

令和4年(2022年)

2.1

No.404

広報 あおもり



【特集】

新型コロナウイルスワクチンの追加接種（3回目接種）のお知らせ



バスの乗り降りが
とっかんたん
A☆PASS
(アオパス)

主な内容

06	市からの重要NEWS ・市・県民税の申告を受付	11	・マタニティ講座
08	・青森県交通災害共済の加入受付	15	情報ひろば
10	・落雪による事故に注意	17	・モヤヒルズからのお知らせ
11	健康ナビ	19	・スポーツ医科学講座
		20	2022あおもり桜マラソン

写真：令和3年度青森市成人式（1月9日）

新型コロナウイルスワクチンの追加接種（3回目接種）のお知らせ

●接種対象者

市では、2回目接種完了日から原則8か月以上経過した18歳以上のかたを対象として、接種券一体型予診票を送付しています。なお、次に該当するかたは、8か月を待たずに追加接種を受けられます。

①医療従事者、高齢者施設等の入所者及び従事者等 ※詳細は市から各事業所に個別にご案内しています

▶2回目接種完了日から6か月以上経過した後に接種が可能なかた（2か月前倒し可能）

②①以外の高齢者（令和3年度中に65歳以上に達するかた）

▶令和4年2月以降2回目接種完了日から7か月以上経過した後に接種が可能なかた（1か月前倒し可能）

該当するかたの接種券一体型予診票の送付時期は下表のとおり

65歳以上のかたの接種券一体型予診票の送付時期（目安）									
2回目接種を受けた時期	R3 6/1～10	R3 6/11～20	R3 6/21～30	R3 7/1～10	R3 7/11～20	R3 7/21～31	R3 8/1～10	R3 8/11～20	R3 8/21～31
接種券一体型予診票の送付時期	R4 1/21(金)	R4 1/28(金)	R4 2/4(金)	R4 2/10(木)	R4 2/15(火)	R4 2/21(月)	R4 2/28(月)	R4 3/4(金)	R4 3/10(木)

●ワクチンの種類

ファイザー社ワクチンまたは武田/モデルナ社ワクチン

※初回接種（1・2回目接種）で使用したワクチンと異なるワクチンを接種すること（交差接種）が認められています。交差接種の効果や安全性について、国では追加接種の抗体価の上昇は良好であること、また、副反応に関しては初回接種（1・2回目接種）で報告されたものと同程度であることを公表しています。

●接種方法

▶個別接種（個別接種を実施している市内106医療機関で接種します。）

各医療機関により予約方法が異なります。詳しくは、接種券一体型予診票に同封しているお知らせ等をご確認ください。

▶自院接種（医療従事者等）、施設接種 詳しくは市から各事業所に個別にご案内しています。

▶青森県総合健診センター接種 新型コロナワクチン接種専用コールセンターまたは市運営WEB予約ページから予約してください。接種予定日は下のカレンダーをご覧ください。

▶集団接種（ホテル青森、浪岡中央公民館）＜新規＞

ワクチンの種類…武田/モデルナ社ワクチン 接種申込期間は下表を、接種予定日は下のカレンダーをご覧ください。

ホテル青森 3階孔雀の間

浪岡中央公民館

総合健診センター

2月							3月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
6	7 ファイザー	8	9	10	11	12			1	2	3	4	5
13	14 モデルナ	15 ファイザー	16 モデルナ	17	18 モデルナ	19	6	7	8	9	10	11	12
20	21 ファイザー	22	23	24	25	26	13	14	15 ファイザー	16	17	18 モデルナ	19
27	28						20	21	22 モデルナ	23 ファイザー	24 モデルナ	25	26

接種申込期間				
ホテル青森	2/20接種分 ▶2/2(水)～16(水)	3/6接種分 ▶2/16(水)～3/2(水)	3/20接種分 ▶3/2(水)～16(水)	3/21接種分 ▶3/3(木)～17(木)
受付人数	各2,520人			
浪岡中央公民館	2/26接種分 ▶2/8(火)～22(火)	2/27接種分 ▶2/9(水)～23(水)	3/5接種分 ▶2/15(火)～3/1(火)	3/6接種分 ▶2/16(水)～3/2(水)
受付人数	180人	315人	180人	315人

■接種予約は 専用コールセンターか、市運営WEB予約ページから

新型コロナワクチン接種専用コールセンター

(☎017-764-6539、017-752-0517)

受付時間 9:00～18:00（月～土）※祝日除く

FAX 017-718-2867（聴覚障害のあるかたのみFAXをご利用いただけます）

▲予約フォームはこちらから



発熱等の症状がないかた

PCR検査センターが 青森市役所柳川庁舎1階にオープン



検査から結果までの流れ

専用の予約サイトから事前に予約してください。(「PCR検査」か「抗原定性検査」のどちらかを選択)
 予約ホームページアドレス <https://covid-kensa.com/aomori.html>
 このセンターでのPCR検査は、新型コロナウイルス感染症の症状のないかたが対象です。
 ※症状のあるかたは、かかりつけ医等や青森市地域外来へご相談ください。



予約した日時に検査センターへお越しください。
 お支払いは、クレジットカードや電子マネーなどのキャッシュレス決済のみです。

【PCR検査】

唾液を採取し、所定の場所へ提出

翌日24時まで

【抗原定性検査】

鼻腔奥まで差し込み、粘膜を採取し、所定の場所へ提出

検査後約30分までに

メールで検査結果案内を通知

検査完了メールに、検査結果が分かるIDとパスワードが送信され、これらを入力することで検査結果が分かる仕組みとなっています。結果が陽性の場合、保健所から別途連絡があります。

PCR検査費用 1,900円 (税込)

抗原定性検査費用 1,600円 (税込)

※ただし、「健康上の理由によりワクチン接種を受けられないかた」「12歳未満のかた」で、飲食やイベント等の経済社会活動を行うために検査を必要とする場合は、無料となります。

開設場所 ▶ 青森市役所柳川庁舎1階 (柳川二丁目1-1)

開設時間 ▶ 9:00~12:00、13:00~16:30

※土・日曜日、祝日を除く

■問合せ

株式会社木下グループ新型コロナPCR検査センター

(☎03-4333-1640、✉corona-testcenter@kinoshita-group.co.jp)

※受付時間：12:00~17:00 (土・日曜日、祝日を除く)



インフルエンザとの
同時流行を防ごう

発熱等の症状があるかたの受診方法

問感染症対策課 (☎017-765-5282)

新型コロナウイルス感染症とインフルエンザは症状が似ているため、区別するには検査が必要です。このため発熱などの症状があるかたは、下記を参考に、診療・検査を受けていただくようご協力をお願いします。

発熱等の症状がある場合



かかりつけ医がいるかた

電話相談



電話相談・受診予約等

かかりつけ医等
(診療・検査に非対応)

かかりつけ医等
(診療・検査に対応※)
診察、必要に応じて検査
※県で指定(県ホームページでご確認ください)

医療機関を案内、
電話・受診予約等

かかりつけ医がないかた

電話



県コールセンター
(新型コロナウイルス感染症コールセンター)
☎0120-123-801 (フリーダイヤル)

直接受診
電話不要

青森市地域外来19:00~22:00
(診断結果により翌日検査センターでPCR検査)
☎017-773-6477

- 新型コロナウイルス感染症患者と接触したなど、心当たりがあるかたは受診・相談センター(青森市保健所、☎017-765-5280)に電話。
- 新型コロナウイルス感染が判明した場合は、原則として、入院または宿泊療養となります。自宅療養の場合は、保健所で体調管理を行うとともに、症状に応じて、電話またはオンラインで当番医が診療を行うほか、食料調達が困難なかたには配食サービスも実施しています。
- 新型コロナウイルス感染症の後遺症については、受診・相談センターにご相談ください。



バスの乗り降りが とがんとん

AOPASS 3月5日(土) 販売・サービス同時開始

(アオパス)

国土交通管理課 (☎017-726-5459)



青森市営バス、青森市市バス、青森市シャトル・ルートバス「ねぶたん号」を1枚のカードで共通利用できるほか、運賃に使えるお得な交通ポイント機能も搭載したICカード「AOPASS」の販売及びサービスを3月5日(土)に同時開始します。

\\ いろいろ使えて! 5つのPOINT // AOPASS はココが便利! 手続きもがんとん!

POINT 1

乗れば乗るほどお得な交通ポイント!

乗れば乗るほどお得な最大**17%**の交通ポイント進呈。交通ポイントは青森市営バス、青森市市バス、青森市シャトル・ルートバス「ねぶたん号」の運賃へのご利用が可能。

POINT 2

Suica機能を搭載!

様々なシーンで使える利便性を提供!

Suica機能の搭載により、全国のSuicaに対応した交通機関のほか、コンビニエンスストアやファミリーレストランなどでも利用でき、AOPASS一枚で全国の様々なお店でのキャッシュレス決済が可能となります。

POINT 3

3つの生活応援プランで 学生をサポート!

- ① 毎回**20%**のポイント進呈。
- ② 「学期」単位でお求めいただけるお得な「学期定期」が新登場。
- ③ 定期区間外も休日1回100円でもご利用いただけるサービスを各種学生定期にも拡充。

POINT 4

福祉乗車も ピッとタッチでスムーズに!

市内の高齢者(70歳以上)、障がいのあるかた、小学生を対象とした各種福祉乗車サービスもAOPASSに搭載可能。整理券が不要の簡単決済で乗り降りがスムーズに。

POINT 5

あおもりの観光を もっと自由に! もっとお得に!

