッグ)

救急現場の課題はありますか？

高橋さん 年々出動件数が増え、10年前と比較すると約1.2倍になっています。この影響もあり、通報から現場に到着するまでの平均時間が10分を超えているのが現状です。高齢化の進行も要因の一つで、これからは、さらに出動件数が増えていくと思います。

本当に救急が必要な人の元に迅速に向かえるよう、救急車の適正利用にご協力いただく必要があります。

老久保さん 間違い電話や無音状態の電話、いたずら電話もかかってきます。これらの電話が救急要請の電話と同じタイミングでかかってくると、現場への出動・傷病者への処置が遅れてしまいますので、気を付けてもらえると助かります。

救急・消防 などの要請	間違い 電話	いたずら・ 虚偽通報	無音状態	火災・救急の 問い合わせ
14,370件	547件	7件	717件	925件

7年度の119番通報受け付け状況

119番は緊急回線です

119番は、救急車・消防車を要請する緊急回線です。サイレン(災害情報)や病院に関することは、次の電話番号にお問い合わせください。

☎050-5536-5985(サイレンについて(自動音声))
☎24-3999(夜間・休日の当番医について)

救急車を呼ぶかどうか迷ったときはどうすればいいですか？

老久保さん こんな症状で救急車を呼んでいいのかと迷うときは、**#7119**※に電話をかけてください。看護師などの医療関係者が相談を受け付けています。

自家用車やタクシーでの救急外来の受診を勧められたり、119番にかけ直すよう言われたりと、具体的なアドバイスをもらうことができるので、ご活用ください。

(※)ダイヤル回線・公衆電話の場合 ☎017-718-0289

漆戸さん 緊急時は迷わず119番通報です。喉に物が詰まったとか、胸が苦しいとか、脳卒中のような症状があるときは、すぐに119番にかけてください。

中山さん 忙しいのに呼んでしまってすみませんと謝られることがありますが、不安でしたら気にせず救急車を呼んでください。私たちが向かうことで安心して、症状が落ち着いたということであれば、それでも大丈夫です。

15歳未満の救急相談は #8000

ダイヤル回線・公衆電話を利用する場合

☎017-722-1152

※ #7119・#8000は24時間・365日受け付け



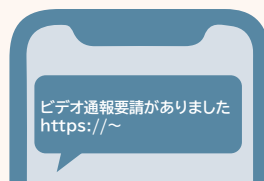
119番通報をするとき、何を伝えればいいでしょうか？

老久保さん 質問内容と順番は状況によって変わりますので、指令員が聞いたことに答えていただければ大丈夫です。質問に答えないと、救急車の出動が遅れてしまいます。

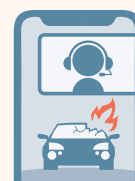
また、サイレンを鳴らさないで来てほしいと言われることがあります。緊急出動時は必ず鳴らさなければならないので、ご了承ください。

漆戸さん 通報者にビデオ通話で映像を共有してもらう仕組みもあります(映像119)。映像で現場の様子を把握する必要があると指令員が判断した場合、利用の依頼をします。対応をお願いします。通信料は通報者負担になってしまうのですが、どうかご理解ください。

高橋さん 119番通報の後、さらに詳しい話を聞くために救急隊から通報者に電話をかけると、つながることがあります。救急車を呼んだ後に来た電話は、救急隊からだと思って応答いただくと大変助かります。



SMSで届くURLにアクセス



指示通りに操作し、映像を共有

映像119のイメージ(実際のメッセージ文は異なります)

傷病者の通院先や、処方された薬の名前が分からないときはどうすればいいですか？

漆戸さん 傷病者のマイナンバーカードを使って、診療薬剤情報などを確認する仕組みがあります(マイナ救急)。

家族がどんな症状でどの病院に通院しているか、お薬手帳がどこにあるか、気が動転して忘れてしまうこともあります。このようなときは隊員に傷病者のマイナンバーカードを預けると、救急隊が必要な情報を入手できます。

保険証とマイナンバーカードが結び付いていないと使えませんが、万が一に備えて、手続きをお願いします。

connect8との連携も始まりました！

コネクトエイト

connect8は、在宅医療・介護を受けている人の情報を関係者間で共有するシステムで、迅速に救急搬送をするために役立っています。

登録している人は、救急車が到着したら、登録者であることを隊員にお伝えください。

☎(特非)Reconnect connect8事務局
☎72-3301



救急隊員の服装チェック！



救急隊員は出動時、青い感染防止衣を着るにゃ。

よく使う道具を自分で厳選して、ベストに収納して持ち運ぶ隊員もいるんだにゃ！



現場に居合わせたとき、できることはありますか？

中山さん 私たちが到着した時、周囲の人がすでに応急手当をしているのは非常に助かります。

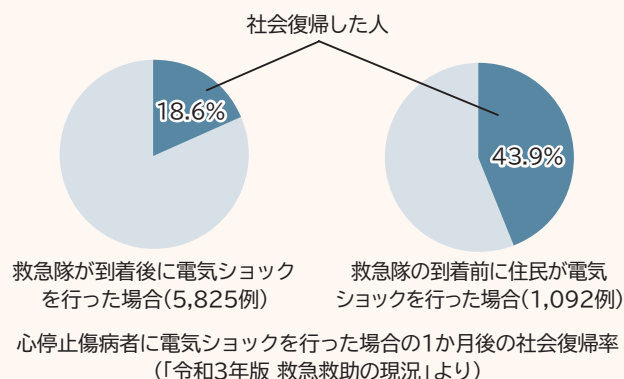
心停止の現場だと、心臓が止まってから胸骨圧迫(心臓マッサージ)を始めるまでの時間が短いほど効果的です。倒れていて心停止の可能性のある人に対しては、まず胸骨圧迫をしてください。

老久保さん 心停止の場合、何もしないと助かる確率が1分ごとに10%下がっていくといわれていますが、居合わせた人がすぐに心肺蘇生(胸骨圧迫と人工呼吸)をすると、命が助かる、社会復帰できる可能性が高くなります。

また、AEDを使って電気ショックを行うことで、さらにその可能性が高まります。

家族や知り合いに何かあった時、救急車が来るまでに

できることがあったかもしれないのに、と後悔するかもしれません。皆さんにはそういう気持ちになってほしくないので、救命講習を受けていただきたいと思います。



救命講習を受けませんか？

消防本部では、団体・個人向けの救命講習を開催しています。けがをした時や喉に物が詰まった時の対処法なども学ぶことができます。

※知識の定着・更新のため、2～3年に1回の受講が推奨されています。



八戸市AEDマップがあります

万が一に備え、日頃から身近なAED設置施設を確認しておきましょう。

※設置場所は随時更新されます。

固保健総務課 ☎38-0706



市民の皆さんに伝えたいこと

119番通報があれば私たちがすぐに駆け付けますが、事故や病気を防ぐ「予防」の主役は皆さん自身です。食生活の見直しや適度な運動、熱中症対策としてのこまめな水分・塩分摂取、自転車に乗る際のヘルメット着用など、日頃のちょっとした心がけが、大切な命を守る予防につながります。



中山さん

万が一のけがや病気に備えるために応急手当の講習があります。多くの方が心停止や骨折、熱中症などに対する処置を当たり前に行うことが理想です。

救急車が到着するまでの約10分間、ただ待つのは不安ですが、応急手当ができると、自身と相手の安心につながります。ぜひ講習に参加してみてください。



老久保さん

本人や家族から正確な話を伺うのが困難な場合でも、迅速に情報を取得し、適切な処置・搬送ができるよう、マイナ救急やconnect8を運用しています。

個人情報の取り扱いに配慮して活動していますので、救急車を呼んだ時は、落ち着いて情報を提供いただければと思います。



漆戸さん

皆さんの日常とまちの安全を確保することが、私たち消防の使命です。1秒でも早く駆け付け、1人でも多くの命を救うためには、救急車の適正利用や応急手当の習得など、皆さんの協力が不可欠です。これからも救急業務へのご理解をお願いします。誰もが安心して暮らせる未来を一緒につくっていきましょう。



高橋さん

子ども・子育てインフォメーション

親子交流(面会交流)を支援します 要申込

申問 こどもはっち ☎22-5822

親子交流(面会交流)とは、離婚や別居により親と離れて暮らす子どもが、定期的に親と会って交流することです。父母間で子どもとの面会を実施できない場合に、市が支援します。

- **内容** 交流日程の連絡調整や交流当日の子どもの受け渡し(こどもはっち・はっち内)、付き添いや見守り ※月1回(3時間)まで。最長1年間利用可。
- **対象** 次の全てに該当する人
 - ▷子どもの年齢が18歳以下(18歳到達後の最初の3月末まで)
 - ▷子どもと一緒に暮らしている親または子どもと離れて暮らしている親のいずれか一方が、市に住所がある
 - ▷父母間の合意がある(裁判所の調停調書などが必要)
 - ▷過去に事業の利用がない



詳しくはこちら

9月は「小児がん啓発月間」です

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ません。この現状を踏まえ、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18時ごろから23時まで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** 9月7日(月)～11日(金)

小児がんとは？

0～15歳ごろに見られる子どものがんの総称です。白血病・脳腫瘍・リンパ腫などさまざまな種類があり、全身のあらゆるところに発生するため、症状や治療法もそれぞれ異なります。

ゴールドリボンとは？



小児がんの子どもたちを支える活動のための世界共通のシンボルマークです。



詳しくはこちら

プレコンセプションケア講演会 要申込

申問 固くく親子健康課 ☎38-0714

プレコンセプションケアとは、ライフプランを考えながら女性やカップルが自分たちの生活や健康に向き合うこと(妊娠前の健康管理)です。健康的な生活習慣の積み重ねは、よりすてきな人生を送ることにつながります。

講演会に参加して、自身の健康や将来について考えてみませんか。男性の参加も大歓迎です。

講演会の後は、助産師・保健師による個別相談を実施します。

- **日時** 9月27日(日)13時30分～15時30分
- **場所** 総合保健センター1階 大ホール
- **演題** 未来の自分のための食習慣
～やせ・朝食欠食から考えるプレコンセプションケア～
- **講師** 伊藤恵美子(青森県立保健大学健康科学部栄養学科准教授)
- **定員** 50人(先着順)

- **申込方法** 電話または申込フォームより申し込み
- **申込期間** 8月24日(月)～ 9月11日(金)



