

広報



あおもり

4

No.468
April
2025 [令和7年]

AOMORI City News



春風に誘われて。
さあ、街へ出かけよう！

国指定史跡 浪岡城跡の桜の木

▶ CONTENTS 目次

- 2-3 特集1：青森市しごと創造戦略の5つの柱ってなんですか!?
- 4 特集2：春を遊びつくそう！あおもり春イベント
- 5-6 ビジネス情報：キラリあおもり創造人「若者定着と地域経済活性化へ」
- 7-9 子育てひろば：未来を担う子どもたちと子育て世代を応援します
- 10-13 健康・医療ナビ：4月から高齢者带状疱疹予防接種が始まります
- 14-18 市からのお知らせ：4月1日から市役所組織の一部が変わります
- 19-23 暮らしの情報：森林博物館のイベント
- 裏表紙 小牧野遺跡 国史跡指定30周年記念&開館10周年記念スペシャルデイ

【新連載】

キラリ★
あおもり創造人
そうぞうひと
スタート!

「ページID」で
市HPへ簡単にアクセス!

- ①記事中のID(数字7桁)を確認
- ②市HPの「ページ番号検索」欄
に入力・検索

青森市しごとと創造戦略

進学や就職を契機とした若者の人口流出を背景に、魅力的なしごと創りが求められていることから、令和5年8月、「青森市しごと創造会議」を立ち上げ、7回にわたり会議を開催してきました。会議での意見や取組の提案を踏まえ、第1次産業から第3次産業までの幅広い分野において、**産学金官***が「共創」により取り組む本市のしごと創りの指針として「青森市しごと創造戦略」を令和7年2月に策定しました。

本戦略は、5つの「戦略の柱」を掲げ、それらを推進するため、13の「共創施策」と産学金管が連携して新たに取り組む29の「共創プロジェクト」を位置付け、その事業化を目指します。

紙面では、「戦略の柱」「共創施策」と、29の「共創プロジェクト」のうち主なものを紹介します。なお、「青森市しごと創造戦略」は市HPでご覧になれます。

☎ 新産業支援課 (☎017-718-0626) ID1004193

※ 産 → 産業、学 → 学術、金 → 金融、官 → 行政

戦略の柱 1 地域経済に活力を生み出す新産業の創出

共創施策①
GX関連産業参入・
脱炭素経営の推進

共創施策②
成長分野等の
企業立地

共創施策③
仕事・新規事業
創出の推進

共創プロジェクト 洋上風力発電事業への 市内事業者の参入支援

市内事業者が、洋上風力発電事業に関する専門人材を育成・確保し、洋上風力発電施設の建設とその運用・維持管理業務に携わるために必要な取組について研究し、実現を目指します。



共創プロジェクト 洋上風力発電 事業プロジェクト 誘致による 企業立地

青森港を風車の資機材の保管や仮組立を行う拠点港として利用する洋上風力発電事業者の誘致と、風車メーカーや部品などを製造または供給する事業者などの関連産業の集積に向けた取組について研究し、実現を目指します。



出典：「洋上風力発電を通じた地域振興ガイドブック」より

時代を先導する 戦略の柱 2 産業の競争力・ 基盤強化

共創施策①
DX・デジタル化の
推進

共創施策②
付加価値・
ブランド力の向上

共創施策③
経営の安定化・
基盤強化

共創プロジェクト

DXコミュニティの形成

DXに取り組む地域企業とそれを支援する関係機関などが、相互に交流・連携・協力しながら、取組事例やノウハウ、支援方法を共有し、DXを推進していくコミュニティの形成に向けた取組について研究し、実現を目指します。

いまだにだけど DXってなに？

デジタル・トランスフォーメーションの略。「デジタル技術が社会に浸透させて生活をより良いものへと変えること」です。

西秀記市長メッセージ

青森市の新しいしごとを創ります！

青森市では、若者の人口流出を抑え、誰もが夢を持って働けるまちを実現するため、「青森市しごと創造戦略」を策定しました。産学金官の共創による新産業の創出や産業競争力の強化を進め、地域に魅力的なしごとを生み出していきます。さらに「あおり未来共創ラボ」では、多様な主体と連携しながら研究・事業化を推進します。これからの青森市をともに創り、未来を切り拓いていきましょう。



ちなみに...

風車は青森港で組み立て、つがる・鰯ヶ沢沖へ船で運んで設置します。

つがる・鰯ヶ沢沖に
運んで設置します

青森港で
仮組立をして



の5つの柱ってなんですか!?

戦略の柱 3

域内外の需要を獲得する
産業の育成

共創施策①
地域内経済
循環の向上

共創施策②
物流・ECを活用した
販売力強化

共創プロジェクト

高速・高鮮度による高付加価値化

空路や鉄道などを有する物流拠点としての機能を生かし、航空機や新幹線を活用した高速輸送により、本市の新鮮な農水産物を、高い鮮度のまま全国各地の消費者に届ける取組について研究し、実現を目指します。



戦略の柱 4

国内外からの誘客につなげる
観光の振興

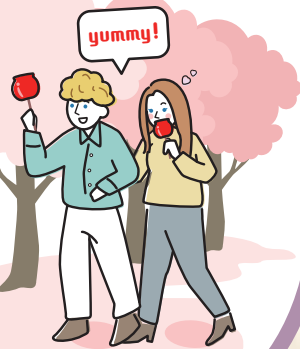
共創施策①
立体観光推進・
受入態勢充実

共創施策②
魅力を高める
観光資源の創出

共創プロジェクト

観光客の市内周遊・滞在促進

国内外から本市を訪れる観光客の消費拡大に向け、中心市街地のグルメ・観光スポットなどを巡るまち歩きや観光施設などの周遊、市内への宿泊などを促進するための取組について研究し、実現を目指します。



戦略の柱 5

未来を切り拓く
**産業人材の
育成・確保**

共創施策①
若者等の
地元定着推進

共創施策②
環境変化を捉えた
人材育成の推進

共創施策③
ダイバーシティ
経営の推進

共創プロジェクト

**地元企業への理解を深める
取組の推進**

学生やその保護者などへの市内事業者の魅力発信の強化や、自社ではインターンシップを実施できない市内中小企業を支援し、学生を受入できるようにする取組について研究し、実現を目指します。



※戦略の柱5「未来を切り拓く産業人材の育成・確保」は、本戦略の実現に向けた原動力となるため、各「戦略の柱」に共通する視点として捉え、取組を推進していきます。

**しごと創造戦略を
進めるために**

戦略の推進体制として、「㈱青森みちのく銀行」、「あおもり創生パートナーズ(株)」と「慶應義塾大学SFC研究所」との連携のもと、市内外の産学金官関係者や外部専門家に参画いただきながら、共創プロジェクトの事業化に向けて研究をしていく「あおもり未来共創ラボ」を設置します。

**プロクレアホールディングス
(株) 青森みちのく銀行
あおもり創生パートナーズ(株)**

共創ラボの運営全体や研究開発
に対する支援・助言
プロジェクトマネージャー
として職員が参加

**共創アドバイザー
(市内外の外部専門家)**

共創プロジェクト
への助言

青森市

・共創ラボを設置・運営
・プロジェクトマネージャーとして職員が参加

**あおもり
未来共創ラボ**

共創プロジェクト
の事業化

**慶應義塾大学SFC研究所
社会イノベーション・ラボ**

共創ラボの運営全体や研究開発
に対する支援・助言
共創ラボに関わる人材の育成

**共創パートナー
(市内外の関係者)**

関連する
共創プロジェクト
に参画

春を遊びつくそう! あおもり春イベント

花を愛でる? グルメを味わう?

青森春まつり

いつも以上に待ち望んでいた春が青森にもやって来ました!!市内では今春も、「青森春まつり」「なみおか桜まつり」をはじめ、多彩な催しが目白押し。4月27日開催の「第18回AOMORI春フェスティバル」では、青森開港400年を祝うキックオフイベントも行われます。春の青森の魅力を楽しみ尽くし、大雪に見舞われ苦労が絶えなかったこの冬の苦労を吹き飛ばしましょう!!

●合浦公園会場

4/19^土～4/29^火
8:30～21:00

市民の憩いの場所「合浦公園」では、春になると園内のソメイヨシノなど約630本の桜が咲き誇り、18:00～はボンボリが夜桜をライトアップします! 春まつり開催期間中は、毎年恒例の露店やちびっこ茶会といったイベントが開催されます。4/26(土)19:00～は花火の打ち上げも!

同時開催

春の緑と花の市

- ◆花・木などの販売、緑と花の交換所・相談所(19・26日)
- ◆花苗無料プレゼント(19・26日)
※8:30～整理券配布、9:00～花苗配布、当日先着100人
- ※10:00～16:00(29日は15:00まで)
※雨天中止、20日は販売はなし
- ※公園河川課(017-752-8334) ☎1005923



中世の城跡での花見は格別 なみおか桜まつり

4/19^土
9:30～

●国指定史跡「浪岡城跡」会場

約200本あるソメイヨシノなどの花見やステージショーなどを楽しめます。城跡の土塁や堀を見物して、北畠氏の居城だった中世の時代に思いをはせるのもよし。天気良ければ岩木山の眺望も素晴らしいですよ。会場では、道の駅なみおか「アップルヒル」など地域の出店者によるグルメも味わえます。



焼き鳥とフランクフルト
がおすすめです!

アップルヒル
山口 大輔さん

浪岡観光協会事務局
(浪岡商工会内 ☎0172-62-2511)

●野木和公園会場

4/22^火～4/29^火
8:30～21:00

青森市を代表するお花見スポットのひとつ「野木和公園」。「あおもり桜マラソン」のスタート地点にもなっています。

園内はソメイヨシノのほか、5月には主役が交代し、八重桜が咲き乱れます。新緑とともに咲き誇るピンクや白の八重桜は実に見事で、フォトコンテストも毎年開催しています。



八重桜の見頃は
5月から! お祭り後も
楽しめます!

青森春秋まつり実行委員会事務局
(パークメンテ青い森グループ ☎017-741-6634)
☎1005282

※周辺道路・駐車場の混雑が予想されますので、公共交通機関をご利用ください。

大好評! 県内最大規模の大会 春風浴びて青森を駆け抜ける 2025 あおもり桜マラソン

4/20^日
8:50スタート

野木和公園をスタートし、合浦公園を駆け抜け青い海公園を目指す桜の名所を楽しめるコースで、沿道からランナーたちに大きな声援を送りましょう! ※交通規制については、本紙19ページをご覧ください。



大会HP

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)

パレード、よさこい…華やぐ中心街

第18回 AOMORI 春フェスティバル

4/27^日

ベリーダンスやミュージックライブ、飲食ブースのほか、同日には、みなとまち・あおもり誕生400年キックオフイベントとして、出航テーププロジェクトも実施し盛大に開催します。



春フェスHP

見所 ① 大型ねぶた 新町通りに出陣!



昨年の青森ねぶた祭で知事賞のJRねぶた実行プロジェクト「足柄の公時 頼光に随う」(作:竹浪比呂央)を新町通りに展示。オープニングパレード、よさこい

ファイナーレ総踊りで運行します。

見所 ② よさこい37チーム 中心街で迫力の舞い



青森県内を中心に東北、北海道から計37チームが集結! 中心市街地の新町通り、昭和通り、ワ・ラッセ西の広場、青い森公園の計4会場

で迫力の演舞を披露し、フェスを盛り上げます。

※4/18(金)～5/6(火)までレシートウォーク・ラリーも同時開催
※9:30～16:30まで交通規制(車両通行止め)となりますので、ご協力をお願いします。
◆昭和通り(青森みちのく銀行古川支店⇄THREE北側) ◆新町通り(協働社ビル⇄柳町交差点)
◆柳町通り車道についても一部交通規制あり
☎AOMORI春フェスティバル実行委員会(青森商工会議所内 ☎017-734-1311)

みなとまち・あおもり誕生400年 キックオフ!!



◆青森市民400人で 出航テーププロジェクト

八甲田丸の汽笛を合図に、青森ベイブリッジから800本のテープを垂らし、青函連絡船の出航を再現。皆さんで青森開港400年をお祝いしましょう。

時4/27(日)
9:00～9:20
所青森ベイブリッジ、
ワ・ラッセ西の広場



記念HP



参加者募集!!