市営バス、市バス、ねぶたん号共通の休日*周遊券「AOPASSワンデーバス」「AOPASSツーデーバス」を新発売。SuicaやPASMOにも設定でき、あおもりの観光がお得で便利に。

*休日…土曜日、日曜日、祝日、お盆(8/13~8/15)、年末年始(12/29~1/3)



バスカード(磁気カード)、定期券、フリーパス等の取扱いについて

お手持ちのバスカード及び有効期限が残っている定期券は3月5日以降も使用できます。

(ただし、バスカードの新規発売は終了します)

※各種福祉乗車サービス(フリーパス乗車等)は3月5日以降も、整理券を取る従来の乗車方法を利用できます。

※3月5日以降に定期券を購入する場合はAOPASSに登録となります。



読み取り機にタッチするだけのかんたん乗車



整理券
不要!
小銭の準備
不要!

乗車口の読み取り機に「ピッ！」
と音になるまでカードをタッチ



降車時も運賃箱の読み取り機に「ピッ！」
と音になるまでカードをタッチ

※ICカードでバス運賃をお支払いするにはチャージ（入金）が必要です。

※福祉乗車サービスをAOPASSでご利用いただくには、あらかじめ登録が必要です（下記窓口参照）。また、降りる際には福祉乗車証を乗務員に見えるようにAOPASSと重ねて読み取り機にタッチしてください。



AOPASSの購入・取扱窓口

AOPASSは1,000円、2,000円、3,000円～20,000円までの1,000円単位で、下記のAOPASS取扱窓口で購入できます。

※現金のみの取扱いとなります。 ※発売額にはデポジット（預り金）500円が含まれます。

※コンビニエンスストアは1,000円、バスの車内発売は2,000円のみ取扱いとなります。

AOPASS取扱窓口一覧

発売所名	カードの 購入	学生用交通 ポイント サービス 登録	定期券	1日乗車 券・2日 乗車券	福祉乗車サービス			払戻 再発行
					高齢者	障がい 者	小学生	
東部営業所								
西部営業所								
青森駅前 発売所	●	●	●	—	●	●	●	●
NTT青森支店 前発売所								
サンロード青森 1階総合サービ スカウンター	●	●	更新 のみ	—	●	—	●	—
あおり観光 情報センター (新青森駅2階)	●	●	更新 のみ	—	フリー パスの 更新のみ	—	—	—
コンビニエンス ストア	無記名式 のみ	—	—	—	—	—	—	—
バス車内	無記名式 のみ	—	—	●	—	—	—	—

デポジット（預り金）

AOPASSを新規購入する際、預かるお金のことで金額は500円です。デポジットは、カードが不要となり返却する場合、返金となります（運賃やお買い物には利用できません）。

チャージ（入金）

AOPASSにお金を入金することを「チャージ」といいます。コンビニエンスストアをはじめ、取扱窓口一覧に記載している全ての窓口でチャージが可能です。



◀ 交通部
ホームページ

サービスの詳細は交通部ホームページまたは発売所、市民センター等に備え付けのチラシをご覧ください

令和4年度 2月16日～3月15日 市・県民税の申告を受付

令和4年度市・県民税の申告を、2月16日(水)から3月15日(火)まで(土・日、祝日を除く)、下記の会場で受付します。期限内の申告をお願いします。

また、臨時申告受付会場も開設しています。詳しくは、本紙1月15日号2～5ページ・市ホームページをご覧ください。

※受付期間中は、駐車場の混雑が予想されます。ご来庁の際は、可能な限り公共交通機関のご利用をお願いします。

市・県民税申告受付会場

青森地区のかた

時 8:30～18:00※開場 8:15
所 アウガ6階申告受付会場

浪岡地区のかた

時 9:30～15:30
※地区ごとに日時指定
本紙1月15日号・市ホームページ参照
所 浪岡庁舎2階中会議室

問 市民税課 (☎017-734-5193)

期限内の申告をお願いします。



市民税課 福田

マイナンバー制度に係る 県税手続きについて

社会保障・税・災害対策の3分野でマイナンバー(個人番号)が利用されています。

県税手続では、次の2点にご協力をお願いします。

- ①個人番号及び法人番号の記載欄のある税務関係書類(申告書等)への番号の記載
- ②個人番号を記載した申告書等を提出する際の本人確認(番号確認+身元確認)

《本人確認書類の例》

ア マイナンバーカード【番号確認+身元確認】

イ 通知カード【番号確認】

+運転免許証またはパスポート等【身元確認】

※通知カードの記載事項が住民票の記載事項と一致している場合のみ

詳細は県庁ホームページ

(HPhttps://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/003_23mynumber.html)をご覧ください。



問 東青地域県民局県税部 (☎017-734-9970)

県税に関わる 納税証明書の申請手続

県税に関わる各種納税証明申請書類は、県庁ホームページ(HPhttps://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/soumu/zeimu/010_01nouzei.html)からダウンロードできます。記入方法・本人確認書類等のご案内もありますので、ご覧ください。

問 東青地域県民局県税部納税管理課 (☎017-734-9970・9971)

子どもの権利相談センター 調査相談専門員募集

子どもの権利相談センターで、子どもの権利侵害に関する相談対応や調査活動などを行う調査相談専門員(会計年度任用職員)を募集しています。詳細はお問合せください。

募集期間 2月1日(火)～2月18日(金)

募集人員 3名

勤務日時 月～金曜日のうち週4日勤務 午前9時半～午後6時まで

勤務場所 青森市役所駅前庁

子どもの権利 相談センター

いじめ・体罰など、子どもの権利侵害に関する相談に応じます。

時 原則、月～金曜日(祝日)

農地について必要な 手続きを行います

農地を耕作目的で譲り渡したり、貸し借り等する場合は事前に農業委員会の許可が必要です。また、農地を建物の敷地等に転用する場合は事前に青森県知事の許可が必要です(市街化区域内農地の場合は農業委員会への事前届出が必要です)。

許可等を受けずに行った場合は農地法違反となり、罰則の適用や原状回復等の命令を受ける可能性がありますのでご注意ください。

許可申請等は、事前に農業委員会へご相談ください。

問 農業委員会事務局 (☎017-761-4370) 事務局分室 (☎017-2-62-1148)

除く) 午前10時～午後6時 所 問 〒030-0801 新町一丁目3-7 子どもの権利相談センター ☎0120-370-642、☎017-763-5678、✉ aokodomokenri@city.aomori.aomori.jp

掲載の内容は、1月11日時点の情報をもとに作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

水道施設跡地売却の
一般競争入札

次の水道施設跡地を一般競争入札によって売却します。

所在地番	地目	地積	最低売却価格
大字大字野 前田64番6	水道用地	187.89㎡	7,680,000円

※当該跡地には地下1.5m以下に井戸の鋼管他
残存埋設物がありますが、現状有姿での売却
となります。

※入札方法・契約方法について記載した「入札案内書」を企業局水道部上水道総務課で配布しているほか、市及び市水道事業ホームページに掲載してあります。購入を希望されるかたはお問合せください。

入札日時 2月17日(木)午後1時30分から(受付午後1時から)

入札場所 水道部本庁舎3階
大会議室

問水道部上水道総務課
(☎017-734-4201)

青森市食品衛生監視指導
計画(案)へのご意見を
募集します

市では、令和4年度の食品製造・販売施設等への監視指導計画である「令和4年度青森市食品衛生監視指導計画」(案)について、皆さんのご意見を募集します。(個別回答は行いませんので)了承ください。

●縦覧場所：2月1日(火)から青森市保健所生活衛生課、本庁舎3階情報公開コーナー、駅前庁舎1階総合案内そば縦覧スペース、柳川庁舎1階柳川情報コーナー、浪岡庁舎1階情報公開コーナーで縦覧できるほか、市ホームページに掲載

●募集期間

2月1日(火)～28日(月)

●提出方法：住所・氏名または所在地・法人名を記入し、郵送・FAX・Eメールのいずれかで、〒030-0906 2 佃二丁目19-13 青森市保健所生活衛生課(☎017-765-5293、☎017-765-5283、✉seikatsu-eisei@city.aomori.aomori.jp)へ

赤十字活動にご協力を

日本赤十字社は、国内外での災害、感染症に対する救護・救援活動をはじめ、地域の社会福祉や青少年の健全育成など、様々な支援活動を行っています。

これらの活動は、毎年皆さんから寄せられる善意の活動資金によって支えられています。

活動資金の募集に当たっては、各地域の協力者が皆さんのご家庭に伺います。

皆さんの赤十字活動へのご理解とご協力をお願いします。

問福祉政策課

(☎017-734-5314)

浪岡振興部健康福祉課

(☎0172-62-1174)



市長コラム

小野寺あきひこの
スコラム!