詳しくはこちら

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	相談	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・オンラインで相談に応じる (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 オンライン相談は、市ホームページからも申し込み可 
	ケア	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	
	交流会	はちまむサロン (妊産婦交流会) 要申込	9/11(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	すくすく親子健康課 ☎38-0711 (交流会について) ☎38-0712 (教室について)
乳幼児	教室	すくすく離乳食教室 要申込	9/4(金)10:30～11:30、 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	アプリ「母子モ」から申し込み可 
	相談	赤ちゃん健康相談 	9/9(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、子育てや離乳食の相談 ●持ち物 母子健康手帳、バスタオル	申し込み不要	すくすく親子健康課 ☎38-0712
		よちよち健康相談 		1～2歳ごろ			
		2～3歳児発達相談のびのびクラス 要申込 	9/17(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	2週間前まで	
		療育相談 要申込 	9/14(月)9:30～12:00	身体の発育、運動などに心配のある子どもの保護者	専門医が相談に応じる ●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 	9/2(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。			
	健診	乳児股関節脱臼検診 要申込	毎週(水) 受付 13:10～13:30 総合健診センター(田向)	生後60～120日	●持ち物 母子健康手帳、バスタオル、乳児股関節脱臼検診受診券、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 ☎70-5563
		1歳6か月児健康診査	9/1(火)	7年1/23～2/11生	約1か月前に対象者に通知		すくすく親子健康課 ☎38-0712
			9/15(火)	7年2/12～3/2生			
		3歳児健康診査	9/8(火)	5年2/28～3/14生			
			9/29(火)	5年3/15～30生			
その他	相談	不妊専門相談 要申込 	9/16(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る	1週間前まで	すくすく親子健康課 ☎38-0714
		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			





- 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 FAX 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、全て無料です。

※掲載の情報は7月24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。

ドラレコ運転チェック 要申込

【日時】9/1(火)～10/31(土)〈毎週(月)を除く〉各日9:00、13:00
※各回1時間程度

【場所】八戸モータースクール

【内容】運転チェック、視野チェックなど

【対象】普通免許保有のおおむね65歳以上

【定員】25人(各日4人程度)

申込 8/20(木)から八戸モータースクール 43-2145



大人のためのスケート教室 要申込

【日時】9/12・19、10/31の各(土)
各日16:30～18:00

【場所】YSアリーナ八戸

【講師】八戸学院大学スケート部

【対象】市内に在住または通勤・通学している18歳以上

【定員】各日20人程度

【料金】各日500円(貸靴代別途300円)

申込 9/4(金)までに、住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・参加日、貸スケート靴を利用する場合はサイズを明記し、FAX・Eメールまたは申込フォームから申し込み

岡長根屋内スケート場

43-9544 FAX 51-8805

skate@city.hachinohe.aomori.jp



親子で謎ときミッション 秋の種差海岸ハイキング 要申込

【日時】10/3(土)10:00～12:30

【場所】白浜海水浴場～種差キャンプ場

【内容】ガイド付きのハイキングと謎ときミッションを楽しむ。温かい汁物を提供するほか、ミッションをクリアした親子にはミニ植物をプレゼント。

【対象】市内在住の子ども(5歳以上)とその保護者

【定員】8組程度(申込多数の場合抽選)

【料金】1人500円

申込 8/24(月)～9/7(月)に申込フォームから申し込み

岡市緑化推進委員会事務局

43-9254



市民英会話教室 要申込

【日時】9/12(土)9:30～10:25、10:35～11:30

【場所】総合教育センター

【内容】初級～上級に分かれて英会話を学ぶ

【講師】外国語指導助手(ALT)

【対象】小学生以上(小・中学生は保護者同伴または送迎)

【定員】40人

申込 9/2(水)までに電話または申込フォームから申し込み

岡総合教育センター 46-0521



解決の糸口を見つけに行こう！

相談会 要申込

【日時】9/5(土)10:00～16:00
(受付終了15:00)

【場所】消費者信用生活(共組)八戸事務所

【内容】弁護士と相談員が多重債務・借金滞納や相続などの金銭的な相談に応じる

申込 消費者信用生活(共組)八戸事務所

0120-102-084



馬淵川浄化センター見学会

【日時】9/12(土)・13(日)各日9:00～16:00
(施設見学9:00、10:30、13:00、14:00)

【場所】馬淵川浄化センター

【内容】処理施設見学、微生物見学、汚泥リサイクルコーナー、DVD上映、パネル展 ※来場者に記念品あり

岡(公財)青森県建設技術センター馬淵川事業所

29-1652



野菜研究所・農産物加工研究所「公開デー」

【日時】9/4(金)9:00～14:00

【場所】青森県産業技術センター野菜研究所・農産物加工研究所(六戸町)

【内容】研究成果の紹介や農産物を加工した試作品の展示・試食、技術相談、野菜の販売

岡青森県産業技術センター野菜研究所

0176-53-7171



第55回八戸市児童生徒発明くふう展

【日時】9/5(土)10:00～17:00、6(日)10:00～16:00

【場所】福祉公民館2階 大会議室

【内容】市内小・中学校の児童生徒が、日常生活をより快適にするために創意工夫して制作した作品を紹介

岡総合教育センター

46-0521



マチニワナイトマーケット

【日時】9/18(金)16:00～19:00

【場所】マチニワ

【内容】市内の人気飲食店やスイーツ店がマチニワに大集合

岡まちづくり推進課

43-9426



創業セミナー 要申込

【日時】9/16(水)15:00～17:00

【場所】八戸商工会館4階 会議室

【内容】生成AIを正しく理解し、事業に生かすための入門講座。基礎知識から実践的な活用方法まで分かりやすく解説。

【講師】綿谷智明^{わたやちとあき}(特非)あおもりIT活用サポートセンター

【対象】創業・起業に関心のある人

【定員】30人(先着順)

【申込】9/9(水)までに申込フォームから申し込み
【問い合わせ】八戸市創業・事業継承サポートセンター
TEL 51-9593**海上自衛隊八戸航空基地
オートムフェスタ**

【日時】9/19(土)8:30～15:00

(最終入場14:30)

【場所】海上自衛隊八戸航空基地

【内容】P-3Cなどによる飛行展示、陸海空自衛隊などの航空機の地上展示、特殊車両展示、キッチンカー出店、グッズ販売など

【会場】海上自衛隊八戸航空基地

TEL 28-3011(内2332)

**八戸市動物愛護デー2026**

【日時】9/20(日)13:00～15:30

【場所】ピアドゥ 東側広場

【内容】獣医師体験、犬猫譲渡会、警察犬のデモンストレーション
【問い合わせ】八戸市動物愛護課 TEL 38-0721**すごろくで歩く！****LGBTQ+の道のり 要申込**

【日時】10/4(日)13:30～15:00

【場所】津波防災センター2階 研修室A

【内容】すごろくを使って、LGBTQ+当事者の「あるある」を体験

【進行】スクランブルエッグ(ボランティアアサークル)

【対象】中学生以上

【定員】20人程度(先着順)

【申込】8/18(火)～9/30(水)に申込書をFAX・Eメールまたは申込フォームから申し込み

【会場】市民連携推進課

TEL 43-9217 FAX 47-1485

E renkei@city.hachinohe.aomori.jp

**職業訓練見学説明会 要申込**

【日時】9/9(水)9:30～12:00、

16(水)13:30～16:00

【場所】ポリテクセンター青森

【対象】ものづくり(住宅・電気・機械)に関する業界への就職に興味がある人

【定員】各日20人程度

【申込】各開催日前日までに電話または申込フォームから申し込み

【会場】ポリテクセンター青森

TEL 017-722-1771

**更上閣公演 重要無形民俗文化財
「下北の能舞」 要申込**

【日時】9/19(土)17:00～19:00

【場所】更上閣

【内容】東通村で盛んに行われた神楽「下北の能舞」を披露

【出演】白糠勇清倶楽会^{しらぬかゆうけいぐらくかい}

【定員】100人

【料金】3,500円

【申込】当日までに三八五交通(株)

TEL 24-3335

**気候変動ゼミ 第2回 要申込**

【日時】9/23(水・祝)13:30～15:00

【場所】はっち1階 はっちひろば

【演題】身近な自然の変化から地球環境問題を考える～ハクチョウ・海草・ニッコウキスゲ～

【講師】田中義幸^{たなかよしゆき}

(八戸工業大学教授)

【定員】80人

【申込】9/18(金)までに申込フォームから申し込み

【会場】環境政策課 TEL 43-9265

**更上閣音楽祭「閣フェス」 要申込**

【日時】9/20(日)12:00～18:00

【場所】更上閣

【内容】地元で活動するアマチュアバンドによるジョイントライブ

【料金】1,500円

【申込】当日までに三八五交通(株)

TEL 24-3335

**原子力発電施設等研修および
原子力関連技術研修 要申込**

【場所】(株)青森原燃テクノロジーセンター(東北町)

【内容】原子力施設関連業務に必要な技術に関する各種研修

【会場】(株)青森原燃テクノロジーセンター

TEL 0175-63-4671

**はちのへホコテン**

【日時】9/26(土)16:30～20:30

(交通規制16:00～21:00)

【場所】十三日町、三日町、ヤグラ横町

【内容】中心市街地メインストリートでの飲食・体験・ステージイベント。9月は土曜の夜に開催。

【会場】(株)まちづくり八戸

TEL 43-5230

**消費者講座 要申込**

【日時】9/30(水)13:00～14:30

【場所】市庁別館2階 会議室B

【テーマ】終活講座～相続トラブルや遺言書などについて学ぼう～

【講師】青森県弁護士会八戸支部

【対象】八戸圏域に在住の人

【定員】30人程度(先着順)

【申込】8/17(月)～9/25(金)に
くらし交通安全課

TEL 43-9524

**外国人のための日本語講座 要申込**【日時】9月～9年3月の(火)(水)(全20回)
各日18:30～20:00

【場所】福祉公民館 他

【内容】レベル別の日本語講座

(火)は対面、(水)はオンライン開催

【対象】市内および近郊在住の外国人

【申込】(特非)みちのく国際日本語教育センター

TEL 080-6051-3109



博物館

休7年10/6～9年6/30 TEL44-8111 FAX24-4557
根城字東構35-1



行事名	日時・場所	内容など
7年10/6～9年6/30は、リニューアル工事のため休館します(問い合わせ対応可)		
市民のための歴史講座③ 「三八地域の化石と石材」	9/26(土)13:30～15:30 はちふくプラザねじょう 第2教室	【講師】島口天 しまぐちたかし (県立郷土館副館長)【定員】50人(先着順)