対小学生以上(一人で階段を上り下りできるかた)
人400人(申込順)
申4/24(木)までに、交流推進課(☎017-734-5146、
✉kouryuu-suishin@city.aomori.aomori.jp)へ
☎交流推進課(☎017-734-5415)

今後、四季を通じて様々な記念行事を開催予定!

Biz
NAVIキラリ★あおもり創造人
そうどうびと

健康、福祉、環境、教育、文化、スポーツ、防犯、防災、子育て、国際交流など、様々な分野で社会貢献的な活動をしている方々を紹介します。



様々な分野の本市の第一人者をゲストに招き、市内大学生とトークする30分特別番組!

【放送局】青森ケーブルテレビ 市民チャンネル
【放送日】毎月最終土曜日 20:00～20:30
【再放送】翌日～土曜日の7:00～、13:00～、21:30～

市公式YouTubeでも配信



若者定着と地域経済活性化へ

人材育成とDXから推進を

やまざき うじゅう
山崎 宇充さん(青森市しごと創造会議座長)

青森市への若い世代の定着や地域経済活性化に向けて、産学官の関係者が1年半にわたって魅力的な「しごと創り」について検討した「青森市しごと創造会議」の座長。会議では市経済の重要課題として「DX」「GX」「観光」「マーケティング」分野を特定し、それらを踏まえて「青森市しごと創造戦略」が策定されました。

「各業界のトップのかたが集まり、それぞれの立場で感じている課題を絞り込みました。報告書は今後の活動のレシピとなりますが、最も重要なのは手順です。人材育成とDXからしっかり手を回すことで、地域を支えていく基盤ができ、観光の力も強くなるし、GXやEC(電子商取引)、マーケティ

ングにも対応できるようになると考えています。」

東京都出身。全国各地の地方創生に携わり、令和3年から青森商工会議所の「人財育成塾 雪花雪中塾」の講師を務めています。全国を飛び回りながらも青森市に会社を設立し、住居も構えるなど、自身も新しい挑戦を続けている山崎さん。**若い世代に向けては「一度県外に出たとしても、身につけた技術やノウハウを青森に戻って発揮する」という気持ちになっていただきたい。」**と話します。「自治体や企業、金融機関は、戻ってきた若者に力を発揮させられるだけの舞台を用意する必要があります。**若い人を盛り上げる雰囲気づくりに期待したいです。」**と力を込めました。

AomoLIVE
3/29(土)の
ゲスト

Biz
NAVI

ビジネス情報

事業・就職・福祉・文化・その他

令和6年度の豪雪に伴う
樹園地における
薬剤・復旧資材などへの支援

昨年末からの豪雪により樹園地での枝折れ・幹割れなどの被害が発生していることから、「モニリア病」の蔓延防止のために必要な薬剤、枝折れなどの修復資材、捕植用苗木、殺鼠剤などの購入や被害樹の伐採伐根にかかる経費に対して支援します。

◆補助内容 4/1(火)～5/31(土)に購入・実施したもの

◆補助対象 本市に住所及び農地を有し、販売を目的とした果樹生産者など

問 あおもり産品支援課(☎0172-62-3002)

広告入り公用共通封筒の
無償提供者を募集

広告を募集・掲載した封筒を作製し、市に無償提供していただける事業者を募集します。

封筒は、各種文書の発送など公用共通封筒として使用します。封筒規格や応募方法など詳しくは、募集期間に市HPをご覧ください。

時 4/15(火)～30(水)

問 会計課(☎017-734-5606)

青森市転作推進事業
(転作営農効率化支援事業)

営農効率化の取組を行いながら、高収益化が期待できるトマト及びバサラコーンの生産量拡大に取り組む生産者を支援します。詳しくは、4/1(火)以降に、市HPをご覧ください。

◆対象者 5戸以上の農業者で組織される団体または農業法人

◆対象経費 営農効率化及び生産量拡大に要する経費

◆補助額 1団体につき100万円以内の額

問 農業政策課(☎0172-62-1176)

事業主の皆さん
給与所得者異動届出書の提出を忘れずに

市民税・県民税・森林環境税の特別徴収対象者として給与支払報告書を提出した後で、退職・休職・転勤などの異動があった場合には「給与所得者異動届出書」の提出が必要です。4/1(火)までの異動分は4/15(火)までに提出してください。

提出が遅れると、既にいらない従業員の税額が通知されたり、普通徴収に切替え後の納付回数が少なくなり、納税義務者(従業員)の1回当たりの負担が大きくなる場合がありますので、ご注意ください。

問 市民税課(☎017-734-5197)

自衛官など募集

募集種目	一般曹候補生(第1回)	自衛官候補生(第1回)
応募資格	18歳以上33歳未満	
受付期間	5/7(水)まで	
試験日	5/17(土)～20(火)	5/11(日)～13(火)
試験会場	Webによる	

問 自衛隊青森地方協力本部青森募集案内所(☎017-783-2995)

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。

※代用支援員…放課後児童支援員の休暇時に代替として勤務(土曜日、長期休業日(春・夏・冬休み)のみの勤務も可)

時 ・月～金曜日 13:00～18:30(学校行事のため13:00前に開設する場合あり)
・長期休業日(春・夏・冬休み)の月～金曜日 8:00～18:30
・土曜日 8:00～18:00(早番・遅番あり)

所 青森地区及び浪岡地区の放課後児童会

対 次のいずれかの資格、免許をお持ちのかた
・保育士、社会福祉士、幼稚園・小・中・高校教諭など
その他応募資格はお問合せください。

備 賃金1,230円
(任用形態・期間により期末・勤勉手当あり)

申 問 子育て支援課(☎017-734-5348)へ

ID 1003965



看護のお仕事移動相談

青森県ナースセンターでは、無料職業紹介事業として看護職の相談員が出向いて、看護職の皆さんのお仕事探しをサポートしています。医療チームの一員である看護補助者に関する相談も開始しました。お気軽にお越しください。

時 4/21(月)、5/19(月)、6/16(月)、7/28(月)、8/18(月)、9/22(月)
9:00～11:30

所 ハローワーク青森

問 (公社)青森県看護協会 青森県ナースセンター
(☎017-723-4580)




県ナースセンターHP

求職者支援訓練 受講者募集

職業訓練によるスキルアップを通じて早期就職を実現するための国の制度です。訓練期間中から修了後にわたって、ハローワークと訓練施設が積極的に就職支援を行います。

料 無料(テキスト代などは自己負担)

申 問 各申込締切までに、
ハローワーク青森(☎017-776-1561 42#)へ


(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構 HP

◆医療・調剤事務とパソコン科(短時間)

時 5/22(木)～10/21(火) 9:10～13:50 **所** 専修学校青森ビジネス専門学校
人 15人 **備** 申込締切4/24(木)

◆Office・グラフィック・Webスキル習得科(託児・短時間)

時 6/16(月)～12/15(月) 9:10～14:50
所 STUDIO-A
人 15人 **備** 申込締切4/18(金)

◆ICT・マーケティングの基本から学ぶWebデザイン科(eラーニングA)(託児)

時 5/30(金)～11/28(金) **所** STUDIO-A
人 15人 **備** 申込締切4/21(月)

◆ICTの基礎から学ぶWebデザイン・プログラミング科(eラーニングA)(託児)

時 6/17(火)～12/16(火)
所 STUDIO-A
人 15人 **備** 申込締切5/9(金)



青森高等技術専門学校 職業訓練生募集

対 公共職業安定所に求職を申込み、受講指示、受講推薦または支援指示を受けたかた

申 問 各申込期間に、
ハローワーク青森(☎017-776-1561 42#)へ


県HP

◆登録販売者養成科(企業実習付き)

時 5/20(火)～9/19(金)(4か月) **人** 20人 **備** 申込期間3/28(金)～4/28(月)

◆基礎から学ぶ!簿記とパソコン入門科(簿記・経理基礎科1)

時 5/30(金)～8/29(金)(3か月) **人** 20人 **備** 申込期間4/11(金)～5/12(月)

◆パソコン基礎科(育児等短時間・託児付)

時 6/2(月)～10/1(水)(4か月) **人** 20人 **備** 申込期間4/14(月)～5/15(木)

◆パソコン・生成AI活用科1(eラーニング)

時 6/3(火)～12/2(火)(6か月) **人** 20人 **備** 申込期間4/14(月)～5/15(木)

※本訓練は、訓練計画の変更及び都合により実施されないことがありますので、あらかじめご了承ください。



青森高等技術専門学校 在職者訓練生募集

在職者のかたのスキルアップを目的として、講習会を実施します。

申 問 各申込期間に、青森高等技術専門学校(☎017-738-5727)へ


県HP

◆第二種電気工事士学科試験事前講習(上期)

時 5/13(火)～16(金) 9:00～16:00
対 在職者で第二種電気工事士上期筆記試験を受験するかた
人 25人 **料** 2,200円 **備** 申込期間4/7(月)～21(月)

◆土木技術者のための逆打ち基礎講習

時 5/21(水)・22(木) 9:00～16:00
対 土木建設業に従事する在職者で測量経験が少ないかた
人 10人 **料** 1,000円 **備** 申込期間4/14(月)～25(金)



《広告》

○合同説明会を実施しております。
詳しくはお電話、WEBで ※1往8万円～
4/5日(土)10時、14時 5/10(土)10、14時
[募じまい][永代供養]

海洋散骨 祖霊社

全国唯一 病厄除守護神
廣田神社

受付時間 8:30-16:30
[休務日 水曜日]
青森県青森市長島2丁目13-5
TEL 017-776-7848



広報あおもり

広告 募集

詳しくは、
市ホームページを
ご確認ください



子育てひろば

open space for childcare

4月は児童手当の支給月

児童手当(2～3月分)を4/11(金)に支給します。
出生、転出、転入の際は15日以内に手続きをしましょう。手続きが遅れると支給できない月が発生する場合があります。
※市外へ転出した場合や受給者が変更になった場合には、支給日が異なることがあります。
※公務員のかたは、所属庁からの支給となりますので、支給日が異なります。
また、新たに公務員に採用となったかたは、所属庁での手続きのほか、市役所での手続きも必要です。
問 子育て支援課(☎017-734-5334)
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1113)

国スポ大会正式競技ゴルフ はじめの一步「スナッグゴルフ教室」要予約

ゴルフを経験したことのないお子さんでも楽しく体験でき、ゴルフの基本を学ぶことができます。 講師:雪田悦子プロ
時 4/17(木) 19:00～20:30 所 マエダアリーナ(サブアリーナ)
対 小・中学生 人 20人 料 500円(保険料含む)
備 内履き・タオル・飲み物持参(用具は無料で貸出し)
申 問 4/10(木)までに、氏名・年齢(学年)・電話番号を、
青森県ゴルフ連盟(☎017-718-8335、📠017-718-1028、
📧aomori@tga.gr.jp)へ



NPO法人全世界空手道連盟 新極真会 青森道場 空手教室 1か月無料体験会 要予約

基本動作、ストレッチを主体とした空手教室です。お気軽にご参加ください。
講師:工藤武美さん(NPO法人全世界空手道新極真会 青森道場指導員)
時 ①5/13(火)・20(火)・27(火) ②③④5/10(土)・17(土)・24(土)
①17:30～18:15 ②15:00～16:15 ③16:30～17:45 ④18:00～19:15
所 東市民館 対 ①4歳以上の未就学児 ②小学1～3年 ③小学4～6年 ④中学生以上
備 汗拭きタオル・飲み物持参、動きやすい服装(裸足)
申 問 事前に、申込フォームから申込み、または
新極真会 青森道場(工藤 ☎080-6013-1313、
📧shinkyokushinkarate.aomori@gmail.com)へ



1か月お試し空手教室 要予約

運動が苦手でも大丈夫。お気軽にご参加ください。
講師:鳴海沖人さん(空手道鳴海道場 師範)
時 4～6月の金曜日(申込日(4・5月)から全4回)
①15:30～16:15 ②16:30～17:30 ③17:30～18:45 ④19:00～20:30
所 空手道鳴海道場
対 ①4歳以上の未就学児 ②小学1～3年生 ③小学4～6年生 ④中学生以上
料 1,000円
備 動きやすい服装・飲み物・汗拭きタオル持参。
小学生は火・土曜日でも可、お問合せください。
申 事前に、氏名・年齢・学年・連絡先を、
空手道鳴海道場(📧aomori_narumi@yahoo.co.jp)へ
問 空手道鳴海道場(鳴海 ☎080-6007-4798)