2022年、新たな年は111cmの大雪とともに幕開けとなりました。

12月28日、青森市豪雪災害対策本部を設置。12月に1m超の積雪は昭和59年以来38年ぶりとのこと。市民の皆様にはご不便をおかけいたしました。対策本部では、年末年始も休まず除排雪の進捗状況を把握して指令状況をホームページに公開し、市職員によるスノーレスキュー隊が歩道除雪にあたるなど、現在も総動員体制で臨んでいるところです。

1月8日・9日は全国アマモサミット



12月28日、青森市豪雪災害対策本部会議。一斉除排雪に加え、相談窓口の延長・パトロール強化・スノーレスキュー隊の編成等を指示。

2021 in あおもりが開催。環境事務次官の中井徳太郎さんや、テレビ番組でおなじみの木村尚さんによる記念講演に加え、北海道から熊本まで全国の高校生が、海辺の自然再生についてオンラインなどで発表。私もむつ湾沿岸8市町村等による海を守る取組について紹介しました。

1月9日、令和3年度青森市成人式が開催され、2,431人が大人の仲間入り。新型コロナ対策を兼ねて地域を挙げて新成人を祝うため、出身中学校ごとの20会場で分散開催。恩師を囲んでの記念撮影や、校内を同級生どうしで巡りながら思い出話に花を咲かせるなど、母校開催ならではの光景が見られました。

今後も、夜を徹して除排雪を行う事業者の皆様のご協力のもと、幹線から支線、住宅街へと順次除排雪を進めてまいりますので、皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

お知らせ

2月1日から予約加入受付開始
令和4年度 青森県交通災害共済

「1日1円」でおなじみ、青森県交通災害共済は、日本国内で起きた交通事故を対象に、見舞金等をお支払いする共済制度です。

岡生活安心課 (☎017-734-5258)
浪岡振興部市民課 (☎0172-62-1140)

共済期間▽4月1日～翌年3月31日(4月以降の加入は、加入日時から)

会費▽年間350円(1人1口)

予約加入受付期間▽2月1日～3月31日(土・日曜日、祝日を除く)

受付場所▽駅前庁舎(1階臨時窓口・4階生活安心課)

浪岡庁舎(1階浪岡振興部市民課)／各支所・情報コーナー

※町(内)会や学校、事業所等で加入のとりまとめ(団体加入)をしている場合があります。団体加入の有無は、所属する団体にご確認ください。

見舞金等の請求方法

交通事故によりケガ等をした場合は見舞金等を請求できます。請求には診断書または柔道整復師の施術証明書のほか、交通事故証明書が必要となります。

交通事故証明書は、警察に届出をして交通事故と扱われた場合に自動車安全運転センターに申請することで、交付を受けられます。同乗者や相手方のいない自損事故、自転車、自動二輪車等の転倒等も必ず速やかに届けましょう。

自転車保険にも加入しましょう!

交通災害共済は、損害賠償には対応しておりません。自転車による交通事故で加害者となった場合、高額な賠償金を請求されることがありますので、万が一に備え、自転車保険にも加入しましょう。自転車保険の加入は、自転車安全整備店や各保険会社等へお尋ねください。

もしものときのために
ご加入ください



自分の運転をチェック
してみませんか

日頃の運転で危険を感じたことはありますか。

次のことに注意して思いやりのある運転を心掛けましょう。

●信号機のない横断歩道

横断歩道が近くなったら車を減速し、歩行者がいる時は一時停止

●雪道運転

雪道はすべりやすく危険です。スピードを控えて、十分な車間距離をとり、「急」ブレーキ、「急」ハンドル、「急」加速は危険なのでやめましょう。

◆自分の運転に不安を感じる場合は、次の項目をチェックしてみましょう。該当する場合は、安全確認不足、身体機能の低下が考えられますので、注意して運転しましょう。

□障害物をさけるために急ハンドルをすることがある。

□右左折の合図を直前にだすことがある。

□運転中に標識が読み取りにくいときがある。

※運転自己診断チェック表を市ホームページに掲載していますのでご覧ください。

◆運転に不安を感じている運転者や家族のかたのために青森県警察では「運転適性相談窓口」を設置しています。

専用の安全運転相談ダイヤル「#8080(シャープハレバレ)」もご利用ください。岡生活安心課 (☎017-734-5258)

放課後児童支援員を
募集しています

保護者が日中不在となる家庭の小学生を対象に開設している放課後児童会で、遊びや生活の支援を行う「放課後児童支援員」及び「代用支援員※」を募集しています。詳細はお問合せください。※放課後児童支援員が休んだときに代替として勤務(土曜日、学校休業日のみの勤務も可)賃金▽時給920円※勤務形態によつては、期末手当の支給あり

岡岡子育て支援課

(☎017-734-5348)

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金のご案内

青森市コールセンター (☎017-761-4111 月～金 8:30～18:00※祝日除く)
内閣府コールセンター (☎0120-526-145 9:00～20:00)

住民税均等割非課税世帯や、令和3年1月以降に新型コロナウイルス感染症の影響で家計急変のあった世帯を支援します。

●支給額

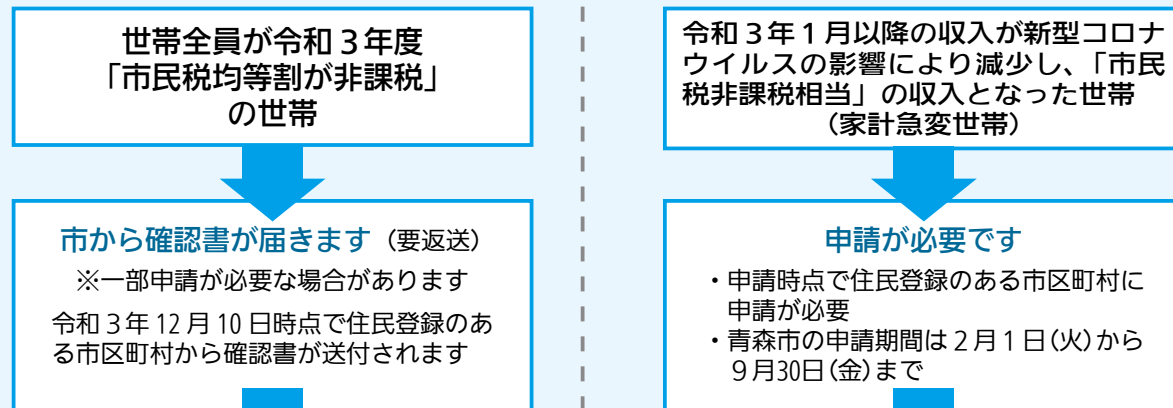
1世帯当たり10万円

●支給時期

市が確認書(または申請書)を受領後、概ね2週間程度(申請が殺到したり、内容に不備等がある場合は遅くなる可能性があります)。
※支給は原則銀行口座への振り込みとなります。

●支給対象(受給には手続きが必要です)

支給対象となる世帯(いずれかにあてはまる世帯) ※併給はできません。



●支給手続き

2月上旬に市から届く確認書の内容を確認し、必要事項を記入の上、同封の返信用封筒で返送してください。

返送期限 5月2日(月)(当日消印有効)

「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」
にご注意を!

自宅や職場などに金銭の振り込みを求め
るなどの不審な電話や郵便があった場合
は、最寄りの警察署が警察相談専用電話
(#9110)にご連絡ください。

申請書に必要事項を記入の上、収入額が確認できる書類等
とともに市の窓口[※]に直接または郵送[※]で提出してください。

窓口受付 「駅前庁舎4階 福祉政策課」または
「浪岡庁舎1階 浪岡振興部健康福祉課」

郵送受付 〒030-0801 青森市新町一丁目3-7
青森市福祉部福祉政策課 臨時特別給付金担当

申請書設置場所(市ホームページからダウンロードもできます)
福祉政策課、生活福祉一課・二課、浪岡振興部健康福祉課、
各支所、各情報コーナー、各市民センター、青森市社会福
祉協議会

申請期限 9月30日(金)

低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金

申請はお済みですか?

子育て支援課 (☎017-734-5334)、浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1113)

低所得の子育て世帯への支援のため、子育て世帯生活支援特別給付金を支給しています。申請受付は令和4年2月28日(月)までとなっていますので、対象となるかたは手続きをお忘れなく。※申請不要のかたには既に支給済みです(ひとり親世帯分…令和3年5月11日支給済、ひとり親世帯以外の世帯分…令和3年7月29日支給済)

	ひとり親世帯分	ひとり親世帯以外の世帯分
対象	<ul style="list-style-type: none"> ●公的年金等を受給していることにより、令和3年4月分の児童扶養手当の支給を受けていないかた ※児童扶養手当に係る支給制限限度額を下回るかたに限りです ●新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給しているかたと同じ水準になっているかた 	<ul style="list-style-type: none"> ●令和3年4月分の児童手当または特別児童扶養手当の受給者で令和3年度住民税(均等割)が非課税である公務員のかた ●令和3年3月31日時点で18歳未満の児童(障害児の場合20歳未満)の養育者で、以下のいずれかに該当するかた ※令和4年2月28日までに出生した新生児も対象となります ・令和3年度住民税(均等割)が非課税のかた ・令和3年1月1日以降の収入が急変し、住民税非課税相当となったかた
支給額	児童1人当たり一律5万円	

落雪による事故に注意

屋根からの落雪で、歩行者がけがをしたり、通行の妨げとなっています。

●屋根の雪庇(屋根から張り出す雪)や突出看板等からの落雪は少量でも危険ですので、こまめに取り除きましよう。

●軒下や道路では、絶対に子どもを遊ばせないようにしましよう。

●落雪により、灯油タンクやガスボンベの配管に亀裂や緩みが生じ、燃料が漏れる危険があります。雪下ろしの際はもとより、日頃から周囲の除雪を行いましよう。

●屋根の雪下ろしは2人以上で行うようにし、場合により命綱、ヘルメットを着用し、落下などの事故に十分注意しましよう。

●災害時に避難の障害とならないよう出入り口や非常口はいつも除雪しましよう。

●空き家や倉庫等の建物も常に巡回し、屋根雪の状態に注意しましよう。

岡消防本部予防課
☎017-775-0853
消防本部警防課
☎017-775-0854

各種相談

2月の専門相談

◆予約が不要な相談

- 岡市民なんでも相談室 駅前庁舎1階 ☎017-734-5249
- 人権相談 岡7日(月)・21日(月) 午前10時～午後3時
- 行政相談 岡3日(木)・10日(木)・17日(木)・24日(木) 午前10時～午後3時
- 司法書士相談 岡7日(月)・15日(火) 午前10時～午後2時
- 不動産相談 岡3日(木)・10日(木)・17日(木)・24日(木) 午前10時～午後3時
- 不動産鑑定士相談 岡22日(火) 午後1時～3時
- 土地家屋調査士相談 岡7日(月) 午前10時～午後2時
- 行政書士相談 岡18日(金)・25日(金) 午前10時～午後3時
- ◆予約が必要な相談
- 法律相談 岡14日(月)・28日(月) 午後1時～3時 ▲各5人(申込順) 岡生活安心課 ☎017-734-5250へ電話予約