史跡根城の広場

休14・24・28 開9:00～17:00 TEL41-1726 FAX41-1756
根城字根城47 ※入場料あり



行事名	日時	内容など
い草で涼風の輪飾りを作ろう 要申込	9/6(日)10:00～11:30	【内容】い草と貝で涼しげな輪飾り作り【講師】高森えりか たかもり (高森畳工店) 【対象】小学生以上【定員】10人【料金】700円【申込期限】9/5(土)

南郷歴史民俗資料館

休14・24・28 開9:00～17:00 TELFAX83-2443
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
特別展「日本のカメラ/写真で見る南郷」	開催中～9/6(日)	【内容】戦後日本のカメラの発展を紹介。世増ダムが建設される前の風景など、南郷の写真も展示。【料金】200円
臨時休館します	9/7(月)～11(金)	は特別展の展示撤収作業のため臨時休館日となります。
島守四十八社めぐり 要申込	9/18(金)9:00～16:00	【内容】マイクロバスで南郷地区を巡り、島守四十八社を紹介【定員】15人(先着順)【持ち物】昼食 ※動きやすい服装で【申込期間】8/25(火)～9/1(火)

是川縄文館

休7・14・24・28 開9:00～17:00 TEL38-9511 FAX96-5392
是川字横山1 ※観覧料あり。縄文学習館(分館)は閉館しました。



行事名	日時	内容など
縄文の布を編む講座 要申込	9/5(土)9:30～15:00	【内容】縄文時代にも使われていた植物「カラムシ」を使って、糸作りから布編みまでを体験【対象】小学4年生以上【定員】8人【料金】200円 【持ち物】はさみ、昼食【申込期限】9/4(金)
合掌土偶作り教室 要申込	9/12(土)9:30～13:00	【対象】小学4年生以上【定員】6人【料金】200円【持ち物】古タオル、ビニール袋 ※汚れてもよい服装で【申込期限】9/11(金)
秋季特別展 「発掘された日本列島2026」	9/26(土)～11/3(火・祝)	【内容】詳しくは17ページをご覧ください。



市立図書館

☎2・9・16・24～30 開9:00～19:00、(日)(祝)17:00まで
 ☎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	【福祉フェア「福祉を知ろう」9/1(火)～23(水・祝)】【応援しよう!青の煌めきあおもり国スポ・障スポ9/1(火)～10/29(木)】	
9/24(木)～10/4(日)は、蔵書点検および燻蒸のため、臨時休館日となります。		
貸出数および貸出日数の変更	9/10(木)～23(水・祝)	【貸出対象・貸出数】図書・雑誌12冊、視聴覚資料3点【貸出日数】26日間

南郷図書館

☎3・10・17・24・30 開9:00～19:00、(土)(日)(祝)17:00まで
 ☎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	【転ばぬ先の… 9/1(火)～29(火)】【のりものだいすき 9/1(火)～29(火)】	
あかちゃんのおにわ	9/9(水)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歳の子どものとその保護者(兄弟・姉妹は一緒に参加可)
ごろ寝上映会のおさそい 要申込	9/19(土) ①10:30②14:15	【内容】映画「モリのある場所」を敷物の上で鑑賞【対象】①未就学児とその保護者②中学生以上【定員】各回20人【申込期間】9/1(火)～10(木)
グループ学習室を開放します	9/20(日)～22(火・祝)9:30、 13:30 ※各回2時間30分程度	【内容】3～6人で利用できるグループ学習室を解放(先着順・午前と午後で入れ替え制)

図書情報センター

☎3・10・17・24・30 開9:00～19:00、(土)(日)(祝)17:00まで
 ☎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
キョム缶たんていクラブ	開催中～9/29(火)	【内容】参加者が探し出した、同センターのキャラクター「キョム缶」が出題するテーマに合った絵本・児童書を展示・貸出
おすすめ図書展示・貸出	【その日の前に一介護・終活のゆる準備ー 9/1(火)～29(火)】	
ほんの定期便	9/1(火)～10/28(水)	【内容】市内他館の所蔵資料の中から、シドニィ・シェルダンの本を展示・貸出
むかしばなしのおはなし会	9/5(土)11:00～11:40	【内容】昔話をテーマにしたおはなし会の後、紙を使った工作を実施 【対象】1～12歳
おとの定期便	9/12・26の各(土)	【テーマ】青森ロックフェス(毎月テーマを決めてCDを流します)

【市立図書館・南郷図書館・図書情報センター 3館からのお知らせ】

9月から休館日・開館時間が変わります。

▷市立図書館【休館日】(祝)を除く毎週(水) ※月末日はこれまでどおり休館【開館時間】毎週(土)19時まで延長

▷南郷図書館・図書情報センター【休館日】(祝)を除く毎週(木) ※月末日はこれまでどおり休館



八戸ブックセンター

休1・8・15・24・29 開10:00～20:00、(日)(祝)19:00まで
TEL20-8368 FAX20-8218 住六日町16-2 Garden Terrace 1階



行事名	日時	内容など
ギャラリー展「らくがき絵本」を楽しむ	開催中～10/4(日)	【内容】刊行35周年を迎えた絵本作家・五味太郎の『らくがき絵本』(プロ ンズ新社)の魅力を紹介。体験コーナーあり。
本のまち八戸ブックフェス 2026	9/26(土)14:30～20:30、 27(日)11:00～17:00	【内容】詳しくは17ページをご覧ください。

八戸ポータルミュージアム はっち

休1・8・15・24・29 開9:00～21:00 TEL22-8228 FAX22-8808
住三日町11-1 E-mail:hacchi@city.hachinohe.aomori.jp



行事名	日時・場所	内容など
暮らし学アカデミー 講座「イマ、 短歌をはじめ」 要申込	9/6(日)10:00～12:00 3階 ギャラリー3	【内容】短歌の作り方を学ぶ初心者向けの講座【講師】田茂博之(八戸西高 等学校教諭)【定員】20人程度
展示「イマのわたしたちの短歌集」	9/26(土)～10/12(月・祝) 2階 はっちコート周辺	【内容】13日までに募集した短歌を展示 ※短歌の募集については23ペー ジをご覧ください。
トークショー「カコとイマをつ なぐ短歌～百人一首からみる 現代短歌～」 要申込	9/27(日)11:00～12:00 1階 はっちひろば	【内容】角川短歌賞を受賞した歌人で、和歌の研究者でもある渡邊新月と 田茂博之が、百人一首や現代短歌を語る【定員】50人
KAGURA DAY's @ hacchi		
展覧会「八戸の神楽」	9/11(金)～23(水・祝) 各日10:00～19:00 2階 シアター2、ギャラリー2	【内容】神楽振興に取り組む八戸圏域山伏神楽再興委員会の活動や神楽を 紹介(14～17日はギャラリー2休場、18～23日はシアター2休場)
公演「八戸圏域山伏神楽再興委 員会 大演舞会」 要申込	9/19(土)～23(水・祝) 2階 シアター2	【内容】神楽公演やトークイベントなどを開催。詳しくはホームページを ご覧ください。【定員】各日50人程度【料金】1日1,000円、小学生以下無料
はっち FRIDAY LIVE ! ミニ フェス はっちマチニワ 特別公演	9/19(土)11:00～15:00 1階 はっちひろば、マチニワ	【出演】熊谷直音、Magic Hour、VITERAS ベリーダンス、Peace、King Moth、Nearvana、Nikini ft.DJ KENTO、THE 8 JAZZ BAND ※詳しくはホームページをご覧ください。

こどもはっち

休1・8・15・24・29 開9:30～16:30 TEL/FAX22-5822
住三日町11-1 はっち4階



行事名	日時・場所	内容など
プレパパママひろば 要申込	9/6(日)10:30～11:30 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 【対象】妊娠8か月以上のプレパパママ【定員】3組(先着順)
お月見会	9/12(土)17:00～18:30 マチニワ	【内容】盆踊りやみこし担ぎ、金魚すくいなど ※なくなり次第終了 【対象】未就学児とその保護者
転勤パパママサークル	9/16(水)10:30～11:10	【内容】情報交換などの交流で親睦を深めることを目的としたサークル 【対象】市外出身者、転勤の多い家族
おやこでお茶会 要申込	9/19(土)10:00～12:00	【内容】こどもはっちのミニお茶室でお茶会を体験 【対象】小学生以下の子を持つ家族【料金】1人200円(菓子代)
ハイハイよちよちレース	9/25(金)10:30～11:00	【内容】ハイハイができる・歩ける子どものレース
おもちゃ病院	9/27(日)10:00～12:00 5階 共同スタジオA・レジデンスB	【内容】壊れたおもちゃを原則無料で修理(1人1点) ※部品交換した時など実費負担あり(50～300円)

八戸市美術館

☎1・8・15・24・29 開10:00~19:00 ☎45-8338 FAX 24-4531
 番町10-4 E art@city.hachinohe.aomori.jp



行事名	日時	内容など
日比野克彦 ひとり橋の上に立って から、だれかと舟で繰り出すまで	開催中~9/23(水・祝)	【内容】現代美術家・日比野克彦の活動の変遷をたどる展覧会 【料金】観覧料
コレクションラボ014 岡山良一 八戸モダンの風	開催中~11/16(月)	【内容】デザインや建築の分野で活躍したモダンアート協会画家・岡山良一を紹介
エンジョイ！ぬり絵DAY	9/12(土)	【内容】塗り絵を楽しむ【講師】遠瀬博
建築ツアーガイド	9/26(土)10:30、13:30	【内容】市民スタッフ「アートファーマー」が建物を案内
市民ギャラリー	【赤坂徹個展 9/3(木)~7(月)】【本田光写真展「ukima」・渡部さとのワークショップ写真展「家」・逸見祥希写真展「光さす杜の声を聴く」 9/11(金)~13(日)】【八戸工業大学 宇野研究室4年生・研究成果展 9/18(金)~20(日)】【第53回北奥羽現展 9/18(金)~20(日)】【FLOW スピンオフ写真展 9/21(月・祝)~23(水・祝)】【ほとり財団コレクションから「Who I am? ~あなたが見る私~」 9/25(金)~28(月)】	