小・中学生サッカースクール

時 5/6(火)～10/25(土) 週2回・2時間程度 所 オカでんアリーナ、盛運輸サンドーム
対 人 小学生50人、中学生の女子50人 料 4,000円(スポーツ傷害保険含む)
申 5/6(火)の開校式(オカでんアリーナ、9:00～9:30受付)に、
申込書(青森市サッカー協会HP掲載)・会費を持参
問 青森市サッカー協会事務局(☎017-744-0404)



青森市少年少女発明クラブ クラブ員募集 要予約

創造力を活かしたもののづくりを行う、発明クラブ員を募集します!
時 5/11(日)～8.3/8(日)の原則第2・4日曜日、年25回程度 9:00～12:00
所 中央市民センター 対 基礎教室:小学3・4年生、応用教室:小学5～中学2年生
人 各教室40人(申込順) 料 年会費7,000円 備 4/27(日)に開講式を行います。
申 4/12(土)10:00～11:00に、年会費を持参の上、中央市民センター3階集会室へ
問 青森市少年少女発明クラブ事務局(富所 ☎080-1829-4755)

マタニティ講座 要予約



- ①ウェルカムベビー講座
なるほど!赤ちゃんの世界、Let'sオムツ交換&抱っこ!、
ウキウキふれあい遊びなど
時 4/19(土) 13:30～15:30(13:00～13:20受付)
- ②お口のケアと食育講座
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(授乳姿勢の体験)など
時 4/23(水) 13:30～15:30(13:00～13:20受付)
- 所 あおもり親子はぐくみプラザ 対 本市に住民票がある妊婦と家族
人 各16組(申込順) 備 母子健康手帳、筆記用具持参
申 問 4/14(月)～18(金)に、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984)へ



オンラインマタニティ講座 要予約

- ①【沐浴編】沐浴
②【育児準備編】オムツ交換、抱っこの仕方、新生児の特徴
③【マタニティライフ編】早産予防、栄養
時 4/30(水) ①10:00～10:30 ②10:45～11:15 ③11:30～12:00
対 本市に住民票がある妊婦と家族、「Zoom」を利用できるかた 人 各回5組(申込順)
申 4/28(月)までに、氏名・電話番号・メールアドレス・出産予定日・受講したい講座を、
あおもり親子はぐくみプラザ(📧hagukumi-plaza@city.aomori.aomori.jp)へ
問 あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984) ID1003542

市民図書館のおはなし会

- ✳️ぴよぴよおはなし会
時 4/4(金)・11(金)・18(金)・25(金)
11:00～11:20
対 概ね0～3歳の子どもと保護者
- ✳️にこにこおはなし会
時 4/5(土)・12(土)・19(土)・26(土)
14:00～14:20
対 概ね3歳～小学2年生の子どもと保護者
- 所 市民図書館7階 児童ライブラリー「おはなしのへや」
内 絵本・紙芝居などの読み聞かせ 問 市民図書館(☎017-776-2455)

市民センターのおはなし会【主催:青森市読書団体連絡会】

- 油川市民センター
4/12(土)
10:30～11:30
3階 創作活動室
- 中央市民センター
4/13(日)
11:00～11:30
2階 茶華道室
- 古川市民センター
4/19(土)
10:30～11:00
1階 和風学習室(A)
- 西部市民センター
4/23(水)
14:00～14:15
1階 和風学習室1
- 対 3歳～小学3年生と保護者、
古川市民センターのみ
どなたでも
問 市民図書館(☎017-776-2455)
- 横内市民センター
4/26(土)
10:30～11:00
1階 和室(小)
- 戸山市民センター
4/27(日)
11:00～11:30
1階 和室(小)

今月の
・プラネタリウム投影
・スケジュール

★星空の時間(約50分)
昼に見える月
時 毎週土曜日
①11:00～ ②13:30～
毎週日曜日・祝日(20日を除く)
13:30～

★プラネくんと星空さんぽ
絵話「うそつきカラス」(幼児向け/約40分)
時 毎週日曜日・祝日(20日を除く)11:00～

料 160円(障害者手帳提示80円/中学生以下無料)
所 問 中央市民センター(☎017-734-0164)

未来を担う子どもたちと子育て世代を応援します

「子育て先進都市 青森市」の実現に向け、出産や子育てに係る経済的負担を軽減するため、公費負担や給付金の支給などを実施しています。令和7年度から新たに始まる制度もありますので、ぜひご活用ください。

新制度 妊婦の歯科健診に係る費用の公費負担

妊娠中は、歯周病やむし歯が進行しやすく、歯周病菌は、早産・低出生体重児の出産につながるリスクを高めるとされています。妊婦さん自身と産まれてくるお子さんのために、歯科健診を受診しましょう。

◆**実施方法** 妊娠届出時などに受診票を交付し、指定歯科医療機関で歯科健診と健診結果に基づくアドバイスを行います。

※歯科健診の結果、詳しい検査や治療が必要になった場合の費用は自己負担となります。

対 4/1(火)以降に母子健康手帳の交付を受ける妊婦さん

問 あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2983)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)

新制度 1か月児健康診査に係る費用の公費負担

1か月児の疾病や成長・発育の遅れなどを早期に発見し、早期治療につなげるため、1か月児健康診査に係る費用の公費負担を実施します。

◆**実施方法** 妊娠届出時などに受診票を交付します。指定医療機関で1か月児健康診査を受けてください。

※指定医療機関以外で受診した場合は、保護者の申請により費用を助成します(上限額あり)。

※既に妊娠届出をしたかたの受診方法など詳しくは、お問合せください。

対 4/1(火)以降に1か月児健康診査を受診する生後1か月以上2か月(生後6週)未満の乳児

問 あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2983)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)

新制度 小児定期予防接種の再接種費用助成制度

骨髄移植などの治療により既に行った定期予防接種で得た免疫が低下または消失し、定期予防接種の再接種が必要と医師に判断された場合、その接種費用を助成します(予防接種ごとに上限額あり)。助成を受けるためには、予防接種を受ける前と受けた後の合計2回の申請が必要です。受ける前に申請をしていない場合は、接種費用の助成対象になりませんのでご注意ください。

◆**子どもの定期予防接種** 感染症にかかりやすい年齢などを基に接種期間が決められています。特に赤ちゃんの予防接種を遅らせると、免疫を獲得するのが遅れ、重い感染症にかかるリスクが高まります。遅れずに、予定どおり受けましょう。

里帰り出産などの理由により、市の指定医療機関で接種できない場合は、市外の医療機関で接種できますので、希望する場合は必ず事前にお問合せください。

問 こども・若者政策課(☎017-718-2986)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)

ひとり親家庭のための自立支援給付金事業

支給額や申請期限など詳しくは、市HPをご覧ください。

◆自立支援教育訓練給付金事業

雇用保険の教育訓練給付制度対象講座の受講経費の一部を支給します。

要件:講座の受講が、適職に就くために必要であると認められること

◆高等職業訓練促進給付金等事業

看護師・准看護師など、就職の際に有利になる資格取得を目的とする養成機関での修業中、生活の負担を軽減するため、月額70,500円～140,000円の給付金などを支給します。

要件:所得制限あり、養成機関で6か月以上のカリキュラムを修業し、資格の取得が見込まれること、就業または育児と修業の両立が困難と認められること

◆高等学校卒業程度認定試験合格支援給付金事業

高等学校卒業程度認定試験合格のための講座(通信制講座を含む)の受講経費の一部を支給します。ひとり親家庭の児童(給付金請求時で20歳未満)も対象となります。

要件:高卒認定試験合格が、適職に就くために必要と認められること

対 市内に住所を有し、要件を全て満たす、ひとり親家庭の母または父

備 いずれの事業も、過去に同様の給付金の支給を受けたことがある場合や、市税及び母子父子寡婦福祉資金償還金に滞納がある場合は対象となりません。事前の相談が必要です。

問 子育て支援課(☎017-734-5334) ID 1003516

小・中学生の修学旅行費の一部補助

子育て世帯の教育に係る経済的負担を軽減するため、公立小・中学校の児童生徒の保護者に、修学旅行に係る経費の一部を補助します。

◆**対象者** 令和7年度において青森市立小学校及び中学校の修学旅行に参加した児童生徒の保護者

※就学援助など他の制度により修学旅行費の支給を受けるかたは対象外

◆**補助内容など** 修学旅行に係る交通費、宿泊費、見学科などの経費を対象とし、小学生1人につき35,000円、中学生1人につき66,000円を上限として、保護者本人名義の口座へ振り込みます。

◆**申請方法** 申請書類などは学校を通じて配布しますのでご確認ください。

問 学務課(☎017-718-1414)

妊婦支援給付金(旧「出産・子育て応援給付金」)

令和7年4月から、「出産・子育て応援給付金」の制度が変わります。

◆**対象者** 妊婦 ※「妊婦給付認定」の申請が必要

◆**給付額** 1回目:50,000円

2回目:妊娠している子どもの人数×50,000円

※4/1(火)以降の流産・死産なども対象

◆申請期限

1回目:妊娠が確定した日から**2年を経過する日**

2回目:出産予定日の8週間前の日(流産・死産などの場合は、流産などが医療機関において確認された日)から**2年を経過する日**

◆申請方法

1回目:妊娠届出時に申請を受付します。振込口座が分かるもの(通帳またはキャッシュカード)をご持参ください。

妊婦給付認定の申請を併せて受付します。

2回目:出産後、保健師・助産師などがご自宅を訪問する際に申請書をお渡します。後日、郵送してください。

※いずれも、振込口座は申請者(妊婦)本人名義のものに限る。

※3/31(月)までに出産したかたは、旧制度の対象となり申請期限が異なります。詳しくは、市HPをご覧ください。

問 あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2987)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114) ID 1003481

助産制度

生活保護世帯や市民税非課税世帯など、経済的理由によって医療機関で出産できない妊産婦を対象に、指定病院での出産費用を助成する制度です。要件など詳しくはお問合せください。

問 子育て支援課(☎017-734-5334)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1113) ID 1003568

医療的ケア児の保育所などの利用案内

医療的ケア児が安心・安全に保育所や認定こども園、地域型保育事業などを利用できるよう「保育所等における医療的ケア児の受け入れ等に関するガイドライン」を策定しました。保育所などの利用を希望するかた、利用について悩みや疑問をお持ちのかたは、お気軽にご相談ください。なお、本ガイドラインに基づく手続はR7.5月以降の利用者が対象となります。

問 子育て支援課(☎017-734-5330)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1113) ID 1008659

青森市奨学金 令和7年度の募集受付

経済的理由により、修学が困難な生徒や学生に対して、奨学金を貸与します。詳しくは、お問合せください。

◆**対象** 高等学校などに在学し、一定の要件を満たすかた

◆**貸与月額** 高等学校など…16,000円 大学など…33,000円

◆**申請期間** 4/1(火)～5/30(金)

問 学務課(☎017-718-1414)、浪岡教育課(☎0172-62-3003)