約。14日分は1日から、28日分は15日から受付(午前8時30分～) ※相談は1回まで

浪岡地区の相談

●浪岡総合保健福祉センター 人権相談・行政相談 岡3日(木)・17日(木) 午前9時～午後3時

●岡浪岡振興部健康福祉課 ☎0172-62-1113

市税等の平日夜間納付相談

●市税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付に関する相談を受付。電話相談もできます。

●平日夜間納付相談

●納税支援課(駅前庁舎) ☎017-734-5209

●岡2月9日(水)・14日(月)～17日(木)・21日(月)・24日(木)・28日(月) 午後8時まで

●浪岡振興部納税支援課 ☎0172-62-1141

●岡2月22日(火)・24日(木)・25日(金)・28日(月) 午後8時まで

●新型コロナウイルス感染症の影響により市税等のお支払いが困難な方へ

●新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、収入が減少した等の事情により、市税・国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料のお支払いが納期限までに困難な場合は、ご相談ください。

岡納税支援課

☎017-734-5209
浪岡振興部納税支援課 ☎0172-62-1141

女性のための専門相談(法律)

●法律に関する問題に、女性弁護士がアドバイスします。

●岡3月8日(火) 午後2時～4時

●所アピオあおもり ▲3人(申込順) 岡相談時間は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

●岡3月3日(木)まで(水曜日を除く) 午前9時～午後4時受付に、県男女共同参画センター相談室 ☎017-732-1022へ

●「相続登記はお済みですか月間」無料相談会

●相続登記や法定相続情報証明制度等の相談に司法書士が応じます。

●岡2月1日(火)～28日(月) ※土・日曜日、祝日を除く 所県内各司法書士事務所 ※事前に各事務所へ予約 岡青森県司法書士会 ☎017-776-8398

住まいと空き家相談会

●空き家などの適正管理、有効活用に向けた相談、住宅に関する相談について、空き家相談員(宅地建物取引士、すまいアップアドバイザー(建築士)、司法書士の相談員が中立的な立場で相談に応じます。

●岡2月9日(水) 午前10時30分～午後2時

●所県観光物産館アスパム 8階 しらかみ 備事前予約優先 岡青森県居住支援協議会 ☎017-722-4086



満70歳以上の皆さんに 「いき・粋乗車証」を交付

市営バス等を低料金で利用できる高齢者福祉乗車証「いき・粋乗車証」(有効期限なし)を交付します。申請は満70歳の誕生日の前日(前日が土・日、祝日のときはその前日)からできます。手続にはご本人がお越しください。

<手続に持参するもの>

- ①本人確認ができるもの (健康保険証など)
- ②顔写真1枚 (無帽、背景なし、縦3.5cm×横2.5cm、6か月以内)
- ③交付手数料1,000円 (介護保険料段階1～3のかたは無料)

岡高齢者支援課 ☎017-734-5326
浪岡振興部健康福祉課 ☎0172-62-1134

健康ナビ

掲載の内容は、1月11日時点の情報をもとに作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

FOR YOUR HEALTH



マタニティ講座

☎あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984)

①シミュレーション講座

☎2月5日(土)

10:00~12:00 (9:30~受付)

☎知っておきたい早産予防のポイント、妊婦さんってこんな感じ(妊娠疑似体験)、もしもに備えて赤ちゃんの応急手当(講師:消防職員)、ちょっと教えて助産師相談



②お口のケアと食育講座

☎2月5日(土) 13:30~15:30 (13:00~受付)

☎ママと赤ちゃんを守る歯とお口のケア(講師:歯科医師)、いいこといっぱい! 母乳育児、手作り減塩スープレの試食、ちょっと教えて助産師相談

①②いずれも、

☎あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)

☎本市に住民票がある妊婦とそのご家族

☎各12組(申込順)

☎母子健康手帳、筆記用具持参

☎1月31日(月)~2月4日(金)までに電話で、あおもり親子はぐくみプラザへ

オンライン講座

①オンライン講座1 沐浴編

☎2月16日(水) 10:00~10:30/沐浴

②オンライン講座2 育児準備編

☎2月16日(水) 10:45~11:15

☎オムツ交換、抱っこの仕方、新生児の特徴

③オンライン講座3 マタニティライフ編

☎2月16日(水) 11:30~12:00/早産予防、栄養

①~③いずれも、

☎本市に住民票がある妊婦とそのご家族。パソコン、スマートフォン、タブレットのいずれかで「Zoom」を利用できるかた(データ通信料は利用者負担)

☎各5組(申込順)

☎2月15日(火)までに、電話またはEメールで、氏名・電話番号・Eメールアドレス・出産予定日・受講希望講座を、あおもり親子はぐくみプラザ(☎hagukumi-plaza@city.aomori.aomori.jp)へ



精神保健福祉相談

眠れない、気分が落ち込むなど、こころの不安や悩みを抱えるかたや家族などからの相談に、精神保健福祉士等が応じます。精神科医による相談(要予約)も定期的を実施しています。

◆受付時間

月~金曜日(祝日を除く) 8:30~18:00

◆相談窓口

- ・保健予防課(☎017-765-5285)
※精神保健福祉士が応じます
- ・浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)
※保健師、精神保健福祉士が応じます
精神保健福祉士による相談(要予約)は、毎月第2水曜日(14:00~16:00)に実施

ひとりで悩まずに、お気軽にご相談ください。



2月の子育て相談等の日程

子育て相談 ☎妊産婦と子育て中のかた

- ◆あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内) 保育士による相談…毎日(年末年始除く) 8:30~18:00(予約不要)(☎017-718-2975) 保健師等による相談…月~金曜日(祝日除く) 8:30~18:00(予約不要)(☎017-718-2983)
- ◆浪岡総合保健福祉センター 2/3(木) 9:00~10:30(前日までに電話予約)

ハミガキ相談(歯ブラシ持参) 仕上げみがきの仕方、親子ふれあい遊び、絵本など

あおもり親子はぐくみプラザ 2/14(月)(要予約) 9:30~12:00 【対象】 妊産婦と子育て中のかた

【申込み・問合せ】

- ・あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975) …1週間前までに電話予約
- ・浪岡総合保健福祉センター…前日までに、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)へ電話予約



多胎妊婦さんのための交流会

時 3月2日(水) 10:00~11:30

所 あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)

内 多胎妊娠中のかた同士の交流や情報交換、保健師や助産師、先輩多胎ママからのアドバイス等

対 多胎妊婦さんとご家族

備 母子健康手帳、筆記用具持参

申 2月16日(水)までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2983)へ



お口のケアを忘れずに！ 無料歯周疾患検診は3月31日まで

お口はウイルス等の侵入口。マスクの下に隠れているお口のケアを忘れていませんか？

歯周病は全身の健康にも深く関係しています。歯周病予防には、毎日の丁寧な歯磨きはもちろん、歯科での検診や歯石除去等の処置が効果的です。歯周疾患検診では、歯周病のサインである歯周ポケットの深さや歯ぐきの出血を確認できます。歯周疾患検診で、自分の歯とお口の状態を知り、早期治療につなげましょう。

所 指定歯科医療機関(要予約)

内 本市に住住民票があり、令和4年4月1日時点で40・50・60・70歳になるかた ※対象者には令和3年6月に無料受診者証・無料利用券を送付しています。

料 無料(年度内1回)

※治療に必要な検査や治療の費用は自己負担

関 健康づくり推進課

(☎017-718-2918)

浪岡振興部健康福祉課

(☎0172-62-1114)



医師による健康教室・健康相談

時 2月16日(水) 健康教室13:00~14:00、健康相談14:00~15:00

所 中央市民センター

内 岸谷正樹さん(岸谷整形外科クリニック院長)による講話「腰痛教室~おうちで簡単腰痛予防~」

対 健康教室は30人(申込順)・健康相談は4組(申込順)

料 備 無料/マスクの着用をお願いします

申 2月9日(水)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ



予防接種のお知らせ

★麻しん・風しん予防接種(第2期)はお済ですか？

麻しん・風しん予防接種第2期は、1歳で接種した麻しん・風しん予防接種第1期の追加接種です。無料で接種できるのは、小学校就学前の1年間です。今年度対象のお子さん(平成27年4月2日~平成28年4月1日生まれ)は、3月31日(木)までに接種しましょう。

★ヒトパピローマウイルス感染症予防接種(HPVワクチン)について

HPVワクチン(子宮けいがん予防ワクチン)は、小学6年生~高校1年生相当の女子が定期接種として無料で接種することができます。

接種回数は3回で、接種完了までに6か月ほどかかります。HPVワクチンの詳細や接種スケジュール等については、厚生労働省のホームページをご確認ください。

所 青森市予防接種指定医療機関

※予約が必要な場合がありますので、ご確認ください。

備 母子健康手帳、予診票持参 ※予診票をお持ちでないかたは、お問合せください。HPVワクチンについては医療機関備付けの予診票を使用してください。

関 あおもり親子はぐくみプラザ

(☎017-718-2986)