八戸市視聴覚センター 児童科学館

☎7・14・24・28 開8:30~16:00 ☎45-8131 FAX 45-8132
 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	9/5(土)~30(水)	【内容】「オーロラを見た恐竜たち」他【定員】各回81人【料金】観覧料
おたのしみ劇場	9/6~27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
図書館映像利用鑑賞会	9/10(木)13:30 市立図書館	【内容】「午後の遺言状」上映【定員】30人程度
スペシャルナイト	9/12・26の各(土) 各日16:00~19:45	【内容】①楽しまナイト劇場②夜のプラネタリウム③市民星空観望会 【定員】①各回100人②各回81人
季節の星空散歩~秋の星空~	9/13(日)14:00~14:35	【内容】季節の星座や神話・天文現象などを紹介【定員】81人
熟睡プラ寝たりウム	9/23(水・祝)14:00~14:35	【定員】81人 ※枕の持ち込み可

種差海岸インフォメーションセンター

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



行事名	日時・場所	内容など
企画展「アクティブ・レンジャー 写真展2026」	開催中~9/30(水) 館内 四つの壁	【内容】三陸復興国立公園とみちのく潮風トレイル、来年度に正式開通する予定の八戸十和田トレイルを紹介
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		
種差の貝殻で風鈴をつくろう	開催中~9/13(日)	【内容】貝殻を使って風鈴作り【料金】300円
種差の松ぼっくりでハロウィンランタン作り	9/19(土)~11/3(火・祝)	【内容】松ぼっくりを使ってランタン作り【料金】300円
種差海岸をガイドさんと歩こう 要申込	9/6~27の各(日)(祝) 各日10:10~12:30	【内容】散策・ガッツリ歩く・写真の3コースを地元ガイドと歩く、約2時間のトレッキング ※各コースの実施日など、詳しく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 【料金】1,000円(バス移動代別途150~200円)

八戸リサイクルプラザ
(プラザ棟)

休6・20 開9:00～17:00 ☎70-2396 FAX23-5396
〒030-0001 八戸市山田山1-1 ※工場棟は(土)(日)(祝)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	9/6・20の各(日)は臨時休館日となります。	

八戸市水産科学館 マリエント

休14～16 開9:00～17:00 ☎33-7800 FAX33-7801
〒030-0001 八戸市鮫町字下松苗場14-33 E marient@extra.ocn.ne.jp (※)入館料あり



行事名	日時	内容など
AKIRA72 タネサシの記憶Ⅲ	9/5(土)～27(日)	【内容】植物学者・高橋晃 ^{たかはしあきら} の種差の記憶を展示(13・22日はギャラリートークあり)
マリエント「ちきゅう」たんけんクラブ 【対象】マリエント「ちきゅう」たんけんクラブ会員 ※会員は随時募集中		
三陸ジオパーク大研究 要申込	9/6(日)	【内容】JpGU(日本地球惑星科学連合)の大会参加のため、ジオサイトとその周辺の野外巡検を行い、知識と理解を深める
夜のマリエント(秋)(※)	9/19(土)～23(水・祝) 各日17:00～19:00	【内容】展示室の照明を減灯し、水槽の照明による幻想的な雰囲気の中、ランタン片手に探検。ハロウィンくじもあり(有料)。
敬老の日企画ありがとう展(※)	9/21(月・祝)	【内容】1家族につきリンドウの花1本プレゼント(50本限定) 【対象】孫と来館した有料入館者
水中のHAPPY HALLOWEEN展(※)	9/26(土)～10/31(土)	【内容】仮装パレードを連想させる魚の展示

館鼻公園内 みなと体験学習館 ^ちみなっ知

休7・14・24・28 開9:00～19:00
☎38-0385 FAX38-5410 〒030-0001 八戸市湊町字館鼻67-7



行事名	日時	内容など
防災フェア in 館鼻公園	9/5(土)10:00～13:00	【内容】地震体験やAED救命・水消火体験など
秋の映画会	9/27(日)13:15～15:15	【内容】「秋刀魚 ^{さんま} の味」上映【定員】40人程度



八戸公園

休7・14・24・28 開9:00～17:00 ☎96-2932 FAX96-4631
 十日市字天摩33-2



行事名	日時・場所	内容など
園芸教室 【場所】記載がない場合は緑の相談所		
秋の山野草の寄せ植えを楽しむ ～冬の管理 ほか～	9/6(日)13:00～15:00	【講師】 ^{まつだ} 松田ナヲ(白銀公民館山野草クラブ)【定員】40人
キクの作り方 ～奥州菊の秋の管理～	9/13(日)13:00～15:00	【講師】 ^{なかむらせいじ} 中村清治(八戸菊花会)【定員】40人
作ってみよう苔テラリウム 要申込	9/27(日)13:00～15:00	【講師】 ^{うめもりあつこ} 梅森敦子(園芸アドバイザー)【定員】15人【料金】2,000円 【持ち物】ピンセット、持ち帰り用の袋【申込期限】9/26(土)
緑の専門相談 【場所】記載がない場合は緑の相談所		
庭木の管理～移植 ほか～	9/6(日)10:00～14:00	【講師】 ^{くぼこ} 久保えみ子(八戸造園建設業協会)
庭木の剪定	9/13(日)10:00～14:00	【講師】 ^{ながねとよかず} 長根豊和(八戸造園建設業協会)
花壇の管理～花後の手入れ～	9/20(日)10:00～14:00	【講師】 ^{はたなか ゆき} 畑中有紀(グリーンアドバイザー)
庭木の管理～冬囲い ほか～	9/27(日)10:00～14:00	【講師】 ^{しもいだてつや} 下井田哲也(八戸造園建設業協会)
秋の山野草展	9/11(金)～13(日)各日9:00～16:30 ※13日は16:00まで【場所】緑の相談所	

八戸公園内 三八五・こども館

休7・14・24・28 開9:00～16:30 ☎96-3480 FAX96-4631
 十日市字天摩33-2



行事名	日時	内容など
ありがとうメモスタンド	9/6(日)10:00、14:00 ※各回2時間程度	【内容】木の実や枝を使ってメモスタンド作り【対象】小学生以下 【定員】各回15人(先着順)
ふわふわけいとのもんブラン	9/27(日)10:00、14:00 ※各回2時間程度	【内容】木の実に毛糸を巻き付けて置物作り【対象】小学生以下 【定員】各回15人(先着順)

市民の森 不習岳

山開き期間 4月～11月 開8:00～17:00(総合案内施設)
 ☎FAX83-2146 南郷大字島守字外田山19



行事名	日時	内容など
ピザ釜でピザを焼こう 要申込	9/6(日)①10:00、10:30 ②11:00	【定員】①各回3組②4組【持ち物】ピザ(1組2枚程度)【申込期限】9/3(木)
体験工房(陶芸) 要申込	9/13(日)10:00～12:00	【定員】4組(1組4人程度)【料金】1人500円【申込期限】9/10(木)



山の楽校

休7・14・24・28 開8:30～16:30 休FAX82-2222
休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	9/6(日)①10:00②11:00 ※各回1時間程度	【対象】中学生以上【定員】①②合わせて10人【料金】打ったそばを持ち帰る場合は1,200円、レストランで召し上がる場合は1,500円 【持ち物】三角巾、エプロン【申込期限】9/4(金)

南郷文化ホール



休60-8080 休60-8081 休南郷大字市野沢字中市野沢24-1

日時	催し物
9/6(日)9:30	第24回青森県ジュニアピアノコンクール青森県本選
9/12(土)9:30	令和8年度第66回三八・上北地区高等学校
9/13(日)9:50	演劇合同発表会兼県大会予選会
9/20(日)	12:00 (青空市)
	17:00 (公演)

▷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。
▷SG GROUP ホールはちのへ(公会堂・市公民館)は空調熱源設備更新工事のため、6月～11月下旬(予定)は休館します。

スポーツ施設

▷詳しい日時や持ち物はホームページでご確認ください。
▷各施設にお申し込みください。申込受付時間は施設により異なります。



施設名	行事名	日時	内容など
テクノ アイスパーク八戸 休25-5655	テクノアイスパーク 八戸オープン	【期間】9/6(日)～9年4/29(木・祝)【休場日】毎週(木)、12/30～9年1/1(大会などにより変更あり)【滑走料】一般580円、高校生360円、中学生250円、小学生以下150円(貸スケート靴代別途1足300円)	9/13日滑走料無料
屋内トレーニング センター 休20-2990	トレーニング初心者 無料講習 要申込	10/8(木)10:00、13:30 ※各回1時間30分程度	【対象】16歳以上【定員】各回10人 【申込期間】9/5(土)～10/7(水)
八戸市体育館 休22-7181	体力レベルUP教室 要申込	10/21～11/25の各(水) (全6回)13:30～15:00	【対象】16歳以上【定員】20人(先着順)【料金】3,000円 【申込期間】9/17(木)～10/15(木)
南部山健康 運動センター 休20-5403	南部山ウォーク 2026 要申込	10/25(日)	【対象】健康で、約8.5km歩ける人(小学生以下は保護者同伴) 【定員】450人(先着順)【料金】500円 【申込期間】9/6(日)～10/19(月)



9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
12(土)	18:30	湘南ベルマーレ
18(金)	13:00	テゲバジャーロ宮崎

▷試合・チケット 申間(株)ヴァンラーレ八戸 休38-6644

▷その他の問い合わせ
休八戸スポーツコミッション事務局(スポーツ振興課内)
休43-9159

本のまち八戸ブックフェス2026

八戸ブックセンター 他 9/26(土)・27(日)



●9/26(土)14:30~20:30

▷書店・出版社ブース(マチニワ) ▷一箱古本市・古書店ブース(はっち1階)

●9/27(日)11:00~17:00

▷書店・出版社ブース、飲食ブース、DJブース(マチニワ)
▷一箱古本市・古書店ブース(はっち1階 シアター1・ギャラリー1)
▷学校図書館ブックリサイクル(はっち2階 シアター2)
▷お楽しみおはなし会・おすすめ絵本展・工作(はっち3階 和のスタジオ・八庵)
▷ジェロニモ軍団の一箱古本市・HACHINOHE ZINE CLUBブース(美術館)

着ぐるみイベント

ブックフェス会場内に
かいけつゾロリが
やってくる!