＊ あおもり親子はぐくみプラザ「プレイルーム」

親子（就学前）で楽しく過ごせる場です。妊娠期からご利用できます。予約不要です。【開設時間】8:30～18:00（土・日、祝日も開館）

問 あおもり親子はぐくみプラザ（☎017-718-2975） ID 1003494

子育て講座

よちよち広場

時 4/12（土） 10:30～11:30 内 ふれあい遊びや保護者同士の交流
対 0～1歳児の子どもと保護者

パパと遊ぼう！

時 4/27（日） 10:30～11:30 内 ふれあい遊びやパパ同士の交流
対 0～就学前の子どもと保護者

そのほかにも楽しい子育て講座があります。日程は、市HPをご覧ください。

＊ 地域子育て支援センター

親子（概ね3歳まで）で楽しく過ごせる場です。市内6か所にあります。

【開設日】月～土曜日（祝日、年末年始を除く）

開設時間、子育て講座の日程、内容は、市HPまたは各地域子育て支援センターでご確認ください。

問 あおもり親子はぐくみプラザ（☎017-718-2975） ID 1003494



＊ つどいの広場「さんぽぽ」

親子（概ね3歳まで）で楽しく過ごせる場です。

【開設時間】9:00～18:00（土・日、祝日は17:00まで）

問 つどいの広場「さんぽぽ」（駅前庁舎2階）（☎017-721-4005）
ID 1003494

子育て講座

おはなし会inさんぽぽ

時 4/17（木） 10:30～11:00
内 絵本を通して親子でお話の世界にふれあいましょう
人 10組（申込順） 申 4/1（火）9:00～、「さんぽぽ」へ

そのほかにも楽しい子育て講座があります。日程は、市HPをご覧ください。



楽しかったね



駅前庁舎ご来庁の際は 託児をご利用できます

手続などでご来庁の際に、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。
対 概ね1歳～就学前まで

◆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

子どもの発達相談 要予約

お子さんの発達のことで、日頃気になっていることを相談できます。

所 申 問 3/31（月） 8:30～、
あおもり親子はぐくみプラザ
（☎017-718-2975）へ（申込順）

楽しくあそび！

対 ことばの遅れなどの発達に心配のある子ども（1歳～概ね3歳）と保護者

時 4/7（月）・21（月） 10:00～11:00
内 集団あそび

時 4/21（月） 10:00～11:30
内 相談専門員による個別相談

はぐくみ相談

時 4/9（水）・23（水） 10:00～11:30
内 言語聴覚士による個別相談
対 吃音などことばの心配がある子ども（概ね3歳～就学前）と保護者

時 4/14（月） 10:00～11:30
内 相談専門員による個別相談
対 集団生活の困りごとや心配がある子ども（概ね3歳～就学前）と保護者

医師相談

時 4/16（水） 14:00～15:30
内 医師による個別相談
対 発達に心配のある子どもと保護者

4月の子育て相談

〈あおもり親子はぐくみプラザ〉

◆保育士による相談：毎日
8:30～18:00 ☎017-718-2975
◆保健師などによる相談：月～金曜日（祝日を除く）
8:30～18:00 ☎017-718-2983
◆ハミガキ相談：4/16（水） 9:30～12:00
申 問 ハミガキ相談のみ1週間前までに、
あおもり親子はぐくみプラザ（☎017-718-2975）へ

ハミガキ相談 要予約

内 仕上げみがきの仕方など
備 歯ブラシ持参

〈浪岡総合保健福祉センター〉

◆子育て相談：4/10（木） 9:30～11:00
申 問 前日までに、浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1114）へ



助産師による心と体のケア相談 要予約

助産師が妊婦さん・産婦さんの心と体の不調、授乳に関する心配ごとなどの相談に応じます。

時 4/21（月）、5/1（木） 10:00～、11:00～ 所 あおもり親子はぐくみプラザ
対 本市に住民票がある妊婦さんや産婦さんとその赤ちゃん
人 各回1組（申込順）
備 母子健康手帳、乳房相談のかたはバスタオルとフェイスタオル持参
申 問 希望日前日までに、あおもり親子はぐくみプラザ
（☎017-718-2984／土・日、祝日を除く）へ



小児慢性特定疾病児童などの 相談を受け付けています

小児慢性特定疾病児童等自立支援員が、お子さんの疾病に関する不安や在宅療養中の心配ごとなどの相談に、家庭訪問や電話、来所面談で応じています。お気軽にご相談ください。

時 8:30～17:00 所 あおもり親子はぐくみプラザ
問 あおもり親子はぐくみプラザ
（☎017-718-2983／土・日、祝日を除く）



そだちとまなびの支援センターの 発達相談 要予約

「そだちとまなびの支援センター（青森聾学校）」では、下記の内容で発達相談を行っています。

- きこえやことばに関すること
- 心身の発達に関すること
- 家庭生活・養育に関すること
- 学校・保育園・幼稚園生活に関すること
- 学業・進路に関すること

時 月～金曜日 9:30～16:30
所 そだちとまなびの支援センター（県立青森聾学校内）
対 0歳～高校生と保護者、学級担任、18歳以上の本人
申 問 事前に、二次元コードまたは、そだちとまなびの支援センター
（☎☎ 017-766-1834）へ



Eメール

青森市子育て応援隊になりませんか

身近な地域で子育ての支援活動を行うボランティア「青森市子育て応援隊」を募集します。

◆主な活動内容 子育て応援隊による「子育てひろば」の開催、あおもり親子はぐくみプラザのプレイルームや地域子育て支援センターでの子育て親子との交流など

◆対象となるかた 市で実施する研修会に参加できるかたで、次のいずれかに該当するかた

- ①子育ての経験と知識をお持ちで活動力のあるかた
- ②心身ともに健康で子育て支援活動に理解と熱意のあるかた

◆任期 令和7年4月（応援隊証交付日）～令和8年3月31日

申 申込用紙（あおもり親子はぐくみプラザ備付け）に必要事項を記入の上、
〒030-0962 佃二丁目19-13 あおもり親子はぐくみプラザへ
問 あおもり親子はぐくみプラザ（☎017-718-2975）



健康・医療ナビ

Health and Medical Care



4月から 高齢者带状疱疹予防接種が始まります

带状疱疹の予防接種が定期接種となります。接種対象年齢となるかたには4月上旬までに案内を送付しますので、希望する場合は忘れずに期間内に接種しましょう。

※接種を希望するかたは4/1(火)以降に医療機関にお問合せください。

時 4/1(火)～R8.3/31(火)(お盆期間、年末年始は各医療機関診療日による)

所 指定医療機関

対 本市に住民票があり、これまでに带状疱疹ワクチン任意接種を受けていないまたは完了していない

① 令和7年度内に65歳となるかた

② 接種時に満60歳以上65歳未満のかたで、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に重い障がいのあるかた

③ 令和7年度内に70、75、80、85、90、95、100歳となるかた(5年間の経過措置)

※令和7年度に限り、100歳以上のかたは全員対象

料 自己負担金 生ワクチンの場合 4,430円×1回

不活化ワクチンの場合 11,030円×2回

高齢者肺炎球菌予防接種のお知らせ

接種対象となるかたには65歳の誕生日以降に案内を送付しますので、希望する場合は忘れずに接種しましょう。

所 指定医療機関

対 本市に住民票があり、これまでに肺炎球菌ワクチン任意接種を一度も受けていない

① 接種時に満65歳のかた

② 接種時に満60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能により身体障害者手帳の内部障がい1級に該当するかた

料 自己負担金 2,210円

対象者のうち、生活保護受給者・市民税非課税世帯のかたは下記の確認書類を医療機関へ持参すると無料になります。接種後の払戻しはありませんので、接種前に書類をご用意ください。

◆生活保護受給者

受給者証など生活保護を受給していることが分かる書類

◆市民税非課税世帯 ①～④のいずれか1つ

① 令和7年度介護保険料額決定通知書兼特別徴収(本徴収)開始通知書(保険料段階が第1～第3段階)

② 令和7年度介護保険料納入通知書(保険料段階が第1～第3段階)

③ 介護保険負担限度額認定証(有効期間内のもの)

④ 自己負担金が無料となる予診票(事前の申請が必要)

※65歳以上のかたに①または②の書類が7月上旬頃(65歳の誕生日が7月以降のかたは誕生日以降)に送付されます。4～6月に接種する際は、④の自己負担が無料となる予診票が必要となります。

◆④自己負担金が無料となる予診票の申請

※4/1(火)から受付を開始します。

郵送申請 申請書を「申請場所」に郵送。
1週間程度で予診票を返送します。

来所申請 即日発行。窓口開設時間は
8:30～17:00(土・日、祝日、年末年始を除く)

【申請場所】

〒030-0962 佃二丁目19-13 感染症対策課

〒038-1392 浪岡振興部健康福祉課

【申請書設置場所】感染症対策課、浪岡振興部健康福祉課、本庁舎、駅前庁舎(国保医療年金課、介護保険課、障がい者支援課、高齢者支援課)、柳川庁舎、各支所・市民センター、指定医療機関

問 感染症対策課(☎017-718-2852)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)

「無料低額診療事業」利用者の調剤費を助成

「無料低額診療事業」は、経済的理由で支払いが困難なかたの医療費の一部負担金を減免する制度です。

市内に住所を有し、市内の診療施設でこの制度を利用するかたが、市内の青森市薬剤師会会員の薬局で調剤処方された調剤費の全部または一部を助成します。

※調剤費は、保険適用のものに限り、他の公的制度を受けることができる分は除く。初診の日から6か月以内。

◆利用方法

次の病院・診療所で「無料低額診療事業」を実施しています。まずは各施設に直接ご相談ください。

問 福祉政策課

(☎017-734-5313)

施設名	電話番号
あおもり協立病院	017-762-5500
生協さくら病院	017-738-2101
協立クリニック	017-762-5511
中部クリニック	017-777-6206
津軽医院	0172-62-3101

はり・きゅう・マッサージ 施術受療券を交付

施術料を1回につき1,000円助成する「令和7年度青森市高齢者はり・きゅう・マッサージ施術受療券」を交付します。

◆交付枚数 4～6月の申請は10枚。7月以降の申請は1月经過するごとに交付枚数が減ります。

対 市内に居住する70歳以上の前年度市民税非課税のかた

申 4/1(火)から、本人確認できるもの(健康保険証など)を持参の上、高齢者支援課または浪岡振興部健康福祉課へ

※4/8(火)以降は、各支所・情報コーナーでも申請できます(受療券は後日郵送)。

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

満70歳以上の皆さんに 「いき・粋乗車証」を交付

市営バスなど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。

いき・粋乗車証のサービスをAOPASSでご利用いただくには、市営バス営業所または乗車券販売所などでの手続が必要です。詳しくは、お問合せください。

◆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3.0cm×横2.4cm、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)

問 いき・粋乗車証については

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

AOPASSについては

東部営業所(☎017-726-5443)、西部営業所(☎017-788-2326)

【浪岡地区】市営バス・市バスの 高齢者用フリーパス券発売所が変わります

現在の(有)ヨシオカでの販売を4/30(水)で終了し、5/1(木)から青森市浪岡交流センター(あびねす)で販売します(紙券のみの取扱い)。

◆青森市浪岡交流センター(あびねす)

発売時間 9:00～18:00、休館日 12/31、1/1

問 交通部管理課(☎017-726-5459)



集団健診・検診（4/1～5/31の日程）

実施場所・日程

実施場所	実施日・受付時間
青森県総合健診センター	4/30(水)・5/8(木)・13(火)・18(日)・21(水)・26(月)午前のみ、31(土)〈午前の部〉8:30～9:30 〈午後の部〉12:30～13:30
西部市民センター	5/1(木)〈午前の部〉9:00～10:00 〈午後の部〉12:30～13:30
沖館市民センター	5/2(金)〈午前の部〉8:30～9:30 〈午後の部〉12:30～13:30
油川市民センター	5/7(水) ※内履き持参 〈午前の部〉9:00～10:00 〈午後の部〉12:30～13:30

健康診査（R7.4/1～R8.3/31に下記の年齢になるかた）

健診	対 象	自己負担金	受付時間
特定健康診査	40歳以上の青森市国保加入者	無料	午前の部
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療制度加入者		
健康診査	40歳以上の生活保護受給者など		
若年健康診査	30～39歳の青森市国保加入者		

がん検診など（R7.4/2～R8.4/1に下記の年齢になるかた）

◆対象 本市に住民票のあるかた

健診・検診名	対 象	自己負担金		受付時間
		青森市 国保加入者	左記以外	
肺がん検診・結核健診	40歳以上	無料※1	無料※1	午前の部※2
大腸がん検診	40歳以上	無料	510円	
胃がん検診※3	50歳以上(胃部エックス線検査)	510円	1,020円	午前の部
子宮頸がん検診	20歳以上	510円	1,020円	午後の部
乳がん検診	40～59歳	1,020円	1,430円	
	60歳以上	無料	410円	
骨粗しょう症検診※5	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	510円	510円	午前・午後の部
ABC胃がんリスク検診	40歳になるかた	1,320円	1,320円	午前の部

- ※1 必要と認められたかたは、喀痰検査が追加(青森市国保加入者以外のかたは自己負担金410円)
- ※2 青森県総合健診センターは、女性のみ午後も受付
- ※3 集団検診は「胃部エックス線検査」のみとなります。偶数年齢のかたは「胃部エックス線検査」「胃内視鏡検査」の選択制となり、「胃内視鏡検査」は、指定医療機関へ直接ご予約ください(青森市国保加入者1,620円、その他3,250円)。また、令和6年度に市の胃内視鏡検査を受診したかたは、令和7年度の市の胃がん検診は受診できません。
- ※4 奇数年齢でも昨年度未受診のかたは、受診できます。
- ※5 青森県総合健診センターのみで実施。
- ★上記(※3含む)以外の検診・対象外のかたの検診については任意での検診となるため、費用は全額自己負担となります。申込みや料金などについては、医療機関または青森県総合健診センター(☎017-741-2336)へお問合せください。