浪岡振興部健康福祉課

(☎0172-62-1114)



市民向け認知症講座 ~認知症家族の対応を中心に~

時 2月20日(日) 10:00~11:30

所 しあわせプラザ3階 大会議室

内 認知症のかたへの対応について、認知症家族の事例紹介を交えながら皆さんと一緒に考えます。

対 入料 認知症について学びたいかた/30人程度/無料

申 2月18日(金)までに、高齢者支援課(☎017-734-5206)へ



認知症の人を抱える家族の つどい in 青森

認知症のかたを抱える介護者同士がお互いに話し合い、介護の知恵を知ることができる場所です。

時 2月20日(日) 13:00~15:00/しあわせプラザ

料 申 無料/当日直接会場へ(途中参加・退室自由)

関 (公社)認知症の人と家族の会青森県支部

(鷹架、☎090-2982-1650)

掲載の内容は、1月11日時点の情報をもとに作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。



あおもり親子はぐくみプラザプレイルームの講座・発達相談 つどいの広場「さんぽぽ」2月のイベント案内

※ご利用の際は電話予約が必要になります。詳しくはお問合せください。

★あおもり親子はぐくみプラザ

〔プレイルーム開館時間〕 8:30～18:00(土・日、祝日も開館)

講座(電話予約)	開催日時	対象
おはなし広場 ～おはなし でてこい～	2/14(月) 10:00～11:00	0歳～就学前の 子どもと保護者
パパと遊ぼう ～パパ だいすき!～	2/20(日) 10:00～11:00	0歳～就学前の 子どもと保護者
よちよち広場 ～えがお みつけた～	2/26(土) 10:00～11:00	0歳～1歳児の 子どもと保護者

▼子どもの発達相談

相談内容	開催日時・対象
◆「楽しくあ・そ・ぼ!」 ことば等の発達に心配のあるお子さんと保護者を対象とした相談専門員による個別相談	2/15(火)・24(木) 10:00～11:40 1歳～3歳未満
◆「医師相談」 医師によるお子さんの発達に関する相談	2/16(水) 13:30～15:30
◆「はぐくみ相談」 集団生活の困りごとや就学に向けての心配ごとがあるお子さんと保護者を対象とした相談専門員による個別相談	2/21(月) 10:00～11:30 概ね3歳～就学前

※いずれも2日前までに要予約

甲 園 あおもり親子はぐくみプラザ

(佃二丁目 元気プラザ内、☎017-718-2975) へ

～元気プラザへお越しの際は、託児をご利用できます～

～手続などでお越しの際に、無料で(原則1時間以内)お子さんをお預かりします。

時 8:30～18:00(月～金曜日)

対 満1歳から就学前まで

★つどいの広場「さんぽぽ」

〔開館時間〕 9:00～18:00(土・日、祝日は17:00まで)

イベント	日時・備考
赤ちゃん待ち合わせ (0歳児の育児についての 情報交換と交流の場)	・2/5(土) 1～4か月 ・2/21(月) 5～11か月 いずれも10:30～11:15 各5組(申込順)
ママのためのリフレッシュタイム (ストレッチでセルフメンテナ ンスしましょう)	2/8(火) 10:30～11:15 7組(申込順) ※カダール研修 室(アウガ5階)で開催
初めてのさんぽぽ (プレママプレパパ初めてご利用の かた同士楽しく交流しましょう)	2/16(水) 10:30～11:15 5組(申込順)
あおもりの逸品! おすすめお 土産(青森ならではの土産を知 りファンになろう)	2/20(日) 10:30～11:00 7組(申込順)
通勤族のママあつまれ～ (青森に転入された親子の交流の場)	2/25(金) 10:30～11:15 7組(申込順)

所 困 駅前庁舎 2階 / 0歳～3歳の乳幼児

甲 園 イベントの申込みは2月1日(火) 9:00から電話で、つどいの広場「さんぽぽ」(☎017-721-4005) へ

～駅前庁舎ご来庁の際は、託児をご利用できます～

～手続などご来庁の際に、予約不要・無料で(原則1時間以内)お子さんをお預かりします。

時 月～金曜日(祝日を除く) 9:00～18:00

土曜日、第2日曜日 9:00～17:00

対 概ね1歳から就学前まで



あおもい職域健康づくりリーダー育成ゼミ開講!

市では、働き盛り世代の健康増進に向けて、職場の健康づくり活動を推進する「あおもい職域健康づくりリーダー」を育成します。

時 2月18日(金) 9:55～16:30(9:30受付)

所 アピオあおもり

内 健康教養講義、健康度測定、栄養講義、運動講義

対 市内に所在する企業・事業所に勤務し、次のいずれかに該当するかた

- ・職場の健康づくりを担当しているかた
- ・職場での健康づくり活動ができるかた

入 料 20人/無料

備 内履き、汗拭きタオル、飲み物持参。運動しやすい服装でマスク着用の上、お越しください。

甲 園 2月10日(木)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2912) へ

職場で、健康づくりに取り組んでみませんか?



※本育成ゼミは、青森県が実施する「青森県健康経営認定制度」の認定要件のうち、必須要件に記載されている「青森県医師会健やか力推進センターの健康づくり担当者の養成研修等」に該当します。



「青森市急病センター」は、「地域外来」として診療しています

「青森市急病センター」は、発熱や咳、倦怠感等の症状など、新型コロナウイルス感染の疑いのあるかたを診療する「地域外来」としてしています。診断の結果、医師が新型コロナウイルス感染症の検査(PCR検査)が必要と判断した場合は、翌日、「検査センター」で検査を受けていただきます。

圏地域外来(青森市急病センター) ☎017-773-6477 19:00~22:00 ※予約不要

急病診療案内

圏保健予防課(本庁舎、☎017-734-5770)

救急医療施設の確認は…◎救急病院紹介 消防本部 ☎017-722-2211

◎あおもり医療情報ネットワーク <http://www.qq.pref.aomori.jp>

子どもの病気やケガに関するご相談は…

◎こども救急電話相談 ☎#8000 または ☎017-722-1152

※月~金曜18:00~翌朝8:00、土曜13:00~翌朝8:00、日曜・祝日8:00~翌朝8:00

夜間のお薬相談は…

◎夜間お薬相談 ☎090-5849-4348 ※毎日19:00~23:00



▲あおもり医療情報ネットワーク

初期救急医療施設案内

時間帯や症状に応じて初期救急医療施設をご利用ください

○夜間や日曜日・祝日の比較的軽度な急病患者への応急処置は、在宅当番医・休日救急歯科で受け付けています。右表を確認し、ご利用ください。

○浪岡地区では、市立浪岡病院(☎0172-62-3111)が急病患者を受け付けています。

※症状が重い場合は、曜日・時間帯にかかわらず、至急119番通報してください。

■休日在宅当番医(内科系 9:00~13:00/歯科 9:00~12:00)

・当番医は変更となる場合があります。

受診の際は救急病院紹介(消防本部、☎017-722-2211)へご確認ください。

・症状や年齢によって診療できない場合があります。受診の際はお問合せください。

・休日救急歯科を受診する際は、事前に電話で予約をしてから受診してください。

夜間(18:00~翌朝8:00)

夜間在宅当番医など
※救急病院紹介(消防本部)へ問合せ

日曜日・祝日の日中(9:00~13:00)

休日在宅当番医・休日救急歯科
(歯科は12:00まで) ※下表をご覧ください



診療科目	医院名	電話番号	所在地
▼2月6日(日)			
内科系	成田祥耕クリニック	017-743-6511	中佃一丁目
歯科	ミドリデンタルクリニック	017-777-3232	緑二丁目
▼2月11日(金)			
内科系	福士内科胃腸科医院	017-777-8363	緑一丁目
歯科	かきざき歯科クリニック	017-787-3210	新城平岡
▼2月13日(日)			
内科系	木村文祥内科クリニック	017-782-6812	三内沢部
歯科	牧歯科医院	017-775-8881	古川一丁目

診療科目	医院名	電話番号	所在地
▼2月20日(日)			
内科系	村林内科クリニック	017-782-0505	沖館四丁目
歯科	奥瀬歯科医院	017-722-4703	新町一丁目
▼2月23日(水)			
内科系	おきつ内科	017-757-8787	古川二丁目
歯科	田村歯科医院	017-782-6351	千刈二丁目
▼2月27日(日)			
内科系	駒井胃腸科内科	017-765-1500	浜館四丁目
歯科	つくだ歯科クリニック	017-742-9148	南佃二丁目



あおもり健康づくりリーダーと健康チャレンジ! 冬を乗り切るための健康チェック&ウォーキング



☎2月17日(木) 13:30~15:45(受付13:15~)
所盛運輸サンドーム(会議室集合)
☑健康チェック、ミニ健康講座、健康ウォーキング等
☑15人(申込順)
料210円(施設使用料、保険料等含む)

☑室内シューズ、汗拭きタオル、飲み物、身分証(70歳以上のかた)持参。マスクの着用をお願いします。

☑2月10日(木)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ

甲記載のものは申込順(一部除く) ほかは当日直接会場へ
料記載のないものは無料
※掲載の内容は1月11日時点の情報をもとに作成しています。



Information Plaza

情報ひろば

！ イベント等は中止・延期・変更となる場合があります。最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