©原ゆたか/ポプラ社



「本のまち宣言」セレモニーおよび記念スペシャルトークイベント

市では、本を通じた交流・まちづくりに取り組んでいます。八戸ブックセンターの開設10周年を機に、本のまち宣言を行います。

日時 9/27(日)13:00~16:30 場所 はっち1階 はっちひろば

出演 朱喜哲(哲学者)、三宅香帆(文芸評論家) 定員 80人程度

マジックと音楽と絵本の
コンサート

日時 9/27(日)12:15

場所 はっち1階 はっちひろば

出演 大友剛(ミュージシャン)



八戸ブックセンター

☎20-8368 所在地 六日町16-2 Garden Terrace 1階

☎教育指導課(学校図書館ブックリサイクル) ☎43-9519、図書館(お楽しみおはなし会・おすすめ絵本展・工作) ☎22-0266

秋季特別展 発掘された日本列島2026

是川縄文館 9/26日(土)~11/3日(火・祝)



国内で行われている毎年約8,000件の発掘調査の中で、近年特に注目された遺跡や出土品を紹介する、文化庁主催の全国巡回展です。最新の発掘で判明した日本の歴史を紹介します。

ギャラリートーク

日時 ①9/26(土)10:00~11:00

②10/3~31の各(土)14:00

講師 ①文化庁調査官②同館学芸員

考古学講座 要申込

日時 9/26(土)13:00~14:30

講師 ナワビ アハマッド 矢麻
(文化庁調査官)

定員 100人

地域展 出土品を遺す・伝える
~是川遺跡出土品の105年~

期間 9/26(土)~11/3(火・祝)

内容 是川遺跡の出土品などを保
存・活用してきた経過を、大
正時代から振り返る木製仮面
大阪府西岩田遺跡
弥生時代終末~古墳時代初頭大刀形埴輪
山口県下松市天王森古墳
古墳時代後期後半

埋蔵文化財センター是川縄文館

☎38-9511 所在地 是川字横山1 ☎9/28、10/5・12・13・19・26 【観覧料】一般500円、高校・大学生150円(団体料金あり)

※中学生以下は無料、市内在住の65歳以上・障害者手帳をお持ちの人と同伴者1人は半額、11/3は「是川縄文の日」のため無料



※掲載の情報は7月24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。

9月は「認知症月間」です

岡高齢福祉課 ☎43-9189、介護予防センター ☎38-0726

アルツハイマー病などの認知症への理解を呼びかけるイベントとして、全国でさまざまな取り組みをしています。市では、認知症に関するパンフレットなどを設置するほか、市庁や市立図書館でパネル展示などを実施します。
また、総合保健センターを認知症支援のイメージカラーであるオレンジ色にライトアップします。



詳しくはこちら

はちのへ認知症フォーラム

岡(公社)認知症の人と家族の会青森県支部 ☎35-0930

認知症の正しい知識を持ち、全ての人が支え合いながら生活する「共生社会」の実現について考えてみませんか。

- 日 時 9月26日(土)13時15分～15時30分(受付開始12時30分)
 - 場 所 総合保健センター1階 大ホール 他
 - テーマ 備えあればうれいなし～認知症と暮らす知恵袋～
 - 講 師 村上祐介(青南病院認知症サポート医)、北日本銀行八戸支店職員、
(公社)認知症の人と家族の会青森県支部 他
 - 定 員 250人(先着順)
- ※講演の他、11時～16時は展示ブースあり



詳しくはこちら

介護予防



介護予防センター(総合保健センター2階)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	内容など	対象・申し込み・問い合わせ先
体操会など	体操会	(月)を除く平日 ※(金)は午前のみ 9:15～9:55、13:15～13:55	介護予防のために、ラジオ体操、筋トレなどの軽い運動を実施 ※週1回まで	●対象 おおむね65歳以上 (要介護・要支援認定の申請中または認定を受けている人、総合事業を利用している人を除く) ②認知症や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あり) ③病院などから栄養指導を受けていない人 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	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 ※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	①運動・体力に関する相談(理学療法士) ②認知症予防に関する相談(作業療法士) ③食生活に関する相談(管理栄養士) ④介護予防に関する相談(保健師など)	●対象 家族を介護している人、介護に関心のある人 介護予防センター ☎38-0726
教室	シニアいきいき教室 (介護予防教室) 要申込	9/7(月)13:30～14:30	家の中でできる「ながら運動」で転倒予防 ●講師 介護予防センター理学療法士 ●定員 20人 ●申込開始日 8/24(月)	
	家族介護教室 要申込	9/28(月)13:30～14:30	認知症の人と家族の温かい関係づくり ●講師 今野千晴(グループホーム八戸グリーンハイツ管理者) ●定員 18人 ●申込開始日 8/24(月)	
交流会	認知症カフェ 「はちのへ」 要申込	9/14(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する場所 ●定員 15人 ●申込開始日 8/24(月)	介護予防センター ☎38-0726

「あおり医療・介護手帳」を活用しませんか **要申込**

申 問 高齢福祉課 ☎43-9189

認知症の人や介護者が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、希望者に「あおり医療・介護手帳」を交付しています。より適切なサービスを提供するため、医療・介護関係者が、この手帳で医療・介護・認知症などの情報を共有します。

● **対 象** 次の全てに該当する人

- ▷市内在住で、医療機関で認知症の診断を受けている
- ▷個人情報の活用に同意できる
- ▷本人や家族、関係者が手帳を管理できる

● **申込方法** 高齢福祉課または各地区の高齢者支援センターへ直接申し込み



詳しくは
こちら

9月は「がん征圧月間」 **がん検診を受けましょう** **要申込**

固 (公財) 総合健診センター ☎70-5563

がんは、早期発見・早期治療が大切です。年に1回(子宮頸がん・乳がん検診は2年に1回)がん検診を受けましょう。検査内容や受託医療機関などは、3月に配布している「わが家の健康カレンダー」をご覧ください。

種類	対象	自己負担額	検診場所
胃がん検診	40歳以上	1,000円	総合健診センター(65歳以上、40～64歳の心身障がい者は受託医療機関でも受診可)
大腸がん検診		600円	
子宮頸がん検診	20歳以上で年度内に偶数年齢になる女性	1,000円	総合健診センター、受託医療機関
肺がん・結核検診	40歳以上	400円	総合健診センター
乳がん検診 ※妊娠中・授乳中の人は受診不可	40歳以上で年度内に偶数年齢になる女性	1,000円	



詳しくは
こちら

固 (公財) 総合健診センター(予約受付8時～16時30分)または受託医療機関に直接申し込み

成人保健



Instagramで
健康情報発信中!

申 問 健康づくり推進課 ☎38-0713

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・テーマほか
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	成人のからだの病気に関する相談
	管理栄養士による 個人相談 窓口相談のみ事前申込優先 ☎ 🗨	電話相談 (月)～(金) ※(祝)を除く 8:15～17:00 窓口相談 9/2(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
講 座	市民健康づくり講座	9/1(火)14:00～15:30	● 演題 肺の感染症～最近増えているMAC 症って何?～ ● 講師 林 彰仁(はやし 呼吸器・総合内科クリニック院長)
	第三次八戸市健康 増進計画 特別講演 手話通訳は要申込	9/18(金)13:30～15:00	● 演題 将来の自分を守る血圧のおはなし～腎臓との意外な関係～ ● 講師 島田美智子(弘前大学医学部附属病院腎臓内科診療 医師腎臓専門医) ※受講者に飲料のプレゼントあり
	健康づくり実践講座	①9/2(水)はっち1階 はっちひろば ②15(火)YSアリーナ 大会議室 ③29(火)市川公民館 ホール 各日13:00～15:00	● 内容 ①睡眠と休養の講話、運動の実技②糖尿病予防と食べ方の工夫③お酒やたばこの講話、運動の実技 ● 講師 ①③齊藤あかね(さいとう エスプロモ㈱)②健康づくり推進課 管理栄養士 ● 持ち物 ③上履き



9月24日～30日は「結核・呼吸器感染症予防週間」です 保健予防課 ☎38-0716

結核は、結核菌によって主に肺に炎症が起こる病気です。今でも日本の主要な感染症で、全国で年間10,000人を超える患者が発生しています。せきやくしゃみと一緒に結核菌が空気中に飛び散り、それを周りの人が吸い込むことによってうつります。

- 初期症状は風邪と似ていますが、高齢者ははっきりした症状が出ないこともあります
せきや微熱、体のだるさが続く、食欲がない、体重が減るといった症状に注意が必要です。
- 結核患者の6割以上が高齢者、働き盛りの年代でも注意が必要です
症状が2週間以上続く場合は、早めに受診しましょう。感染拡大を防ぐためにも早期受診が大切です。
- 大事なことは、予防と早期発見、確実な治療
▷赤ちゃんは重症化しやすい傾向があります。遅くとも1歳までに、BCG接種を受けましょう。
▷年に1回、住民健診や学校・職場の健診で胸部レントゲン検査を受けましょう。65歳以上の人は、結核健診の受診が義務付けられています。
▷症状が長引く場合は、早めに受診しましょう。早期に発見し、薬を服用すれば治る病気です。



詳しくはこちら

HIV・肝炎ウイルス・精神保健福祉

記号の説明 ☎ 電話相談 👤 窓口相談 要申込 申し込み必要

	名称	日時・場所	内容など	申し込み・問い合わせ先
検査	HIV 検査 要申込	9/10・24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 ☎38-0718 申込フォームからも 申し込み可 
	肝炎ウイルス検査 (B型・C型肝炎) 要申込	①八戸市保健所 9/10・24の各(木) 各日11:30～12:00	●対象 市内在住で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	①保健予防課 ☎38-0718
		②総合健診センター 随時		②総合健診センター ☎70-5563
		③受託医療機関 随時		③健康づくり推進課 ☎38-0710
相談	精神科医師による 精神保健福祉相談 要申込	9/9(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)	9/8(火)までに保健予防課 ☎38-0717
	こころの健康相談	☎ 随時	こころの健康に関する相談	保健予防課 ☎38-5191
	HIV相談	☎ 随時	HIV・エイズに関する相談	保健予防課 ☎38-0718



～あなたのつらい気持ちをお話ししてみませんか～

9月10日～16日は「自殺予防週間」です

固保健予防課 ☎38-0717

自殺対策基本法では、毎年9月10日～16日を「自殺予防週間」と位置付け、「いのち支える自殺対策」に重点的に取り組む期間としています。市では「自殺予防週間」に合わせて、自殺予防や相談窓口に関するパネル展示を市庁や総合保健センターで行います。

また、つらい気持ちを抱えている人の相談に応じています。ひとりで悩まずにご相談ください。

☎38-5191(こころの健康相談電話)