申込方法（令和7年度の申込は、4/1（火）8：30から受付を開始します。）

申込期限は希望日の2週間前です。ただし、定員に達した場合など、早期に締め切る場合がありますので、ご了承ください。

◆市HP 各種健診・がん検診Web申込 ID1003230

◆市LINE公式アカウント
友だち登録し、「手続・便利」タブを選択
→「健診・検診申込」から申込み



◆電話 下記申込先へ

◆窓口 健康づくり推進課(元気プラザ内)、浪岡振興部健康福祉課、国保医療年金課、各情報コーナー、各支所

◆はがき・FAX 住所・氏名・生年月日・電話番号・希望日・医療保険の資格情報・希望健診(検診)名・希望会場を記載の上、下記申込先へ

申込み・問合せ先

健康づくり推進課 浪岡振興部健康福祉課
〒030-0962 佃二丁目19-13 〒038-1392 浪岡字稲村101-1
☎017-743-1745 ㊟017-743-6276 ☎0172-62-1114 ㊟0172-62-0023

◎特定健康診査は、加入している医療保険によって受診方法が異なりますので、ご加入の保険窓口へお問合せください。

◎70歳以上のかた(誕生日の翌月から、または1日が誕生日のかたは当月から)、後期高齢者医療制度の被保険者、生活保護受給者、市民税非課税世帯※のかたは、検診が無料になります。 ※市民税非課税世帯のかたは、事前に申請が必要です。

個別健診・検診は指定医療機関で受診できます。直接、医療機関にご予約ください(医療機関によって受診可能な内容は異なりますので、お問合せください)。

市民税非課税世帯のかたは、次のいずれかの提示により検診が無料となります

- ①青森市がん検診等受診料免除チケット※1
受診前に市への申請が必要です。
- ②介護保険料額決定通知書(令和7年度)※2
- ③介護保険料納入通知書(令和7年度)※2
- ④介護保険負担限度額認定証(令和8年7月31日の有効期限)



- ※1…市へ申請をして、免除チケットの交付を受けてください。申請を行うかたは、必ず世帯全員の市民税の申告をしてください。
- ※2…今年度の通知書などが届くまでの間は前年度の通知書などにより確認します。

肺がん検診・結核健診の巡回バス（5月の日程）

65歳以上のかたは、毎年度、結核健診が義務付けられています。

検診日	受付時間	場 所
5/9(金)	8:30～9:00	「道の駅」浅虫温泉 ゆ～さ浅虫 駐車場
	9:30～10:00	久栗坂町民会館前
	10:30～11:00	東陽小学校 地域・学校連携施設前
	11:30～12:00	ほろがけ福祉館前
	13:30～14:30	マエダストア虹ヶ丘店 駐車場
5/27(火)	8:30～9:30	大野市民センター前
	10:00～11:00	シーナシーナ青森店 正面付近
	13:00～14:00	ハッピードラッグ佃店 駐車場(成田本店隣)

対 40歳以上(R7.4/2～R8.4/1に誕生日を迎える年齢)のかた

料 無料 ※必要と認められたかたは喀痰検査が追加
(青森市国民健康保険加入者以外のかたは自己負担金410円)

備 医療保険の資格情報が確認できるもの(マイナ保険証、資格確認書、マイナ保険証と資格情報のお知らせ、受診時点で有効な健康保険証など)を持参の上、当日、直接会場へ

問 健康づくり推進課(☎017-718-2918)
ID1003239



健康診査受診券を発送

40歳以上の青森市国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者のかたに、1年に1回無料で受けられる健康診査の受診券を4/21(月)～28(月)までに郵送します。

3～5月に国民健康保険加入届を出されたかた、または後期高齢者医療に異動されたかたの受診券は、届出の翌月末に発送しますので、到着後に受診してください。

問 国保医療年金課(☎017-773-0181)

医師による不妊専門相談 要予約

時 4/24(木) 13:15～14:00 所 対象者に別途お知らせ 人 2組(申込順) 料 無料
申 問 4/17(木)までに、
あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984／土・日、祝日を除く)へ

認知症の人とともに歩む家族のつどい

認知症の人の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。お話を聞くだけの参加、途中参加・退室も可能です。

時 4/27(日) 13:00～15:00 所 しあわせプラザ
対 認知症の人の介護者など 料 無料 備 当日、直接会場へ
問 (公社)認知症の人と家族の会青森県支部(鷹架 ☎090-2982-1650)

まちなかいきいきサロン

高齢者が身近な場所で生きがいづくりと介護予防に取り組めるよう、気軽に立ち寄れるスーパーなどの場所で、体操やレクリエーションを行います。ぜひお越しください♪

料 無料 備 当日、直接会場へ(30分前～受付)※当日の人数や内容により、満員になり次第受付を終了する場合があります。 問 高齢者支援課(☎017-734-5326)

実施場所	開催日時	内 容
浪岡老人福祉センター (1階 多機能室(大広間))	①4/2(水) ②4/16(水) 10:00～11:00	①笑いながら 頭と体をつかいましょう! ②楽しく体を動かそう!
サンロード青森 (1階 サンホール)	①4/8(火) ②4/22(火) 11:00～12:00	①運動で楽しくリフレッシュ! ②+10分の運動でロコモ予防!
シーナシーナ青森 (1階 フードコート)	①4/9(水) ②4/23(水) 10:30～11:30	①ストレッチと筋トレ ②はじめての運動教室
生協コスモス館 (1階 イートインスペース)	①4/11(金) ②4/21(月) 10:30～11:30	①②無理なく楽しく体力づくり
ラ・セラ東バイパス ショッピングセンター (1階 フードコート)	①4/14(月) ②4/28(月) 10:30～11:30	①運動で心も体もリフレッシュ! ②ちょっと寄り道みんなで体操!
アウガ (1階 駅前スクエア)	①4/17(木) ②4/30(水) 11:00～12:00	①ずっと元気で い体操(いたいぞう!) ②ロコトレでいきいき元気!

地域健康教室 要予約

青森保健生活協同組合では健康長寿のために、地域で健康教室を開催しています。どなたでもご参加できます!

料 無料 申 問 事前に、青森保健生活協同組合(☎017-762-5888)へ

開催日時	場 所	内 容
4/15(火) 14:00～	東部市民センター	健康チェック、セラバンド
4/23(水) 10:00～	横内市民センター	健康チェック、健康体操
4/25(金) 14:00～	東部市民センター	健康チェック、バランスボール

青森市医師会からのお知らせ Vol.9

「いま、スマホの問題を考えよう」

【寄稿】 村上 拓也さん(芙蓉会病院 院長)

自分はスマホに依存していないと誰もが思っています。でも、本当にそうでしょうか。どんな時でもスマホを肌身離さず持ち歩き、スマホを忘れて外出した際には気になって仕方がない。家にいる時はいつもスマホを見ている。家族と会話するよりスマホ。ちょっと、自分を見つめなおしてみましょう。

- X(旧ツイッター)やフェイスブックでほかの人とのやり取りを見逃さないために絶えずチェックしていませんか?
- 思っていたよりも長い時間使ってしまうことはないですか?
- スマホを使っているときに、手首や首の後ろが痛くなることはないですか?
- スマホを使っていない時、スマホのことが頭をよぎりませんか?
- スマホがないと不安になったりイライラすることが、あったりしませんか?
- 周りの人から、「スマホを使いすぎじゃない?」と言われたことはないですか?
- スマホ使用を優先して、予定していた事をしなかった、ということ、今までないですか?
- スマホ使用のため、仕事や勉強になかなか集中できない、ということはないですか?

ちなみにこれらは、スマホ依存の判断基準の一部なんです。“依存”とまではいなくても、ドキッとしたかた、意外と少なくないと思われるます。

今、ここで大事なのは「一度立ち止まって考える(自分をかえりみる)」ことなのです。何か一つでも気付くことがあったとしたら、それは変化の始まりなのですから。

問 青森市医師会(☎017-777-1501)

スポーツ教室 要予約

教室名	開催日時	対象／人員／料金
オカでんアリーナ ☎017-765-6200		
運動塾 申 窓口・電話で受付中	金曜日(月3回) 10:00～12:00	対 介護認定を受けていない 50～70代のかた 料 2,000円
モルック体験会 申 窓口・電話で受付中 ※申込順	4/20(日) 13:00～15:00 4/26(土) 18:00～20:00	対 足し算、引き算ができるかた 人 20人 料 500円
夜のヨガ体験会 申 窓口・電話で受付中 ※申込順	4/19・26(土) ※1時間程度 19:10～女性限定クラス 20:40～男性メインクラス	対 どなたでも※男女ペア のかたは要相談 人 各15人 料 500円
太極拳体験会 申 窓口・電話で受付中 ※申込順	4/18・25(金) 19:00～21:00	対 どなたでも 人 25人 料 500円
弓道実技指導 申 窓口・電話で受付中	5/8(木)・13(火)・15(木) 14:00～16:00 19:00～21:00	対 18歳以上の弓道経験者 人 各回5人まで 料 個人使用料
カーリング感謝DAY 無料体験会 申 4/1(火)～5/8(木)※申込順	5/11(日) 10:00～12:00	対 小学4年生以上 人 32人 料 無料
カーリング感謝DAY シート無料開放 申 4/1(火)～5/8(木)※申込順	5/11(日) 13:00～16:00	備 1団体1シート 1時間まで 料 無料
大進建設スポーツ広場 ☎017-764-5525		
マルチスポーツ体験会 申 4/1(月)～ HP・電話で受付	5月の土曜日(全4回) 10:00～12:00	対 小学1～3年生 料 2,500円
盛運輸サンドーム ☎017-729-3106		
スポーツ体験教室 申 HP・電話で受付中	4/11・25(金) 16:50～18:00(16:30～受付)	対 5歳～小学生 人 15人 料 600円
小学生野球教室 申 HP・電話で受付中	4/3・10(木) 17:00～19:00(16:50～受付) 4/24(木) 18:00～20:00(17:50～受付)	対 小学2～6年生 人 20人 料 500円

市民無料健康講座「かだれ健康塾」

「危険な動脈硬化と脳卒中」
～動脈硬化を正しく知って脳卒中を予防しよう!!～
講師:神一男さん(青森県健康管理士会 会長)

時 4/6(日) 13:00～15:00
所 青森県総合社会教育センター 2階第6研修室
料 無料 備 当日、直接会場へ
問 青森県健康管理士会(会長 神 ☎017-781-9559)



ヘルステックを活用した予防サービス事業 要予約 健康C&C(Check&Challenge)in駅前スクエア

血管年齢測定や握力などの健康・体力チェック、健康相談(予約優先)



時 4/16(水) 10:00～15:00(14:30受付終了) 所 駅前庁舎1階 駅前スクエア
人 50人 料 無料
申 問 前日までに、健康づくり推進課(☎017-718-2942)へ

県病メディコトリムに参加しよう 要予約 ～アフターファイブの健康教室～

県病の医師・看護師・健康運動指導士・管理栄養士が健康づくりをお手伝い。生活習慣を見直したい、運動は何から始めれば良い?などお悩みのかたはぜひ!