「版画の街・あおり」街中が版画ギャラリー

- 期間・会場**
- 2/1(火)~28(月) 中心商店街各店舗
 - 2/10(木)~23(水) 中央・東部・戸山市民センター
 - 2/11(金)~24(木) 油川・西部市民センター、中世の館
 - 3/1(火)~31(木) 新町アートパネル(32か所)

小学生の版画作品を
各店舗に展示！

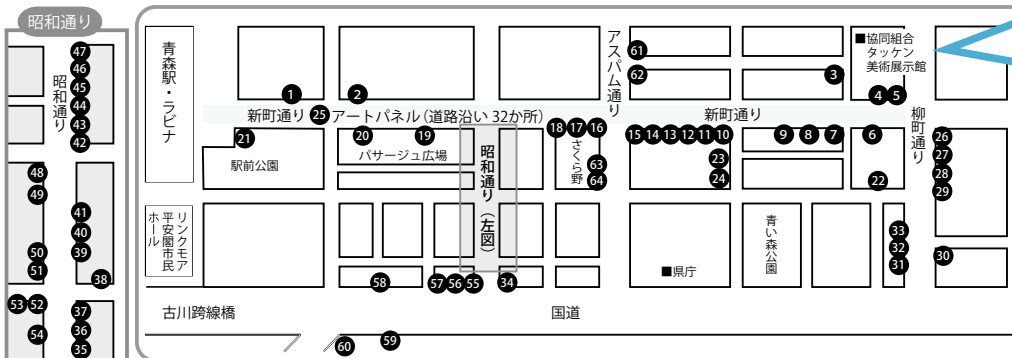


実行委員会スタッフ

「第34回棟方志功賞版画展」に応募された児童が制作した版画作品を、中心商店街の各店舗・新町アートパネルや市民センターなどに展示します。

園実行委員会事務局(青森市文化観光振興財団内、☎017-773-7304)

**第34回
棟方志功賞版画展**
 時 2/5(土)~7(月)
 10:00~17:00
 ※初日のみ12:00~
 所 協同組合タッケン
 美術展示館
 因 市内小・中学校、高
 校、特別支援学校の
 児童・生徒の入賞作
 品を展示



新町商店街振興組合				柳町商店街振興組合				昭和通り振興会				国道古川振興会																																																																								
1 お食事処おさない	15 みちのく銀行 青森支店	26 中三青森サテライト店	34 青森銀行 古川支店	48 フクシスポーツ	57 青い森信用金庫 古川支店	2 電器屋 I KO	16 成田本店 新町店	27 レストランテ グラナダ	35 津軽海鮮いなせ	49 BLACK BOX	58 青森まちなか温泉	3 赤い林檎	17 さくら野百貨店 青森本店	28 津軽塗 恵比須屋	50 修理工房さとう	59 おはぎや	4 日専連ホールディングス	18 甘精堂本店	29 ラブリーミュージックスタジオ	37 True	51 渡辺時計店	60 天狗造花店	5 青森中央学院大学サテライトキャンパス	19 パサーージュ広場	30 七輪焼肉・ホルモン 新世界	38 ヘア&ブライダルアミューズ	52 Photo Studio FARUSU			6 喫茶クレオパトラ	20 おきな屋 新町店	31 五代目 蕎麦処 柿崎	39 PENT HOUSE	53 青森古川一郵便局			7 大和証券 青森支店	21 大黒寿司	32 千ーちんだ	40 イクロス	54 味の札幌 大西	61 REGAL SHOES	8 文明堂補聴器	22 下新町駐車場	33 こうさかや精肉	41 ボン美容室	55 海さんぎやらり~ まんまる	62 カレーバーラーいしずえ	9 秋田銀行 青森支店	23 東奥日報社		42 ナンデモヤ	56 セブイレブ 青森古川一丁目店	63 プティックあしや	10 青森銀行 新町支店	24 日本原燃		43 フルフィリングストレッチ		64 ヤクルト新町センター	11 リケン洋食器店	25 アートパネル(32か所)		44 ヘアクラブ クララ			12 ファッション・イン 甲州屋			45 シルクロード			13 赤とんぼ			46 cut shop schön			14 SMBC日興証券 青森支店			47 やきとり直		

因障がい者支援課 (☎017-734-2317)

うららマルシェ 開催!

市内にある、障がい者就労支援事業所の皆さんが、ひとつひとつ丁寧に作ったお菓子や小物などを取り揃え、皆さんのお越しをお待ちしていますので、ぜひお立ち寄りください。

時① 2/15(火)~18(金) ② 3/8(火)~11(金)
 いずれも10:00~14:00
 所 駅前庁舎1階駅前スクエア

イベント

イベント名	日時・場所・内容	対象・人員	料金・備考	申込み・問合せ
ベタンク競技 初心者無料体験会	2～3月の毎週火・木・土曜日 10:00～12:00/みちぎんどリームスタジアム/実技指導を通してベタンク競技の面白さを体験	5人	—	各月の1日～5日頃までに、青森市ベタンク協会事務局(阿部、☎017-741-8068)へ
アコール階段ギャラリー 写真展「懐かしの青森写真展～昭和の青森市」	2/3(木)～24(木) 9:00～21:00 ※ 2/13(日)は休館日/働く女性の家「アコール」/昭和の青森市の風景写真を展示	—	出展者:働く女性の家「アコール」	働く女性の家「アコール」(☎017-723-1700)
市民センターのおはなし会 主催:青森市読書団体連絡会	2/12(土) 10:30～11:30/油川市民センター 3階創作活動室 2/27(日) 10:20～10:50/中央市民センター 2階茶華道室 2/27(日) 11:00～11:30/大野市民センター 1階和室(小) 2/27(日) 11:00～12:00/戸山市民センター 1階和室(小)	3歳～小学3年生と保護者	—	市民図書館(☎017-776-2455)
福祉・保育の仕事 一日移動相談	2/18(金)、3/8(火) 10:00～13:00/イトーヨーカドー青森店 正面玄関入口内/福祉・保育等の個別相談及び県内の求人内容の閲覧・紹介	—	—	青森県福祉人材センター(☎017-777-0012)
アフタヌーン・コンサート	2/26(土) 14:00～15:30/中世の館/「エンジョイ!パワーコーラス」出演:Mi's(えむず)…ゴスペルを中心としたパワーコーラスグループ	—	200円(高校生以下無料)/新型コロナウイルス感染症拡大防止対策にご協力をお願いします。なお、休憩時の飲み物提供は中止します。	中世の館(☎0172-62-1020)
「子どものこころとことばの育ち」～周りのおとなにできること～講演会	3/19(土) 15:00～17:00/県民福祉プラザ 県民ホール/医療・保健・教育・福祉、子どもの発達に関心を持つ家族等を対象とした、福祉に関する講演会 講師:中川信子さん(言語聴覚士)	100人	1,000円	2/1(火)から電話で、県民福祉プラザ管理室(9:00～17:00…☎017-777-9191、17:00～21:00…☎050-3669-3602)へ

募集案内

幸畑墓苑 解説ボランティア・ガイド募集	「八甲田山雪中行軍遭難事件」の史実を中心とした解説を行うボランティアガイドになってみませんか? ☎3月中旬から事前研修(概要説明・座学・先輩ガイドへの随行)を経て、単身でのガイドデビューを目指していただきます。研修場所…資料館内及び幸畑墓苑内(研修中の交通費は自己負担) ☎☎65歳位までの健康な方。史実や歴史に興味があり、ガイド活動の意欲があるかた。/5人 ☎☎2/1(火)～28(月)に、電話または直接、青森市八甲田山雪中行軍遭難資料館(☎017-728-7063 9:00～15:00受付)へ
------------------------	--

国際芸術センター青森(ACAC)からのお知らせ

☎国際芸術センター青森(☎017-764-5200、✉acac-1@acac-aomori.jp)

☆表現のcommons vol.5

表層/地層としての野外彫刻 プロジェクト2021「ここにたつ」関連イベント
津田道子トーク『野外/屋外にある作品と、それらと関わること』

2022年度に、市内の野外彫刻を扱うワークショップを実施予定の津田道子さん(アーティスト)が、これまでの活動を紹介します。

☎2月13日(日) 14:30～16:00

所国際芸術センター青森(ACAC)展示棟ラウンジ

備最新情報は「国際芸術センター青森」のホームページ等
でご確認いただくか、直接お問合せください。

☎2月10日(木)までに、電話(9:00～

17:00受付)または右記

二次元コードより申込み

申込みはこちら▶



展示会開催中!