詳しくはこちら



自死遺族のつどい 要申込

☎青森県立精神保健福祉センター ☎017-787-3951

大切な人を自死で失うのは、とてもつらいことです。「つどい」は大切な人を亡くした人が集まり、参加者同士で自分の体験や思いをありのまま語り合える場です。

- 日時 9月13日(日)、9月30日(土)各日13時30分～15時30分
- 場所 ユートリー4階 研修室
- 対象 自死で家族や友人、恋人などの身近な人を亡くした人



詳しくはこちら

通院中の人も、健診を受けましょう 要申込

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

市では、総合健診センターの他、19の受託医療機関で健診を受けることができます。普段治療している病気の他にリスクがないかを知る貴重な機会となるため、ぜひお申し込みください。

- 対象 40～74歳の国保加入者、後期高齢者医療加入者

☎(公財)総合健診センター ☎70-5563

※65歳以上または40～64歳の心身障がい者は、受託医療機関でも受診できます。直接受託医療機関へお申し込みください。



国保健診について



後期健診について



キラリ！学校自慢 20

豊崎中学校

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 豊崎町字上七崎
1番地1
- 生徒数
1学年 7人
2学年 7人
3学年 10人 計24人
(令和8年6月1日現在)

生徒会テーマ「深華～良き伝統に美しい華を～」

先輩たちが創ってきた伝統を大切に、新しい彩りを添えて華麗に咲くという意気込みを込めています。みんなで新しい華を咲かせるために、同じ目標に向かって走っていきます。



生徒会執行部



豊崎中の誇らしい校歌

創立72周年を迎える本校の校歌は、1番が春、2番が夏、3番が秋、4番が冬の豊崎を表しています。季節に合わせ、1学期始業式では春の1番を、2学期始業式では夏の2番を歌います。



豊崎魂を見せつける 豊中ソーラン

運動会では豊中ソーランを踊ります。腕を伸ばすところや動きのキレ、掛け声を大きく出すことを意識し、2年生が中心となって後輩に教えます。先輩たちから受け継がれてきた伝統の踊りです。



70年前から続く 農園活動

「総合的な学習の時間」の中で、地域の皆さんの協力を得ながら、自分たちで野菜を育てる学習をしています。これは、昭和31年から続いている伝統的な活動です。



楽しさと感動を与える 全校演劇

文化祭の演劇は、全校生徒一人一人が役割を持ち、全員で1つの作品を作りあげます。3年生が中心となり、お互いに支え合いながら演技の練習をしています。

今月のお知らせ



八戸市庁

開庁時間

【月～金】8:15～17:00

※市民課の一部窓口は18:00まで

【土】8:15～12:00

※市民課の一部窓口のみ

郵便

郵便番号(〒031-8686)
と課名のみで届きます。

電話 0178-43-2111

FAX 0178-45-2077

申 申し込みが必要 E メール

問 お問い合わせ先

※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7月24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	210,738人	↓ 134人
うち男	101,087人	↓ 58人
うち女	109,651人	↓ 76人
世帯数	110,072世帯	↓ 1世帯
出生	74人	↓ 16人
死亡	219人	↓ 42人

※6月末現在。外国人住民を含む。
出生・死亡は6月届け出分。

募集

保留地を販売します



八戸駅西土地区画整理事業区域内の保留地を一般競争入札で販売します。

●日時 9月27日(日)10時

●物件 保留地(宅地)9区画

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

申問8月17日(月)～9月17日(木)

に駅西区画整理事業所

☎70-7555

令和9年度版わが家の健康カレンダーへの広告募集



9年3月に市内に全戸配布予定の「わが家の健康カレンダー」へ掲載する広告を募集します。

●掲載場所 カレンダー内部・裏表紙

●サイズ・枠数・掲載料(消費税含む) 1号広告(縦60mm×横80mm)・3枠・5万円

※申込多数の場合抽選

申問9月1日(火)～11日(金)に

申込書と広告案を健康づくり

推進課 ☎38-0710

はっち「ものづくりスタジオ」出店者募集



はっち館内ものづくりスタジオの出店者を募集します。最長3年間出店することができます。

●対象者 ①9年4月1日以降出店可能な事業者②9年3月15日以降出店可能な事業者

●対象ジャンル ①フードまたはクラフト②クラフト

申問9月2日(水)～10月31日(土)

に八戸ポータルミュージアム

はっち ☎22-8228

市民課サービス用窓口封筒の広告取扱業者募集



市民課サービス用窓口封筒を無償提供できる広告取扱業者を募集します。

●期間 別途協議した日～10年2月29日

●規格・予定枚数

▷角形2号 1万枚

▷A4サイズ対応 12万枚

●広告掲載範囲 封筒の表面積および裏面積の各2分の1未満

●募集業者 1事業者

申8月20日(木)～9月10日(木)

17時(必着)に申込書を郵送

または直接提出

問市民課 ☎43-9192

暮らし学アカデミー「イマのわたしたちの短歌集」展示作品募集



9月26日(土)～10月12日(月・祝)開催の企画展で展示する短歌を募集します。

●お題 四季・お祝い・別れ・旅・恋のうちいずれか1つ

申問9月13日(日)までに八戸

ポータルミュージアムはっち

☎22-8228

八戸横丁月間 酔っ払いに愛を2026～横丁オンリーユーシアター～スタッフ募集



横丁オンリーユーシアターと一緒に盛り上げるボランティアスタッフを募集します。

●日時 10月2日(金)・3日(土) 各日17時～21時40分ごろ(1日のみの参加も可)

●場所 中心市街地・横丁の店舗や路上

●対象 高校生を除く18歳以上

●報酬 1日1,000円(活動費)

申問9月2日(水)(当日消印有効)

までに八戸ポータルミュージアムはっち ☎22-8228

八戸市シニアはつらつ ポイント事業参加者募集



介護施設などでボランティア活動することで付与されるポイントを、商品券などとの交換や福祉団体への寄付ができる事業への参加者を募集します。事業に参加するためには、研修会の受講と、会員登録が必要です。

●研修日時 9月10日(木)13時15分～15時20分

●場所 はちふくプラザねじょう

●対象 市内在住の60歳以上

●定員 20人(先着順)

■問(福)八戸市社会福祉協議会
☎47-2940

青森県ふるさとの 水辺サポーター募集



サポーターには、ごみ袋・軍手などの提供や集めたごみの処理、団体名を記した看板の設置、ボランティア保険への加入の支援を行います。

●対象 年1回以上、一定区間(200～500m)の河川・海岸で清掃や除草などの美化活動を2年以上継続できる10人以上の団体

■問申込書を三八県土整備事務所
☎27-5154



是川縄文館サポート スタッフ募集



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

■問是川縄文館 ☎38-9511

暮らし

健診送迎バスを 運行します



健診センターまでの交通手段がない人のために、無料の送迎バスを運行します。詳しくは、町内会で回覧する健診だよりや市ホームページをご覧ください。

●対象 根城・豊崎・是川地区

■問健康づくり推進課

☎38-0710

魚菜小売市場臨時開場



JR陸奥湊駅前の八戸市魚菜小売市場は、9月20日(日)に臨時開場しますので、どうぞご利用ください。

●営業時間

▷食堂 5時～11時ごろ

▷鮮魚・刺身店 3時～12時ごろ

▷塩干・珍味店 3時～14時ごろ

※いずれもなくなり次第終了
■問食の流通・ブランド推進室

☎43-9061

令和8年度高校生・学生の 活動に対する助成金の 交付団体が決定しました



●交付団体

【八戸圏域高等学校地域活動 促進事業助成金】

▷八戸商業高等学校

▷八戸水産高等学校

▷八戸高等支援学校

▷百石高等学校

▷八戸工業大学第二高等学校

▷千葉学園高等学校

▷学生団体LINDEAL

【学生まちづくり助成金】

▷ろぼっと娘(八戸工業高等専門学校)

▷専門学校アレック情報ビジネス学院学生会

▷イラスト研究会(八戸学院大学)

▷八戸学院大学別科助産専攻4期生

▷赤ちゃんゼミナール(八戸学院大学短期大学部)

▷ICE SPARK LAB(八戸学院大学)

▷八戸学院大学楊ゼミ

▷八戸工業大学感性デザイン学部戴研究室

▷八戸学院大学加来ゼミ

■問若者活躍応援課

☎43-2319



秋の全国交通安全運動
が始まります



夕暮れが早まるこの時期は、帰宅時の交通事故が増加します。交通ルールを守り、交通事故の防止に努めましょう。

- 期間 9月21日(月・祝)~30日(水)
- 運動の重点

- ▷歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
- ▷夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
- ▷自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底

固くらし交通安全課
☎43-9218

「緑の募金」に
ご協力お願いします



緑の募金は、毎年春季と秋季に森林の整備・緑化の推進を主な目的として実施しています。

皆さんからご協力いただいた募金は、小・中学校などの緑化運動に活用され、環境の保全や森林の保護、地球温暖化防止に役立てられます。

- 期間 9月1日(火)~10月30日(金)8時30分~14時
- 場所 市庁本館・別館総合案内、別館7階畜産林政課窓口
※受領証を希望する人は、募金箱に入れずに畜産林政課窓口までお越しください。
固市緑化推進委員会(畜産林政課内) ☎43-9254

防ごう、なくそう、不法投棄



市では、パトロールや監視カメラの設置など、不法投棄の防止に努めていますが、依然としてごみの不法投棄が後を絶ちません。

不法投棄は景観を損ねるだけでなく、水質や土壌などの環境への悪影響も心配されます。

除草、樹木の剪定、柵の設置などにより十分に土地を管理し、不法投棄されにくい環境を整えましょう。

また、不法投棄を発見した場合は、ご連絡ください。

固清掃事務所 ☎27-4511
環境保全課 ☎51-6195

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。

固環境保全課 ☎43-9107

パスポートの申請は
余裕をもって手続きを



7月1日より、パスポートの手数料が引き下げられました。窓口の混雑に備え、渡航前は時間に余裕をもって手続きをお願いします。

申請後の作成状況や受取可能日は、パスポート受取可能日検索システム「パスけん」で確認できます。

申固市民課 ☎43-9271

無料 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)