時 5/13(火)・27(火) 18:00～20:00 所 県立中央病院
内 体力測定、運動指導、生活習慣改善のお話(医師)、食事のお話(管理栄養士)など
対 高校生以上のかた(医師から運動制限されているかたを除く)
人 20人 料 無料
申 問 5/9(金)12:00までに、県立中央病院 経営企画室
(☎017-726-8402/土・日、祝日を除く10:00～17:00)へ



あおもり健康づくりリーダーと健康チャレンジ！

【申込】健康づくり推進課（☎☎017-718-2912、☎017-718-2942）

市民の健康増進に向け、地域の健康づくりを牽引する「健康づくりリーダー」と一緒に、各地域で開催している講座・イベントに参加しませんか？

＊西部地区体力づくり講座・体力チェック 要予約

時 4/9(水) 10:00～11:30
所 西部市民センター3階
内 ①椅子に座ってできる筋力トレーニング・健康体操
②血管年齢や握力測定などの健康チェック
③健康相談（予約優先）
料 無料
備 汗拭きタオル・飲み物・内履き持参、公共交通機関でお越しください。
申 ③のみ前日までに、☎☎へ



＊中央地区リーダー企画 ロコトレ講座 要予約

時 4/10(木) 10:00～11:30
所 総合福祉センター
内 骨・関節・筋肉などを鍛えてロコモを予防する運動など
人 20人（申込順） 料 無料
備 スポーツタオル・飲み物・内履き持参、動きやすい服装でお越しください。
申 4/1(火)～9(水)に、☎☎へ

＊原別”水芭蕉”ウォーク!! 要予約

原別稻荷神社で”水芭蕉”を觀賞し、地区の石碑やおいしいパン屋さんなどを巡って、原別の魅力再発見！
時 4/18(金) 10:00～12:00
所 東部市民センター集合・解散
内 約5kmのウォーキング
人 15人程度 料 無料
備 小雨決行、飲み物・汗拭きタオル持参、動きやすい服装、公共交通機関でお越しください。
申 4/15(火)までに、☎☎へ
問 あおもり健康づくりリーダー（渋谷 ☎090-4633-7465）

＊清風を感じ・日光を浴び・ウォークの旅！

毎月第2・第4金曜日はウォーキングの日にしよう！
時 4/11(金)・25(金) 10:30～11:30
所 カクヒログループスーパーアリーナ 正面玄関前集合
内 青い森セントラルパーク内「森の散策路(1km)」を周回 ※雨天時はカクヒログループスーパーアリーナ 2階ランニングコースをウォーキング
料 無料 ※雨天時は施設使用料がかかります。
備 飲み物・汗拭きタオル・雨天時は内履き持参、動きやすい服装で、当日、直接会場へ 【協賛】青森県養鶏協会
※10月までにご参加いただいたかたのうち、参加回数の多いかたに「青森たまご」を進呈
問 あおもり健康づくりリーダー（渋谷 ☎090-4633-7465）

＊今年も桜の開花状況を楽しもう！『桜川の桜』ウォーク！

時 4/15(火)・21(月) 13:00～14:00
所 桜川福祉館 玄関前集合・解散（駐車場なし）
内 桜川町会内～駒込川土手の桜を眺めながら約1時間のウォーキング
人 10人程度 料 無料
備 雨天中止、飲み物・汗拭きタオル持参、動きやすい服装、公共交通機関で、当日、直接会場へ
問 あおもり健康づくりリーダー（渋谷 ☎090-4633-7465）

＊三内・西滝地区 体力づくり講座 要予約

時 4/16(水) 10:30～11:45
所 滝内福祉館
内 椅子に座って行う筋力トレーニング・ストレッチなど
人 30人（申込順） 料 無料
備 汗拭きタオル・飲み物持参、動きやすい服装、公共交通機関でお越しください。
申 前日までに、☎☎へ

＊東部市民センター 要予約 体力づくり教室(全6回)

時 4/16(水)、5/21(水)、6/18(水)、7/16(水)、8/20(水)、9/17(水) 13:30～15:00
所 東部市民センター
内 筋力トレーニング・ストレッチ
人 20人（申込順） 料 無料
備 ヨガマット・汗拭きタオル・飲み物持参、動きやすい服装でお越しください。
申 4/15(火)までに、☎☎へ ※全6回分をまとめて申込み

＊春の花岡のんびりウォーキング 要予約

時 4/18(金) 10:00～12:00
所 花岡プラザ集合
内 春の花々を眺めながらみんなでのんびり歩きましょう。
料 100円（保険料など）
備 傘・飲み物・汗拭きタオル持参
申 4/11(金)までに、☎☎へ

＊南部地区「桜咲く幸畑陸軍墓地まで歩こう！」 要予約

時 4/24(木) 9:10～12:00
所 スポーツ広場（駐車場）集合・解散
内 スポーツ広場から幸畑陸軍墓地まで片道約3kmのウォーキング
人 15人程度 料 100円（保険料など）
備 小雨決行・荒天中止、飲み物・汗拭きタオル持参、動きやすい服装でお越しください。
申 4/17(木)までに、☎☎へ

＊中央地区体力づくり講座 要予約

時 4/24(木) 10:00～11:30
所 中央市民センター
内 椅子に座って行う筋力トレーニング・ストレッチなど
人 20人（申込順） 料 無料
備 スポーツタオル・飲み物・内履き持参、動きやすい服装でお越しください。
申 前日までに、☎☎へ

＊三内まちかど かんたん健康チェック

時 4/25(金) 10:00～12:00
所 ユニバース三内店 くつろぎコーナー
内 血圧測定、血管年齢測定、握力測定
料 無料
備 お買い物の際に、気軽にお立ち寄りください。
問 健康づくり推進課 ☎☎

＊リーダーと運動しよう！ 体力づくり講座 要予約

時 ①5/13(火) ②5/20(火) ③5/27(火) 10:00～11:15 【2つまで選択可】
所 元気プラザ
内 ①②椅子に座って行う筋力トレーニング・健康体操
③寝て行う筋力トレーニングなど
人 ①②40人（申込順） ③30人（申込順）
料 無料
備 公共交通機関でお越しください。③はヨガマットまたはバスタオル持参
申 5/12(月)までに、☎☎へ

＊春の健康ウォーキング ～野木和公園を散策しよう！～

時 5/16(金) 10:00～13:00 要予約
所 油川市民センター集合・解散
内 野木和公園に咲く春の花を眺めながら、楽しくウォーキングしましょう！
人 20人（申込順） 料 100円（保険料）
備 汗拭きタオル・飲み物・昼食・帽子持参、動きやすい服装でお越しください。昼食なしの参加も可能です。
申 5/9(金)までに、☎☎へ



急病診療案内

【問】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）
- ◎医療情報ネット



青森市急病センター（☎017-773-6477）

曜日によって診療科目・診療時間が異なります。内科は水曜、小児科は月曜、外科は月・水・金曜が休診となります。休診日に応急処置を希望されるかたは、夜間在宅当番医をご利用になるか、比較的軽いがたはできる限り日中の診療時間内にかかりつけ医などで受診いただきますようお願いいたします。救急医療を必要な人が適切な治療を受けられるよう救急医療施設の適正利用にご理解とご協力をお願いします。

◆診療科目・診療日

	月	火	水	木	金	土	日
内 科	○	○	休	○	○	○	○
小児科	休	○	○	○	○	○	○
外 科	休	○	休	○	休	○	○

※5/3～5、12/29～1/3は内科・小児科・外科を診療

◆診療時間 ※予約不要

月・水・金	19:00～21:00 （受付は20:30まで）
火・木・土・日	19:00～22:00 （受付は21:30まで）
5/3～5、12/29～1/3	

◆夜間在宅当番医など（初期救急・症状の軽い患者に対応）
・内科（毎日）／救急病院紹介または医療情報ネットでご確認ください

＊あおもり救急電話相談（15歳以上）（☎#7119 または ☎017-718-0289）
【毎日】24時間

＊子ども医療でんわ相談（15歳未満）（☎#8000 または ☎017-722-1152）
【月～金】18:00～翌朝8:00 【土】13:00～翌朝8:00 【日・祝】8:00～翌朝8:00

＊夜間のお薬相談（☎090-5849-4348）【毎日】19:00～23:00

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、青森市急病センターや夜間在宅当番医・休日救急歯科で受け付けています。
- ◆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。

時間帯	月～土	日、祝日
日中（日・祝日の歯科は9:00～12:00）	医療施設（診療時間は各診療所に直接ご確認ください。）	休日救急歯科
18:00～8:00	夜間在宅当番医など（救急病院紹介（消防本部）へ問合せ）	
19:00～22:00 （月・水・金は21:00まで）	青森市急病センター （曜日によって診療科目が異なります）	

■休日救急歯科（9:00～12:00） 事前に電話で要予約

診療日	医院名	電話番号	所在地
4/6(日)	江良歯科	017-722-8828	中央一丁目
4/13(日)	おりかさ歯科クリニック	017-761-5533	三好一丁目
4/20(日)	おきだて歯科クリニック	017-766-2322	沖館五丁目
4/27(日)	桜庭歯科医院	017-739-7575	青葉二丁目
4/29(火)	東ミナトヤ歯科医院	017-718-0453	浜館見取

・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。

市からのお知らせ

Hot news of daily life



今年度青森市は様々な節目を迎えます

今年度青森市が迎える主な節目は以下のとおりとなっています。積み重ねてきた歴史に思いを馳せつつ、今後も青森市のまちづくりを着実に進めてまいります。

◆青森開港400年

問 交流推進課(☎017-734-5415)

◆青森空襲80年

問 総務課(☎017-734-5042)

◆旧青森市・旧浪岡町合併20年

問 企画調整課(☎017-734-2247)

◆市営バス発足100年

問 交通部管理課(☎017-726-5459)

◆棟方志功画伯没後50年

問 文化学習活動推進課
(☎017-718-1432)みなとまち・あおもり
誕生400年HP4月27日は
青森市民憲章の制定日

青森市民憲章は、平成17年4月1日の旧青森市と旧浪岡町との合併を機に、郷土あおもりを心から愛し、夢と希望にあふれたしあわせなまちとするため、平成17年4月27日に新たに制定されました。

令和7年で制定20周年を迎えるに当たり、改めて市民憲章をご確認いただき、青森市の将来都市像を皆さんで考えてみませんか。

【青森市民憲章】

わたくしたちは、青い空、青い海、青い森にいだかれ、悠久の歴史と香り高い文化と伝統に満ちた青森市の市民です。

わたくしたちは、郷土あおもりを心から愛し、夢と希望にあふれたしあわせなまちとするためこの憲章を定めます。

- 1 自然をたいせつにし 美しいまちにしましょう
- 1 元気に働き 活気のある豊かなまちにしましょう
- 1 たがいに助け合い あたたかいまちにしましょう
- 1 笑顔でふれあい 明るく平和なまちにしましょう
- 1 楽しく学び いきがいを感じるまちにしましょう

問 市民協働推進課(☎017-734-2324)

4月1日から市役所組織の一部が変わります

問 人事課(☎017-734-5011)

新設 こども未来部

「子育て先進都市」の実現に向け、関係部局と連携の下、こども・若者施策を総合的に企画調整し、強力に推進するため、庁内の司令塔として、新たに「こども未来部」を設置します。

福祉部子育て支援課

保健部

あおもり親子はぐくみプラザ

こども未来部

こども・若者政策課

子育て支援課

あおもり親子はぐくみプラザ

新設 企画部DX推進課

「DX先進都市」の実現に向け、デジタルを活用した住民サービスの利便性の向上、地域課題の解決などに向けた総合的な企画を行うため、企画部に「DX推進課」を設置します。

自治体DX関連業務
(現:総務部情報政策課)スマートシティの推進業務
(現:企画部企画調整課)

企画部DX推進課

これに伴い、情報政策課の課名を「情報管理課」へ変更し、その役割を庁内のシステム基盤整備などに重点化します。

総務部情報政策課

総務部情報管理課

新設 都市整備部都市政策課
都市拠点・市街地整備室

青森操車場跡地への新駅整備に関する検討業務を加速化させるとともに、市街地再開発事業に関する業務の体制強化のため、都市政策課内室として「都市拠点・市街地整備室」を設置します。

都市政策課

都市政策課

都市拠点・市街地整備室

また、「住宅まちづくり課」から、市街地整備に関する業務を都市政策課へ移管することに伴い、課名を「住宅政策課」へ変更します。

住宅まちづくり課

住宅政策課

再編 環境部

脱炭素・循環型社会の実現に向けた地球温暖化対策の推進、鳥獣対策や不法投棄対策といった環境保全対策、ごみの減量化・リサイクル及び廃棄物の適正処理の体制を強化するため、環境部内の組織を再編します。

これに伴い、廃棄物対策課は「環境保全課」へ、清掃管理課は「廃棄物・リサイクル課」へ課名を変更します。

環境部

環境政策課

廃棄物対策課

清掃管理課

環境部

環境政策課

環境保全課

廃棄物・リサイクル課

再編 経済部

産学金官が「共創」により取り組む、青森市のしごと創りに向けた「青森市しごと創造戦略」の推進のため、地元企業の体制強化・GXなど新産業の創出、創業支援などの着実な推進、並びに令和8年度に開催される国スポ・障スポ大会に向けた体制強化のため、経済部内の組織を再編します。