※①②いずれも2月13日(日)まで

①小田原のどか個展「近代を彫刻/超克(ちょうこく)する一雪国青森編」
所展示棟ギャラリーA

②ヴィジョン・オブ・アオモリ特別編
「大川亮コレクション—生命を打込む表現」


所展示棟ギャラリーB

詳しくは国際芸術センター青森のホームページでご確認ください。



津田道子さん(アーティスト)
撮影:飯川雄大さん

☑記載のものは申込順（一部除く） ☒記載のないものは無料
 ※掲載の内容は、1月11日時点の情報をもとに、作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

講座名	日時・場所・内容	対象・人員	料金・備考	申込み・問合せ
コーヒー教室 ～明治建築と珈琲物語～	2/13(日) 13:00～15:00/森林博物館/今井徹さん(アドバンスド・コーヒー・マイスター)を講師にお迎えして、ペーパードリッップの基礎を学びます。	18歳以上/15人(抽選)	1,000円(館内を観覧する場合は観覧料が必要)/筆記用具、エプロンまたは汚れても良い服装	2/7(月)必着で、往復はがき(1枚2人まで)に、住所・氏名・年齢・電話番号を、〒038-0012 柳川二丁目4-37 森林博物館(☎017-766-7800)へ
「あおもり歴史トリア」 を読む会 【テーマ】 「青森『開港』とその年代をめぐって」	2/16(水) ①14:00～②18:30～ ※①②同内容/市民図書館 8階会議室2/講師:工藤大輔(歴史資料室長)	各回15人	-	2/1(火)から、歴史資料室(☎017-732-5271 ※祝日を除く月～金曜日9:00～17:00受付)へ
国際交流員異文化理解講座 ①ずっと知りたかった!アメリカのスポーツについて! ②台湾おさんぽ～食から見る台湾ツアー【スイーツ編】	①2/19(土) 10:00～11:00/オンライン配信「Zoom」での講座/アメリカ人のスポーツの楽しみ方や歴史、現在話題となっていることをご紹介します!講師:ベンジャミン・バルガス(青森市国際交流員) ②3/5(土) 11:00～12:00/オンライン配信「Zoom」での講座/かき氷、パイナップルケーキ★デザートは別腹でしょ★スイーツグルメで台湾ツアーをしましょう!講師:ウ・ヨンシン(青森市国際交流員)	①20人 ②20人	事前にインターネット環境の確保が必要。通信費自己負担。	①は2/10(木)までに、住所・氏名・年齢・電話番号を、電話またはEメールで、②は2/25(金)までに、下記申込フォームから、交流推進課(☎017-734-5235、☒kouryuu-suishin@city.aomori.jp)へ ②専用申込みフォーム▶ 
ふれあい農園加工体験講座 「郷土料理」 	2/20(日) 10:00～12:00/ふれあい農園/みんなで作ってみよう!「けの汁」他	12人	1,000円	2/12(土)必着で、往復はがき(1枚1人まで)に、住所・氏名・電話番号を、〒030-1261 四戸橋字磯部243-342 ふれあい農園「郷土料理」(☎017-761-3082)へ
クイズで学ぶ! 「知っておきたい、働く女性を活かす法律・制度」	2/25(金) 13:30～15:30/男女共同参画プラザ「カダール」研修室/専門の知識を持った講師から、働く女性関連の法律やメンター制度について、最新情報をわかりやすく学ぶ。講師:菅原とも子(女性就業支援専門員)	働く女性、働きたい女性、関心のあるかた/20人	メールの場合は件名に「働く女性講座」と記入/1歳半～就学前までの無料託児あり(5人まで要申込)	事前に、氏名・電話番号を、電話・FAXまたはEメールで、男女共同参画プラザ「カダール」(☎017-776-8800、☒017-776-8828、☒kadar-kouza@kadar-acor.jp)へ
野菜づくり初心者講習会 (夜の部) 	3/8(火)～10(木) 19:00～20:30/荒川市民センター 2階会議室A/農業振興センター職員による講義(座学)。野菜づくりの基本、野菜(トマト・ナス・ピーマン・パレイショ・カボチャ・ネギ・スイートコーン)の栽培方法	全ての日程に参加可能なかた/30人(応募者多数の場合抽選)	2/10(木)実施予定の「野菜づくり初心者講習会」と同内容	2/21(月)まで(当日消印有効)に、往復はがき(1枚1人まで)で、住所・氏名・電話番号を、〒030-1261 四戸橋字磯部243-319 農業振興センター「初心者講習会(夜の部)」(☎017-754-3596)へ

モヤヒルズ からのお知らせ

☎017-764-1110、
 🌐http://www.moyahills.jp/



★雪と子どものスペシャルイベント

📅 2月13日(日) 10:00～12:00
 小学生以下のお子さんを対象としたゲーム大会などを開催!
 参加無料でお菓子や景品をたくさんゲットしよう!
 詳細はホームページでご確認ください。

★お得な「ケビン宿泊パック」のご紹介

手ぶらでスキー・スノーボードをエンジョイ♪
 ケビン1泊1室(4人まで)
 11,190円
 ★日曜・祝日含む平日パック
 リフト半日券【午前・午後・ナイト】&レンタル【スキー・スノーボード】がそれぞれ4人分が無料
 ★土曜・祝前日パック
 リフト半日券【午前・午後・ナイト】&レンタル【スキー・スノーボード】がそれぞれ4人分が50%オフ!

期間: 3月31日(木)まで

※リフト券とレンタルは各4人分で宿泊する日もしくは翌日に利用可。今年からレンタル品にウェアも追加。レンタルには手袋や帽子等の小物は含まれません。

市民センターの講座

申込みは各開催場所へ(申込順) / 少数中止 / 受講キャンセルは開始1週間前まで

講座名	開催日時	対象/人員	料金	申込方法
● 東部市民センター ☎017-736-6255				
簡単楽しく♪オープンを使わない和風スイーツ作り	2/23(水) 10:00~13:00	18歳以上の女性12人	1,200円	2/11(金)10:00~料金持参で来館
● 横内市民センター ☎017-738-8723				
らくらくスマホ教室 ※スマートフォンは貸出。一日のみの受講も可。	2/14(月)・15(火) 10:00~12:15(15分の換気休憩あり)	18歳以上12人	無料	2/1(火)10:00~電話・来館
料理教室「県産食材を使った健康料理」	2/19(土) 10:00~13:00	18歳以上9人	800円	2/2(水)10:00~電話・来館
ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ	2/21(月) 10:00~12:00	18歳以上15人	無料	2/3(木)10:00~電話・来館
家庭菜園始めよう!「トマト・ピーマン・ナス・ネギ」の育て方	3/4(金) 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	2/15(火)10:00~電話・来館
お菓子作り教室「シフォンケーキ 2種」	3/6(日) 10:00~13:00	18歳以上12人	2,000円	2/16(水)10:00~電話・来館
● 油川市民センター ☎017-788-1201				
ウェーブリング®でからだほぐし	3/4~18の金曜日 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	2/1(火)9:00~電話・来館
● 古川市民センター ☎017-776-8082				
スマホデビュー(基本編・応用編)	2/8・15の火曜日 10:00~12:00	18歳以上10人	無料	2/2(水)10:00~電話・来館
ヨガでリフレッシュ~めざせ!ストレス解消&免疫力アップ~	2/18~3/18の金曜日 18:30~20:00	18歳以上30人	無料	2/3(木)10:00~電話・来館
「チャレンジ!ねぶた囃子」太鼓	2/19~3/19の土曜日 10:00~12:00	小学生以上10人	無料	2/4(金)10:00~電話・来館
● 荒川市民センター ☎017-739-2343				
菜園講座 知って!作ろう!青森の伝統野菜	2/15(火) 10:00~12:00	18歳以上30人	無料	2/4(金)9:00~電話・来館
菜園講座 土づくりの基本を知ろう!	2/22(火) 10:00~12:00	18歳以上30人	無料	2/4(金)9:00~電話・来館
● 沖館市民センター ☎017-761-4161				
手軽で華やかなひな祭り料理	2/26(土) 10:00~13:00	18歳以上12人	1,800円	2/2(水)9:00~電話・来館
● 西部市民センター ☎017-788-2491				
手作りアロマ雑貨~祈るキャンドルLetter・手紙サシェ~	3/12(土) 10:00~12:00	中学生以上10人	1,000円	2/12(土)10:00~料金持参で来館
お菓子にお絵かき	3/19(土) 10:00~13:00	中学生以上12人	800円	2/1(火)10:00~料金持参で来館

中央市民センターのイベント

所 属 中央市民センター (☎017-734-0164) ※第3日曜日、年末年始は休館



いずれのイベントも
マスクの着用をお願いします

◆ こどもの映写会

- 時 2月27日(日) 10:00~10:30
 内 世界名作童話より「おやゆびひめ」「王さまの耳は
 ロバの耳」
 入 料 50人(当日先着順) / 無料

◆ おとなの映写会

- 時 2月25日(金) 10:00~11:17
 内 「ハムレット(前編)」 シェイクスピアの四大悲劇の
 中でも悲劇中の悲劇といえる名作。2月に前編、3
 月に後編を上映予定。(1948年 吹替版)
 入 料 50人(当日先着順) / 無料

◆ 2月のプラネタリウム

料 160円 (中学生以下無料 / 障がい者手帳提示80円)

星空の時間	土曜日 ①11:00 ②13:30
2月の星座 (約50分)	日曜日・祝日 13:30 (20日除く)
プラネくんと星空さんぽ 絵話「りょうしオリオンとア ルテミス」(幼児向け・約40分)	日曜日・祝日 11:00 (20日除く)

東部キッズシアター

所 属 東部市民センター (☎017-736-6255)

時 2月19日(土) 10:00~11:30 ※毎月第3土曜日開催

内 料 おしりたんてい4「第10~13話」 / 無料



スポーツ教室

申込みは各会場への来館のみ ★詳細はスポーツネット青森ホームページ(<http://miz-ss.com/sportsnet-aomori/top/>)

教室名	開催日時	対象/人員	料金	申込み (申込順)
● カクヒログループスタジアム ☎017-743-3361				
障がい者レクリエーション (ニュースポーツ体験)	3/26(土) 10:00~12:00 ※時間内参加自由	障がいのあるかた (ご家族も参加可)	無料	—
ヘキサスロン (MIZUNOオリジナル の遊びプログラム)	3/20(日) 10:00~12:00	小学生20人	1,000円	2/15(火)~
卓球指導者講習会	3/27(日) 10:00~12:00	20人	無料	2/15(火)~
● みちぎんどリームスタジアム ☎017-765-6200				
カーリング実技指導	2/15(火) 13:00~15:00	小学4年生以上10人	個人使用料	2/3(木)~11(金)
チャレンジ!カーリング	2/27(日) 13:00~15:00	小学4年生以上10人	500円	2/3(木)~23(水)