記号の説明 ☎ 電話による相談 人 面談による相談

相談名	日時	内容など
法律相談 要申込 人 ※係争中・事業の相談を除く	①9/14(月)②25(金) 各日13:00~16:00	●定員 各日5組(先着順・1組30分以内) ●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 ①9/10(木)②18(金)各日8:30
行政書士相談 要申込 人	9/15(火)13:00~16:00	●申込方法 電話 ●申込受付日 9/8(火)・9(水)各日8:30
税務相談(※) 人	9/7(月)13:00~16:00	●定員 8組(先着順・1組20分以内)
司法書士相談(※) 人	9/11(金)・28(月)各日13:00~16:00	●定員 各日5組(先着順・1組30分以内)
土地家屋調査士相談(※) 人	9/1(火)13:00~16:00	●内容 不動産の表題登記・土地の境界など
不動産相談(※) 人	9/8・29の各(火)各日13:00~16:00	●内容 不動産の売買・賃貸など ※1組20~30分程度
人権相談(南郷地区) 人	9/8(火)9:00~12:00	●場所 島守市民サービスセンター
人権相談(※) 人	23日を除く毎週(水)各日9:00~12:00	●場所(共通) 記載がない場合くらし交通安全課 ●対象(共通) 八戸市民(個人) (※)当日8:15から窓口で受け付け(先着順)。 10:00以降で空きがある場合は、電話でも受け付け可能。
行政相談(※) 人	毎週(木)各日13:00~15:00	
公証人相談(※) 人	9/15(火)9:00~12:00	
一般相談 人	平日8:15~17:00	



JR八戸線の運休・時間
変更などがあります



JR八戸線の昼間集中工事の
実施に伴い、列車の運休や運行
時間の変更を行います。

- 期間 9月15日(火)～17日(木)
 - 区間 八戸駅～久慈駅間
 - 運休便 各日6本
 - 時刻変更便 各日1本
 - 臨時運行便 各日2本
- ☎JR東日本お問い合わせセンター
☎050-2016-1600

八戸地域広域市町村圏事務
組合の概要をお知らせします



八戸地域広域市町村圏事務組
合は、消防やごみ処理などの業
務を、複数の市町村が共同で行
うために設置された特別地方公
共団体です。

消防・介護認定審査業務は全
ての構成市町村(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)、ごみ・
し尿処理は八戸市・南部町の旧
福地村区域・階上町が共同で行
います。

※執行機関など、詳しくはホー
ムページをご覧ください。
☎八戸地域広域市町村圏事務
組合事務局 ☎43-9556

県管理河川内の樹木を
伐採・利用したい人へ



県が管理する河川内に繁茂す
る雑木を自己伐採したい人や、
伐採した雑木を利用したい人は
ご連絡ください。

☎☎申込書を三八県土整備事務所
☎27-5154

敬老の日に「火の用心」
の贈り物



高齢の家族が安心して暮らせ
るよう、敬老の日に防火・防災
グッズを贈りませんか。

- ▷住宅用火災警報器 全ての住
宅に設置が必要で、10年を目
安に交換することが推奨され
ています。定期的に作動確認
することも重要です。
- ▷住宅用消火器 小型・軽量で、
高齢者も使いやすい消火器を
備えると安心です。
- ▷防災製品 炎に接しても燃え
にくい素材で作られた服やエ
プロン、寝具の使用がすす
めです。

☎消防本部予防課
☎44-2133



国民年金保険料の未納がある
人への納付案内や免除申請の
勧奨を民間委託しています



委託業者が被保険者の勤務先
の会社名や預金口座番号を尋ね
たり、指定口座への保険料振り
込みを依頼したりすることはあ
りませんのでご注意ください。

●委託業者 アイヴィジット・
NTT印刷共同企業体
☎0570-021-781
(受付時間9時～21時)
☎八戸年金事務所
☎44-1742(案内2→2)

高額療養費制度の見直し
が行われます



8月受診分から、1か月の医療
費の自己負担限度額が変更にな
ります。また、新たに年間の自
己負担上限額が設けられます。

国民健康保険の自己負担限度
額一覧など、詳しくは市ホーム
ページをご覧ください。

※自身の自己負担限度額の区分は、
マイナポータルで確認できます。
☎国保年金課 ☎43-9314

生産性向上支援訓練 受講者募集

☎☎ポリテクセンター青森 ☎017-777-1186 ☎017-777-1187

	効率よく分析するための データ集計	相手に伝わる プレゼン資料作成	SNSを活用した情報発信 (応用編)	効果的なOJTを 実施するための指導法
開 講 日	10/26(月)	11/10(火)	11/18(水)	11/17(火)
時 間	各日9:30～16:30			
場 所	八戸地域職業訓練センター		八戸総合卸センター	八戸商工会館
対象・定員	各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	各2,200円			3,300円
申込期限	10/6(火)	10/21(水)	10/29(木)	10/28(水)



雇用

国がサポートする中小企業退職金共済制度があります



● メリット

- ▷ 国の掛金助成が受けられる
- ▷ 掛金は全額非課税
- ▷ 外部積立型で管理が簡単
- ▷ パートタイマーや家族従業員も加入でき、人材の定着につながる

☎(独)勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
☎03-6907-1234

ジョブカフェあおもりが就職活動をサポートします



● 日時 平日9時～17時

● 対象 45歳未満の求職者

● 内容 ▷ 職業適性診断

- ▷ キャリアカウンセリング
就職相談、面接対策、応募書類の添削など

▷ パソコン利用

応募書類の作成・印刷

▷ ハローワークコーナー

求人検索・職業相談・職業紹介

- ▷ 就職支援セミナー(不定期)
パソコンスキルアップ講座、自己理解講座、面接対策講座など(オンラインあり)

☎ 申問 ジョブカフェあおもりサ
テライトスポット八戸
☎43-7611

ハローワーク八戸 マザーズコーナー出張相談



● 日時 9月17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)

☎ 申問 9月10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

☎22-8609(41#)

税

不動産を取得すると不動産取得税が課税されます



不動産取得税は、家屋を新築・増改築したときや、土地や家屋を取得したときに、一度だけ課税される県の税金です。

● 税額 市町村の固定資産課税台帳価格に次の税率を乗じた額

▷ 住宅および土地 3%

▷ 住宅以外の家屋 4%

● 軽減制度(要申請)

▷ 住宅や住宅用地を取得し、一定の要件を満たす場合

▷ 東日本大震災により被災した不動産に代わる不動産を取得した場合など

☎ 三八県税事務所
☎27-5111(内線209)

9月の納付 【納期限】9/30水

固定資産税(第3期) 国民健康保険税(第3期)

■ 納税相談

【夜間窓口】

9/8(火)・10(木)各日17:00～19:30

【延長窓口】毎週(月)(金)

18:00まで ※(祝)を除く

☎ 国収納課

☎43-9173、43-9174、43-9175

介護保険料(第3期)

☎ 介護保険課 ☎43-9285

後期高齢者医療保険料(第3期)

☎ 国保年金課 ☎43-9065

■ 保険料の納付には、納め忘れのない口座振替がおすすめです

自動音声・SMSによる納税案内

市税・国保税が納期限を過ぎても未納となっている人に自動音声電話やSMSでお知らせします。

☎ 国収納課 ☎43-9174



職業訓練センター 受講者募集

☎ 申問 八戸地域職業訓練センター ☎46-3360

	エクセル応用コース	ワード応用コース
開 講 日	10/8(木)～30(金)	
時 間	各日9:00～12:00	各日13:30～16:30
対 象	エクセルの基本操作ができる人	ワードの基本操作ができる人
定 員	各20人	
受 講 料	各8,400円(テキスト代2,310円)	
窓口申込	9/8(火)～10/2(金)	
電話申込	9/8(火)～30(水)	



広告

9月23日は手話言語の国際デー・手話の日

固障がい福祉課 ☎43-9106 FAX22-4810

市では、手話は言語であることを呼びかける世界ろう連盟・全日本ろうあ連盟の取り組みに賛同し、9月23日に市内施設のブルーライトアップを行っています。

ブルーは世界ろう連盟のロゴの色であり、「世界平和」を表す色です。きれいなブルーのライトアップを見ながら、手話言語について考えてみませんか。

ご協力いただける施設・団体からのご連絡もお待ちしております。

●実施予定施設

- ▷プライフーズスタジアム 18時～20時
- ▷総合保健センター 日没15分後～23時



詳しくはこちら



総合保健センターのライトアップ(7年)

9月10日は下水道の日「みやくみやくと ミライへめぐる 下水道」

下水処理場は、私たちが使って汚れた水(汚水)をきれいな水にしてから放流しているため、海や川の水質が保たれています。まちや側溝に汚水が滞留しないため、悪臭や害虫、伝染病の発生も抑えられます。

都市下水路や排水ポンプ場は、雨水でまちが浸水しないよう、降った雨水を速やかに排除し、海や川へ放流しています。



9月に水洗化相談会を開催します

日時	場所
2日(水)13時30分～16時	市庁別館2階 会議室B
4日(金)16時～18時30分	吹上公民館 講義室
9日(水)13時30分～16時	市庁別館2階 会議室B
14日(月)16時～18時30分	白銀公民館 講義室
16日(水)13時30分～16時	下水道事務所3階 研修会議室

※下水道業務課では随時相談を受け付けています。

水洗化工事費の融資をあっせんします

水洗化工事費の一部について、市で利子を負担する融資をあっせんしています。詳しくはお問い合わせください。

- 融資限度額▷くみ取り式トイレからの改造 70万円
▷浄化槽からの切り替え 40万円

- 返済回数 70回以内

- 申込方法 工事を依頼する際に、市指定業者に申し込み



固下水道業務課 ☎44-8258



こども・わかもの意見箱



地元「八戸」について、皆さんの声を聞かせてください！

はちのへプレミアム商品券の申し込みを開始します

物価高騰で増えた家計負担を軽減し、消費を後押しするため、プレミアム商品券2026の発行・抽選販売を行います。

- 申込期間 9月1日(火)～15日(火)
- 利用期間 10月1日(木)～12月31日(木)
- 対象 県内に在住している人(申込多数の場合抽選)
- 料金 1セット(12,000円分)につき10,000円
- 申込方法 ホームページから申し込み(1人1回まで。10セットまで申し込み可)



9月末ごろまでに当選者へ「引換券」を発送します

当選者は引換券を持参し、販売所でプレミアム商品券を購入してください。
販売所・プレミアム商品券対応店舗は、ホームページで順次公開します。
※申し込みセット数よりも少ないセット数での当選となる場合があります。