経済部

経済政策課

東京ビジネスセンター

しごと創造課

観光課

交流推進課

地域スポーツ課

国スポ・障スポ大会推進課

経済部

経済政策課

タウンマネジメント推進室

東京事務所

新産業支援課

創業・人づくり推進課

観光課

ねぶたプロモーション室

交流推進課

地域スポーツ課

国スポ・障スポ総務課

国スポ・障スポ競技課

ドア・ツー・ドアで便利に移動！ 浪岡AIデマンド交通をご利用ください

浪岡地区では、事前予約により利用者の要望に応じてドア・ツー・ドアで車両を運行する浪岡AIデマンド交通「のりAI」を運行しています。

◆運行日時《4月から変わります》

月～土曜日8:00～17:00

※日曜、祝日、年末年始（12/31～1/2）は運休

◆運行区域 浪岡地区内全域

◆料金（1人1回片道）

1人利用400円、2人利用300円、3人以上で利用200円

※いき・粋乗車証をお持ちのかたは100円、小学生以下・障がい者手帳をお持ちのかたは無料、浪岡病院利用者は病院が無料券を発行

◆支払方法 現金、クレジットカード、二次元コード決済、電子マネー

◆予約方法

ご利用になる7日前から、午前の便は前日まで、午後の便は当日9:00までに、電話または二次元コードから、
①利用するかたの氏名 ②利用日時 ③乗車人数 ④乗車場所 ⑤降車場所をお知らせください（二次元コードからの予約は、電話番号とメールアドレスも入力）。

・受付時間《4月から変わります》

8:00～17:00 ※日曜、祝日、年末年始（12/31～1/2）を除く

・電話番号 ☎050-3097-3026

◆ご利用の際のお願い

- ・帰りもご利用になる場合は、行きの予約とは別にご予約が必要です。行きの予約の際に帰りの分も一緒に予約してください。
- ・目的地が2か所ある場合は、2か所分の予約が必要となります（料金も2か所分が発生します）。

☎浪岡振興部総務課（☎0172-62-1115）



カラス被害を防ごう

カラスの被害を防ぐため、ご協力をお願いします。

・ごみの出し方を工夫する

カラスのエサとなるごみを減らし、新聞紙で包むなどしてカラスに見えないようにし、収集時間を守ってごみを出しましょう。

・給餌しない

ハトやスズメなどにエサを与えることはカラスが寄り付き、糞害などの被害の原因になるためやめましょう。

・巣を撤去する

カラスは繁殖期（3～7月）になると、人を威嚇、攻撃することがあります。管理する樹木などを点検し、産卵前に巣を撤去しましょう。

・威嚇行動に注意

ひなを守るため近くを通る人を威嚇します。巣立ちに失敗した場合などは、威嚇行動が長期間続くことがあります。その際はご連絡ください。

・追払い機器の貸出し

カラス追払い機器（LEDライト、音響機器）を無料で貸し出しています。詳しくは、お問合せください。

☎環境保全課（☎017-718-0293）

浪岡振興部市民課（☎0172-62-1140）

クマの出没にご注意を

近年、ツキノワグマの出没が増えており、春からはクマが冬眠から目覚め、目撃情報が多発する時期です。

昨年度は、死亡事故を含む人身被害が発生するなど、令和7年1月末現在で120件と**出沒件数が過去最高**となりました。

- ・山菜採りなどで入山の際は、**事前に市HP・SNSなどで出沒情報を確認**し、クマに出会わないように**危険な場所には近づかない**ようにしましょう。（十和田国立公園内の八甲田地区は、①森林法による山菜やキノコを採取するための入山は禁止、②自然公園法による山菜やキノコの採取は禁止されていますので、山菜採りで入山しないでください。）
- ・人里にクマが出沒しないよう、**生ごみなどは屋外に放置せず**、適切に処理しましょう。
- ・クマを目撃した場合は、場所・時間・大きさ・逃走方向などをご連絡ください。

☎環境保全課（☎017-718-0293）

浪岡振興部市民課（☎0172-62-1140） [ID](#) 1002088

春の全国交通安全運動

4/6(日)～15(火)

◆運動の重点

- ①こどもを始めとする歩行者が安全に通行できる道路交通環境の確保と正しい横断方法の実践
- ②歩行者優先意識の徹底とながら運転等の根絶やシートベルト・チャイルドシートの適切な使用の促進
- ③自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守の徹底

交通事故防止のため、子どもの通行量が多い学校や公園周辺、高齢者を見かけたときなどは、徐行運転・一時停止をするなどの思いやりのある運転を心掛けましょう。運転者だけでなく、歩行者、自転車運転者も交通ルールを守り交通事故防止に努めましょう。

☎生活安心課（☎017-734-5258）

春の火災予防運動

4/14(月)～20(日)

「守りたい 未来があるから 火の用心」 全国統一防火標語

空気が乾燥し、火災が発生しやすい時季を迎えるに当たり、春の火災予防運動を実施します。皆さん、火の元には十分注意してください！

◆防災パトロール出動式

春の火災予防運動期間中、火災予防啓発のため防災パトロールを行います。出動式では、9台の消防車両がサイレンを吹鳴し出動します。

☎時 4/14(月) 9:30～9:45

☎所 県観光物産館アスパム前広場



◆火災予防キャンペーン

幼年消防クラブ員によるアトラクションと「火の用心」の呼び掛け、住宅用火災警報器設置交換PRなどを行います。

☎時 4/19(土) 11:00～12:00 ☎所 サンロード青森 サンホール



☎☎消防本部予防課（☎017-775-0853）

春は山火事にご注意を

春は空気が乾燥し、風が強い日も多く、山火事が発生しやすい時期です。たき火やたばこなど、火の取扱いには十分ご注意ください。また、山火事や林野火災などを発見した時は、速やかに119番通報してください。

☎☎農地林務課（☎0172-62-1146）



青森市営霊園・墓園のご案内

市では4か所の霊園と墓園（三内霊園・月見野霊園・八甲田霊園・浪岡墓園）を設置しています。

◆一般墓地区画の申込受付

八甲田霊園の新規区画の使用許可申請は通年で受け付けています。このほか、返還された区画の再提供の申込期間などは、詳細が決まり次第、お知らせします。

◆月見野霊園合葬墓の申込受付

多くの方々の遺骨を合同で埋蔵する月見野霊園合葬墓では、現在遺骨をお持ちのかた、または既に墓地に埋蔵されているなど遺骨を改葬するかたの利用申込を通年で受け付けています。

申込資格など詳しくは、生活安心課、浪岡振興部市民課、各支所などに備付けの合葬墓利用案内または市HPをご覧ください。

☎☎生活安心課（☎017-734-5277）

浪岡振興部市民課（☎0172-62-1140） [ID](#) 1002160

盛土規制法に基づく規制区域(素案)へのご意見を募集します

盛土などに伴う災害から人命を守るため、危険な盛土などを規制する区域を指定する「青森市における宅地造成及び特定盛土等規制法(盛土規制法)に基づく規制区域(素案)」について、皆さんのご意見を募集します。

お寄せいただいたご意見は、内容を検討し、ご意見の概要とそれに対する市の考え方を公表します。個別に回答はしませんのでご了承ください。

◆縦覧・意見募集期間 4/1(火)～30(水)

◆縦覧場所など ※縦覧は閉庁・休館日を除く
本庁舎3階建築指導課・1階ロビー・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階閲覧コーナー／各支所・市民センター／東岳コミュニティセンター／高田教育福祉センター／浪岡中央公民館／市HPに掲載



◆意見を提出できるかた

次のいずれかに該当するかた

- ①市内に住所を有するかた
- ②市内に事務所などを有するかた
- ③市内の事務所などに勤務するかた
- ④市内の学校に在学するかた
- ⑤意見募集事案に利害関係を有する個人・団体など

◆提出方法

氏名・住所(住所が青森市外のかたは、「意見を提出できるかた」のいずれに該当するか)を記入の上、建築指導課へ

- ①Eメール
市HPの「市民参加の広場(わたしの意見提案制度)」から送信
- ②郵送 〒030-8555 青森市役所建築指導課
- ③FAX 017-752-9015
- ④直接持参 ※閉庁日を除く

問 建築指導課(☎017-752-8295)

「松原地区のまちづくりビジョン(案)」に対する意見募集の結果

「松原地区のまちづくりビジョン(案)」について、R6.12/27から1か月間、皆さんのご意見を募集しました。

寄せられたご意見の概要とそれに対する市の考え方、策定したビジョンは、市HPに掲載しているほか、3/31(月)～4/30(水)に、文化学習活動推進課、教育研修センター、市民図書館、市役所各庁舎、各支所・市民センターなどでご覧になれます。

問 文化学習活動推進課(☎017-718-1376) ID1008609

「共同経営・統合新病院に係る基本計画(案)」に対する意見募集の結果

「共同経営・統合新病院に係る基本計画(案)」について、2/18～3/19の期間で、皆さんのご意見を募集しました。

寄せられたご意見の概要とそれに対する市及び県の考え方などは、市HPに掲載するほか、3/31(月)～4/30(水)に、新病院整備推進課、市役所各庁舎、各支所・市民センターなどでご覧になれます。

問 新病院整備推進課(☎017-753-0241)

青森市総合計画冊子縦覧場所のお知らせ

令和6年度に策定した「青森市総合計画」を分かりやすくまとめた冊子を制作しました。4/1(火)から市HPに掲載するほか、市役所各庁舎、市民図書館、各支所・市民センターなどでご覧になれます。

問 企画調整課(☎017-734-5168)



青森市スポーツ広場の愛称は「大進建設スポーツ広場」

青森市スポーツ広場の4/1(火)以降のネーミングライツ・スポンサーが「株式会社大進建設」に決定しました。

愛称は、引き続き「大進建設スポーツ広場」です。

◆契約内容

ネーミングライツ料 450万円(年額150万円)

契約期間 R7.4/1～R10.3/31(3年間)

問 地域スポーツ課(☎017-718-1428)



2025年国民生活基礎調査にご協力を

厚生労働省では、保健・医療・福祉などに関する政策の企画立案の基礎資料とするため、「国民生活基礎調査」を実施しています。

令和2年国勢調査区から、国が無作為に抽出した市内20地区(約1,100世帯)が調査対象となります。

4月下旬から調査員が訪問し、調査票の配布・回収を行いますので、調査へのご協力をお願いします。

◆調査日 6/5(木)

問 保健予防課(☎017-765-5280)

「あおもり出前講座」利用団体募集

職員が皆さんの所へ伺い、市の施策や事業などについて分かりやすくご説明します。

時 相談の上、決定 9:00～12:00、13:00～21:00のうちの概ね2時間以内

所 利用団体でご準備ください。対 概ね5人以上で構成された団体・グループ

備 開催募集案内は市役所各庁舎、各市民センターなどで縦覧可能です。市HPにも掲載しています。申 希望日の3週間前までに、開催申込書を広報広聴課へ

問 広報広聴課(☎017-734-5107) ID1006900

市長と青森市の未来について話ませんか? 「あおもり未来ミーティング」参加企業・団体募集

市長が市内で活動する企業・団体にお伺いし、自由な雰囲気の中で企業・団体の皆さんの声を聴く対話集会です。

時 1回につき概ね60分以内

所 市内の企業・団体の活動場所または市が主催する場合無料で使用できる施設

対 市内に活動拠点を置き、概ね10人程度の参加者が見込まれる企業・団体

※次のいずれかに該当する企業・団体を除く

- ①特定の個人・団体などの利益の推進や誹謗・中傷などを対話の内容として希望する企業・団体
- ②政治・宗教の活動を目的とした企業・団体
- ③公序良俗に反する活動をする、またはそのおそれのある企業・団体
- ④その他事業の趣旨に照らし、開催が適当でないと判断される企業・団体

申 4/1(火)～30(水)に、市HPの専用応募フォームから申込み、または必要事項を記入の上、〒030-8555 青森市役所広報広聴課(☎koho-kocho@city.aomori.aomori.jp)へ

【必要事項】

- ①企業・団体の名称、代表者名、設置目的、主な活動内容
- ②企業・団体の連絡先(所在地、担当者、電話番号、メールアドレス)
- ③参加予定人数
- ④開催希望日時
- ⑤開催場所の名称、所在地
- ⑥テーマ ※テーマ例を市HPに掲載
- ⑦応募動機

※選考の経緯および選定理由に関するお問合せには応じかねます。

問 広報広聴課(☎017-734-5107)

ID1008584



車いすリフト付車両運転 ボランティア募集

車いすを利用している障がいのあるかたが外出などで利用する車いすリフト付車両を運転するボランティアを随時募集しています。

時 月～金曜日8:00～17:00の間の数時間程度
(活動可能な曜日・日付と時間帯を登録)