記載のものは申込順（一部除く） ほかは当日直接会場へ

※掲載の内容は、1月11日時点の情報をもとに、作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

市民スクール 応募者多数抽選/少数中止/受講キャンセルは開始1週間前まで

開催場所	番号	講座名	開催日時	対象/人員	料金
中央市民センター	1	幻想的であつたり☆手づくりひょうたんランブづくり	3/1～15の火曜日18:00～20:00	18歳以上15人	3,500円
	2	カラダとの対話、ヨガに挑戦！～ストレス解消&心身のリフレッシュ～	3/2～30の水曜日(23日除く) 10:00～12:00	18歳以上30人	無料
	3	アドバンスドコーヒーマイスター直伝！ワンランクアップするコーヒーの淹れ方教室	3/7(月) 10:00～12:00	18歳以上12人	1,200円
	4	こぎん刺しで素敵なこぎんフレームを作ってみよう！	3/21(月) 13:00～15:00	18歳以上15人	1,000円
	5	せっかくのスマホを有効利用！スマホカメラで素敵な写真撮影をしてみよう！	3/22(火) 10:00～11:30	18歳以上15人	無料
	6	暮らしの税教室「財産の相続に関する税のお話」～課税対象額や相続税の計算、控除について～	3/23(水) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	7	お家でも作れるちょっとオシャレな本格イタリアン教室～一足お先に春のお料理～	3/24(木) 10:00～13:00	18歳以上20人	1,500円
西部市民センター	8	親子で歌って音あそび♪～春～	3/3・10の木曜日10:00～11:00	1～4歳の子どもと保護者10組	無料

キッズスクール 開催場所：中央市民センター 対象：市内在住の小学生 応募者多数抽選/少数中止/受講キャンセルは開始1週間前まで

番号	講座名	開催日時	対象/人員	料金
1	ダンス&ウォーク「みんなで踊ろう♪『K-POPカバーダンス』」	3/5～26の土曜日10:00～12:00	1～6年生20人	無料
2	茶道「礼儀も身につく伝統作法 キッズ茶道教室」※料金は初回のみ	3/5～26の土曜日13:00～15:00	2～6年生20人	500円
3	ロボットプログラミング「『明るさ・距離を知る』ロボットのセンサーを使って、動きを変えてみよう！」	3/12(土) 13:00～15:00	4～6年生9人	無料
4	津軽こぎんざし「手芸ガールに大人気のこぎんざしで作ろう！『ほっこりかわいいこぎんフレーム』」	3/21(月) 10:00～12:00	4～6年生15人※保護者同伴の場合3年生も可	500円

[申込方法] 2/15(火)必着で、必要事項を記入の上、下記の方法でお申込みください。※2/22(火)から結果通知

●申込用紙(キッズスクールはなし/各市民センター・勤労青少年ホーム・浪岡中央公民館に備付け。市ホームページ掲載)

●往復はがき(1講座1枚) ●FAX(コンビニ等不可) ●Eメール(件名「〇〇スクール申込」)

[必要事項] ①住所 ②氏名(ふりがな) ③年齢(学年) ④性別 ⑤電話番号 ⑥講座番号・講座名 ⑦学校名(キッズスクールのみ) ⑧FAX番号(FAXでお申込みのかたのみ)

[申込み先] 〒030-0813 松原一丁目6-15 中央市民センター ☎017-775-7048、✉center-koza@city.aomori.aomori.jp

[問合せ先] 中央市民センター ☎017-734-0164

自衛官等募集 青森県自衛隊青森地方協力本部青森募集案内所 ☎017-783-2995

※年齢は令和5年4月1日現在

募集種目	応募資格	受付期間	試験日	試験会場
一般幹部候補生 部隊の指揮官となる幹部自衛官を養成	22歳以上26歳未満(修士課程修了者(見込含む)は28歳未満)	3/1(火)～4/14(木)	4/23(土)・24(日)	第2合同庁舎

青森競輪日程(2月前半) 青森競輪場 ☎017-787-2020

小倉ナイター(FI) 場外※	1日(火)～3日(木)	平塚(FI) 場外	14日(月)～16日(水)
静岡記念(GIII) 場外	3日(木)～6日(日)	岐阜(FI) 場外	14日(月)～16日(水)
和歌山(FI) 場外	5日(土)～7日(月)	京王閣ナイター(FI) 場外※	15日(火)～18日(金)
奈良記念(GIII) 場外	10日(木)～13日(日)		

※は安方前売SCでのみ発売

競輪は適度に楽しみましょう。車券の購入は20歳になってから。車券発売状況についてはお問合せください。

青森競輪場
イメージキャラクター
葵 明輪



スポーツ 2/23(水) 13:00～14:30 医科学講座 会場…青森中央学院大学

※駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください

スポーツ事故やスポーツ傷害の予防を目的に、コロナ禍での長距離トレーニング方法やけが予防に関する講座を開催!

【テーマ】『アフターコロナを見据えた長距離走トレーニングについて(仮)』第1部講演、第2部トークセッション

【人員】150人

【講師・パネラー】

- ☆福士加代子さん(マラソンランナー)
- ☆津田英一さん(スポーツドクター)
- ☆小野寺晃彦青森市長

【申込み・問合せ】

2月15日(火)必着で、住所・氏名・年齢・電話番号・FAX・Eメールアドレス・現在の指導状況(スポーツ指導者のみ)を、FAXまたはEメールで、地域スポーツ課 ☎017-718-1431、☎017-718-0337、✉chiikisupo-tsu@city.aomori.aomori.jp)へ





冬イベント

まだまだあるよ!

第44回青森冬まつり

雪の大型すべり台が目玉の青森の冬恒例イベント。棒パン、スノーラフト体験など家族で楽しめるイベントが盛りだくさん♪
 開 2/5(土)・6(日) 9:00~15:00
 所 青い海公園
 園 青森観光コンベンション協会 (☎017-723-7211)

ザ・もつけ祭り & 冬花火

ふんどし姿のもつけ達による雪上網引きに興奮! 縄文風衣装を着たMCや審判が会場を盛り上げます。冬の花火でフィナーレ♪
 開 2/5(土) 17:30~19:00
 所 ねぶたの家ワ・ラッセ西の広場
 園 青森観光コンベンション協会 (☎017-723-7211)

なかどまりイガ米~きてけフェア

中泊町の特産品販売、浜ゆでタコ即売会、イカリ釣りゲーム(有料、各日10:30~)など
 開 2月5日(土)・6日(日) 10:00~15:00
 所 県観光物産館アスパム
 園 中泊町水産商工観光課 (☎0173-57-2111)

鮮度抜群の魚介や野菜がいっぱい!

詳しくはホームページをチェック!

観光課 佐藤

AOMORI

2022 SAKURA MARATHON

令和4年

4/17日

8:50 START

START 野木和公園 FINISH 青い海公園

2/28(月)
締切
※郵便振替は
2/25(金)
締切

ランナー待望の「2022あおもり桜マラソン」が4月にいよいよ開催! ぜひご参加ください♪参加申込みは、インターネット、郵便振替、電話(☎0570-039-846)で受付。詳細は大会ホームページをチェック! 園(株)協同(☎017-718-1192)または、あおもり桜マラソン実行委員会(地域スポーツ課内、☎017-718-1431、<https://aomori-sakuramarathon.com/>)

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止・延期となる場合があります。

種目	募集人数	対象	開始時間	制限時間	参加料
フルマラソン	1,000人	18歳以上(H16.4.1以前に生まれたかた)	第1ウェブ8:50 第2ウェブ9:00	5時間30分	7,000円
ハーフマラソン	600人	15歳以上(H19.4.1以前に生まれたかた)	第1ウェブ9:30 第2ウェブ9:40	3時間	5,000円
10km	1,000人		第1ウェブ9:10 第2ウェブ9:20	1時間20分	3,000円
【連携事業】2022マエダ桜まつり健康マラソン(5km、3km、2.5km、2km、1km)	1,000人程度	幼児以上	会場: カクヒログループアスレチックスタジアム(☎017-752-0641) ※募集の詳細は、2月21日(月)からホームページ(http://www.sport-aomori.jp/)でお知らせします。		

※参加者は県内在住者限定。フルマラソン、ハーフマラソンは(公財)日本陸上競技連盟の公認コース

【フルマラソンコース】スタート▶野木和公園~後潟~バイブリッジ~合浦公園~野内駅付近~青い海公園▶フィニッシュ

ボランティアを募集しています!

①「2022あおもり桜マラソン」ボランティアスタッフ募集!
あおもり桜マラソンを一緒に盛り上げていただけるスタッフを募集します。
★主な役割…給水や選手誘導など
★申込方法…電話、または参加申込書をFAXまたはEメールで、あおもり桜マラソン実行委員会へ

②青森市スポーツボランティア募集!
市内でのスポーツ大会などのお手伝いをしていただけると募集。詳細は市ホームページをチェック!
★活動イベント例…スポーツ宿泊、地域のスポーツチームのホームゲームなど
★申込方法…登録申請書に記入の上、FAXまたはEメールでスポーツコミッション青森事務局へ

※①②の申込書については、市のホームページ及び大会ホームページでダウンロード可。
 申 園 あおもり桜マラソン実行委員会及びスポーツコミッション青森事務局(地域スポーツ課内、☎017-718-1431、[017-718-0337](tel:017-718-0337)、chiikisupo-tsu@city.aomori.aomori.jp)へ