固はちのへプレミアム
商品券2026事務局
☎70-5172



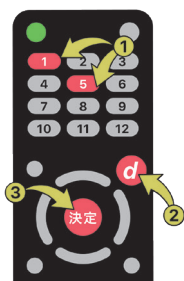
詳しくは
こちら

テレビのdボタンで八戸市の情報をチェック！

固広報統計課 ☎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



- 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)にあわせます。
 - ② リモコンの「dボタン」を押します。
 - ③ 1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。

※お使いのリモコンによりボタンの位置は異なります。



詳しくは
こちら



八戸の文化・芸術のイベント情報を発信中！

公式LINE ㊦㊧㊨㊩㊪㊫

1週間ごとのイベント情報を毎週(金)に配信します



詳しくは
こちら

9月1日は防災の日 災害に備えましょう

固災害対策課 ☎43-9564

災害はいつ起こるか分かりません。被害を最小限に抑えるために、日頃からの備えが大切です。「防災の日」を機に、非常時の備蓄品・持ち出し品の準備や避難場所の確認などを行い、災害に備えましょう。

また、家族で防災について話し合い、災害時の緊急連絡先などを確認しておきましょう。



備蓄品・持ち出し品
チェックリスト



災害ごとの
ハザードマップ

津波からの避難行動を確認しましょう

●避難所へ行くことだけが避難ではありません

命を守るため、まずは**近くの高台や津波浸水想定区域の外**など、安全な場所に避難してください。無事に津波から逃れた後、自宅に戻れない場合は避難所へ移動しましょう。

●警報の種類により、開設する避難所が異なります

予想される津波の規模に応じて、**大津波警報・津波警報・津波注意報**のいずれかが発表されます。各警報の避難対象地域や初動で開設する指定避難所を、事前に確認しておきましょう。(災害の種類によっても開設する避難所が異なります。)



詳しくは
こちら



指定避難所
一覧

原則「徒歩」で避難してください

多くの人が車で避難すると渋滞が発生します。渋滞に巻き込まれると徒歩での避難よりも時間がかかり、逃げ遅れてしまいます。一人一人が確実に避難できるよう、歩ける人は徒歩で避難してください。

徒歩での避難が間に合わない場合は、津波避難ビルに避難してください。



津波避難
ビル一覧

大雨洪水や土砂災害に備えましょう

洪水から身を守るためには、一人一人が水災害を自分ごととして捉え、みんなで対策する「流域治水」の取り組みが重要です。特に、早めに災害情報を得て避難することが、命を守る上で最も大切です。県が発信している情報などをご活用ください。

河川砂防情報提供システム



雨量・河川水位・ダム・土砂災害警戒情報などを確認できます。また、お住まいの地域の雨量・水位情報などをメールでお知らせする「**洪水お知らせメール**」の利用登録ができます。



土砂災害警報メール通知サービス



お住まいの市町村に「**レベル3土砂災害警報**」以上の警報が発表された場合に、メールでお知らせします。



テレビのデータ放送を活用した河川水位情報配信



テレビのデータ放送で、河川水位情報を確認できます。NHK総合にチャンネルを合わせ、リモコンのdボタンを押して、画面に表示された「防災・生活情報」から「河川水位情報」を選択してください。

固県河川砂防課 ☎017-734-9670
三八県土整備事務所 ☎27-5154

避難行動要支援者名簿に登録しましょう

固福祉政策課 ☎43-9258

市では、災害時に自力で避難することが困難な人を「避難行動要支援者名簿」に登録し、地域の支援を受けて避難できるよう体制づくりを進めています。名簿は地域の支援者と共有し、地域の見守り活動や災害時の支援に活用します。

また、名簿に登録された人に対する、個別避難計画の作成も行っています。

●対象 次のいずれかに該当する、もしくは同様の状態にある人

- ▷要介護度3～5の認定を受けている
- ▷身体障害者手帳1～3級の交付を受けている
- ▷愛護(療育)手帳Aの交付を受けている
- ▷指定難病、小児慢性特定疾病の診断を受けている

●支援者 民生委員、市と協定を締結した自主防災会・町内会など、消防本部、警察、八戸市社会福祉協議会

●申込方法 申請書を福祉政策課、南郷事務所、各市民サービスセンターに提出

※災害時は支援者も被災する可能性があり、状況によっては支援を受けられない場合もあります。



詳しくは
こちら



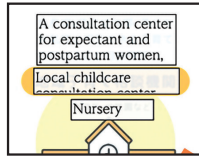
いつでもどこでも誰でも広報はちのへが読めます

図広報統計課 ☎43-9317

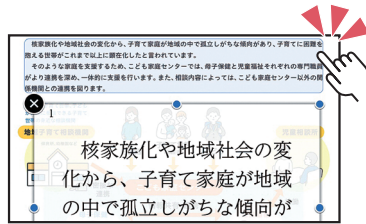
多言語翻訳・音声読み上げなどができるアプリ「Catalog Pocket」で、広報はちのへのデジタル版を読むことができます。パソコンなどのブラウザでもご覧いただけます。

外国人も読める！

日本語の他に、英語、韓国語、中国語(繁体字・簡体字)、タイ語、ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語、ベトナム語で読むことができます。

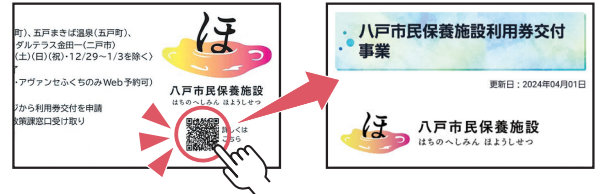


文字拡大機能・自動音声読み上げ機能が使える！



スマートフォンだけで情報へアクセス！

掲載されている二次元コードを選択すると、直接ウェブページにアクセスできます。



ダウンロードはこちら

■ iOS



■ Android



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。

映画「ソーゾク」無料上映会
～争族にならないための相続のススメ～

- 日時 9/6(日)10:00、13:30
 - 場所 はっち2階 シアター2 ●定員 各回100人
- 図(一社)しえん ☎32-6464(山道)

青森県高次脳機能障害者
リハビリテーション講習会 要申込

- 日時 9/12(土)13:30～16:00(受付は13:00から)
 - 場所 はちふくプラザねじょう2階 多目的ホール
 - 内容 高次脳機能障害者への支援や、生活を支えるリハビリテーションなどに関する講演 ●定員 150人
- ☎問電話・FAXまたはEメールでメディカルコート八戸西病院
☎28-4000 ☎28-4962 E hpsilver@sg-silver.or.jp

八戸工業大学「マチナカ公開講座」

- 日時 ①9/13(日)②19(土)③27(日)各日13:30～14:30
 - 場所 ばんらぼ ●内容 ①沿岸災害よもやま話②林野火災について考える③スマホで始める「大人の写真生活」のススメ ●講師 ①加藤雅也②工藤祐嗣③宮腰直幸
- ☎問八戸工業大学 ☎25-8005

第47回青森県高等学校総合文化祭(三八・上北大会)
PRイベント

- 日時 9/17(木)11:00～12:00 ●場所 マチニワ
 - 内容 大会テーマ・ポスター原画の表彰、合唱、太鼓の演奏など(16日・17日ははっちで過去の優秀作品の展示あり)
- ☎問高総文祭実行委員会事務局(八戸高等学校内) ☎44-0916

はじめてさん集まれ！みんなでヘルパー体験 要申込

- 日時 9/19(土)10:00～12:00
 - 場所 ビリーブケアサポート八戸支店
- ☎問9/17(木)までに(株)ビリーブケアサポート
八戸支店 ☎71-2611(大程、前田)



八戸工業高等専門学校公開講座 要申込

- 日時 ①10/10(土)9:00～12:30②24(土)10:00～16:00 ●場所 八戸工業高等専門学校 ●内容 ①ペーパーブリッジをつくろう②化学の学校 ●対象 ①中学生とその保護者、中学校教員②県内・岩手県北在住の小・中学生
 - 定員 ①15人②50人(先着順) ●料金 無料(保険料別途)
- ☎問八戸工業高等専門学校 ☎27-7239



認知症と共に生きる

国では、認知症になってからも希望をもって自分らしく暮らし続けるという「新しい認知症観」を広めています。今回は、認知症の人やその家族が、交流などを通して、安心して暮らせる地域をつくるために活動する団体のお2人にお話を伺いました。

岡高齡福祉課 ☎43-9189



同じ経験を持つ仲間は兄弟のような存在に

30代の頃、仕事を続けながら認知症の母を介護していました。当時は仕事と介護の両立に悩み、「なぜ自分だけが」と思うことがありました。しかし、会員の仲間から「何かあれば手伝うよ」と声をかけてもらい、1人で抱え込まずに介護を続けることができました。



かねたじゆんこ
事務局 金田順子さん

1人で抱え込まないでください

やさしい手の会では、介護している人や介護経験者が交流できる「ひと息サロン」を開催しています。介護の悩みや苦労は、必ずしもその場で解決するとは限りません。しかし、「あの時、涙を流しながら話せてよかった」「この会があったから介護を乗り越えられた」といった声をいただくたびに、この会を続けてきてよかったと感じています。

介護の悩みや情報交換など、リラックスした雰囲気の中でお話ししてみませんか。

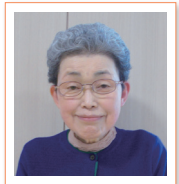
やさしい手の会(八戸地域認知症者を抱える家族の会) ☎44-8958



ひと息サロンの様子

人とのつながりが介護を続ける力に

義母の介護で行き詰まった時、介護経験者に話を聞いてもらったことで気持ちが軽く、前向きになりました。その時、相談は「問題を解決するため」だけの行為ではないと実感しました。悩みを誰かと共有すること自体が大きな支えとなり、次の一步を踏み出す力が生まれます。



いしといくこ
世話人代表 石戸育子さん

心のゆとりが人への優しさに

介護をしていると、「自分さえ我慢すれば」と思いがちですが、介護をする人にも自分らしく生きる権利があります。友人とお話すること、趣味を楽しむことは決してわがままではありません。自分を大切にすることで気持ちにゆとりが生まれ、そのゆとりが認知症の人への思いやりや優しさにつながります。

介護を辛いだけで終わらせないために、仲間とつながる「つどい」に参加しませんか。

(公社)認知症の人と家族の会青森県支部 ☎35-0930



認知症の人を抱える
家族のつどいの様子



上記団体の活動について、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