所 市内

対 自動車二種免許取得者、または自動車一種免許取得者で福祉有償運送運転者講習修了者(講習未受講者はお問合せください)

備 ボランティア内容:車いす車両の運転と車両への乗り降りの介助

申 問 青森市社会福祉協議会(☎017-723-1340)へ

宅地内の水道管漏水調査にご協力を

4月から12月にかけて、委託業者の調査員(「漏水調査員」の腕章着用)が漏水調査を行います。調査箇所は、道路に埋設されている水道管から各家庭の敷地の水道メーターまでです。調査は宅地の中に入って行いますので、ご協力をお願いします。

問 水道部施設課(☎017-777-4255)

水道メーターの取替

4月から10月にかけて、委託業者が敷地内に入り、今年度中に有効期限(8年)を迎える水道メーターを交換します。対象区域のご家庭には、チラシなどで日程をお知らせしますので、ご協力をお願いします。

問 水道部給排水課(☎017-774-1234)

春の地域花いっぱい まちづくり事業活動団体を募集

花植えや花だん管理などを行う団体を募集します。

①募集する活動

街路樹柵や公園・緑地などの花だんへの花植えと管理

②活動団体に対する市の支援

花苗の一部支給、花だんづくりの講師派遣など

申 4/1(火)～16(水)に、申請書類(市HPに掲載、窓口で配付)に必要事項を記入し、公園河川課または浪岡振興部都市整備課へ

問 公園河川課(☎017-752-8334) **ID** 1005921

町(内)会で活動しませんか？

町(内)会に加入して、住みよいまちづくりに参加してみませんか。「どの町(内)会に加入したらいいかわからない…」という場合は、お住まいの地域の町(内)会へご案内しますので、お気軽にお問合せください。



問 【青森地区】市民協働推進課(☎017-734-5231)
青森市町会連合会(☎017-734-2584)

【浪岡地区】浪岡振興部地域づくり振興課 青森市浪岡町内会連合会
(☎0172-62-1147)

障がいのあるかたなどの 自発的な活動を支援します

障がいのあるかたやその家族、地域住民などが実施する、障がいのあるかたの社会参加の促進や障がいへの理解啓発などを目的とした自発的活動を支援します。

◆対象団体 5人以上で構成される団体(障害福祉サービスなどを提供する法人、営利を目的とする団体などは除く)

◆募集期間 4/1(火)～5/30(金)

◆補助金額 補助率2/3以内(限度額5万円)

問 障がい者支援課(☎017-734-2317)

食品関係施設への 衛生指導などを行います

市保健所では、食品の安全を守るため、毎年度「青森市食品衛生監視指導計画」を策定し、食品関係施設への衛生指導や流通食品の検査などを実施しています。計画は4/1(火)以降に、市HPや市保健所別館1階生活衛生課、市役所各庁舎をご覧ください。



問 生活衛生課(☎017-765-5293)

ID 1002126

市民活動活性化事業補助金の 対象事業を募集

市民活動団体が自ら行う地域課題の解決や、地域の人材づくりの活動を支援します。詳しくは、市HPをご覧ください。

◆募集期間 4/1(火)～25(金)

◆対象団体 市内に事務所があり、構成員が5人以上のNPO法人、ボランティア団体など(町会・町内会などの地域コミュニティまたは政治、宗教、選挙活動などを目的とする団体は除く)

◆対象事業 地域課題の解決を図るための公益的な市民活動を活性化する取組として主に市内で行う事業(1年度1団体1事業まで ※同一対象団体の同一対象事業の補助金の交付は3回まで)

◆補助金額 補助率2/3以内(限度額30万円)

◆申請受付 市民協働推進課

問 市民協働推進課(☎017-734-5231) **ID** 1006049

下水道などの未整備区域への 合併処理浄化槽設置を補助

単独処理浄化槽やくみ取り便所から合併処理浄化槽への転換設置を行う場合、その費用の一部を補助します。

◆対象区域 下水道や農業集落排水施設が整備されていない区域

※対象区域と指定区域については、事前にお問合せください。

◆補助限度額

- ・5人槽 39万円(指定区域45万8千円)
- ・6～7人槽 47万4千円(指定区域55万8千円)
- ・8～10人槽 66万円(指定区域77万2千円)

◆指定区域 浅虫地区、野内地区、矢田地区、戸山地区、横内地区、浜館地区、虹ヶ丘地区、駒込地区、野尻地区、四ツ石地区、新町野地区、荒川地区、合子沢地区、蛭沢地区、幸畑地区、大矢沢地区、野木地区、柳川地区、安方地区、青柳地区、第二間屋町地区、八ツ役地区、安田地区、羽白地区、新城地区、石江地区、油川地区、新田地区、沖館地区、三内地区、大釈迦地区、杉沢地区、浪岡平野地区、浪岡川合地区(各地区の一部)

※着工前に申請が必要です。

※補助基数には限りがあります。

問 廃棄物・リサイクル課(☎017-718-1162)

農地について必要な手続きを行きましょう

農地を耕作目的で売買や賃貸借などする場合は、事前に農業委員会の許可が必要です。また、農地を建物敷地などに転用する場合は、事前に県知事の許可(市街化区域の場合は農業委員会への届出)が必要です。

許可などを受けずに行うと農地法違反となり、3年以下の懲役または300万円以下の罰金が科せられ、さらに、転用の場合は原状回復命令などの措置がとられますので、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)

農業委員会事務局分室(☎0172-62-1148)



確認できます！ 令和7年度固定資産税の課税内容

令和7年度の固定資産の価格（評価額）を確認していただくため、土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧と固定資産課税（補充）台帳の閲覧ができます。

◆縦覧場所

- 資産税課
- 浪岡振興部納税支援課

◆持参するもの

- 身分証明書（公官署発行の顔写真付のものは1種類、それ以外のものは2種類以上）

※その他は次の表をご覧ください。

	土地・家屋価格等縦覧帳簿	固定資産課税（補充）台帳
内容	- 納税者の土地・家屋の価格と、他の土地・家屋の価格を比較し、適正であるかを確認できます。 - 制度の趣旨から外れる場合は縦覧をお断りすることがあります。	納税義務者が所有する土地・家屋・償却資産の課税内容を確認できます。
期間	・4/1（火）～30（水） ※土・日、祝日を除く	・4/1から通年 ※土・日、祝日を除く
対象	- 納税者（固定資産税納税通知書が送られているかた） - その同一世帯の親族、納税管理人、委任を受けたかた（納税者からの委任状が必要）	- 納税義務者（固定資産を所有しているかた） - その同一世帯の親族、借地人・借家人（賃貸借契約書など権利関係を確認できる書類が必要） - 賦課期日（1月1日）後の所有者（所有者であることが確認できる書類が必要） - 納税管理人、破産管財人（裁判所からの選任書が必要） - 委任を受けたかた（納税義務者からの委任状が必要）
料金	無料	無料 ※5/1（木）からは1件400円

令和7年度分の固定資産税納税通知書は4月中旬に郵送します。
納税通知書が届きましたら、土地・家屋の現況と異なっていないか、必ず課税明細書をご確認ください。

- 昨年、取り壊した物置が課税されている。
- 新築した車庫が課税されていない。
- 住宅用地特例の軽減が入っていない。など

◆固定資産税の納付

第1期分の納期限は、4/30（水）です。

納付書に印字されている地方税統一QRコードを読み取ることで、クレジットカードやスマートフォン決済アプリなどで納付することができます。詳しくは、地方税お支払サイトをご覧ください。

問 資産税課（☎017-734-5200）
浪岡振興部納税支援課（☎0172-62-1186）



地方税お支払サイト

法人市民税の減免申請

収益事業を行っていない、次のいずれかに該当する法人は、法人市民税が減免されます。4/30（水）までに、法人市民税減免申請書、均等割申告書、決算書、その他関係資料を提出してください。

- 公益社団法人・公益財団法人
- 地方自治法第260条の2第1項の認可を受けた地縁による団体
- 特定非営利活動促進法第2条第2項に規定する法人

問 市民税課（☎017-734-5192）

市税などの納期限

今月分として納めていただく市税などの納期限は、次のとおりです。

※口座振替の場合、納期限が引き落とし日

◆4/30（水）納期限

- ①固定資産税 第1期分
- ②児童保育負担金（保育料） 第1期（4月）分
- ③市営住宅使用料 4月分
- ④市営住宅駐車場使用料 4月分
- ⑤放課後児童会負担金 4月分

◆5/12（月）納期限

- ⑥市・県民税（給与特別徴収分） 4月分

問 ①②⑤⑥納税支援課（☎017-734-5209）
③④住宅政策課（☎017-734-5572）



スマートフォンアプリによる 国民年金保険料の納付

国民年金保険料については、現金、口座振替、クレジットカード、Pay-easyなどによる納付方法に加えて、スマートフォンアプリを使用した電子（キャッシュレス）決済での納付が可能です。

対応する決済アプリをダウンロードし、端末のカメラ機能で納付書に印字されたバーコードを読み取ることで、その場で納付することができます。対象決済アプリなど詳しくは、日本年金機構のHPをご覧ください。

問 国保医療年金課（☎017-734-5352）
浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1153）
青森年金事務所国民年金課（☎017-734-7495）



お困りごと相談窓口 無料

4月の市民相談

予約不要

所 問 市民なんでも相談室（駅前庁舎1階）
（☎017-734-5249）

【一般相談】

●市民なんでも相談室

時 月～金曜日（祝日を除く）
8:15～18:30 ※来庁または電話で受付

【特別・専門相談】※各相談10人程度

●人権相談

時 7（月）・21（月）10:00～15:00

●行政相談

時 3（木）・10（木）・17（木）・24（木）
10:00～15:00

●司法書士相談

時 7（月）・15（火）10:00～14:00

●不動産相談

時 3（木）・10（木）・17（木）・24（木）
10:00～15:00

●不動産鑑定士相談

時 22（火）13:00～15:00

●土地家屋調査士相談

時 7（月）10:00～14:00

●行政書士相談

時 11（金）・18（金）・25（金）
10:00～15:00

要予約

●法律相談

時 ①14（月）、②28（月）13:00～15:00
人 各5人（申込順）

申 事前に、
生活安心課（☎017-734-5250）へ
①は1（火）から、②は15（火）から
受付（8:30～）
※相談は、1回まで（1人20分間）

浪岡地区

人権相談・行政相談

時 4/3（木）・17（木）9:00～15:00

所 浪岡総合保健福祉センター

問 浪岡振興部健康福祉課
（☎0172-62-1113）

「不動産鑑定評価の日」 不動産無料相談会

4/1 の「不動産鑑定評価の日」にちなみ、土地の評価などに関する相談会を開催します。

時 4/10（木）13:30～15:30

所 男女共同参画プラザ「カダール」研修室
備 当日、直接会場へ

問 （公社）青森県不動産鑑定士協会
（☎017-752-0840）

女性のための 専門相談 要予約

◆法律に関する問題に、 女性弁護士がアドバイスします。

時 4/15（火）13:00～15:00

所 アピオあおもり 人 3人（申込順）

備 相談時間は30分。申込時に相談内容をお知らせください。

申 問 4/10（木）までに、
県男女共同参画センター相談室
（☎017-732-1022／水曜日を除く
9:00～16:00）へ

◆こころの悩みに、 女性公認心理師が応じます。

時 4/17（木）13:00～15:00

所 アピオあおもり 人 2人（申込順）

備 相談時間は50分。申込時に相談内容をお知らせください。

申 問 4/15（火）までに、
県男女共同参画センター相談室
（☎017-732-1022／水曜日を
除く9:00～16:00）へ

市税などの 平日夜間及び休日納付相談

平日夜間納付相談

【青森地区】

時 4/15（火）～17（木）・21（月）～24（木）・30（水）20:00まで

所 問 納税支援課
（☎017-734-5209）

【浪岡地区】

時 4/24（木）・25（金）・28（月）・
30（水）20:00まで

所 問 浪岡振興部納税支援課
（☎0172-62-1141）

休日納付相談

【青森地区のみ】

時 4/5（土）・6（日）9:30～17:00

所 問 納税支援課
（☎017-734-5209）

ひとり親家庭などの 無料法律相談 要予約

離婚・養育費などの相談に弁護士がお応えします。

時 5/1（木）13:00～15:00

所 子育て支援課

人 4人（申込順） 備 相談時間は30分。
申込時に相談内容をお知らせください。

申 問 4/25（金）までに、ひとり親家庭
等就業・自立支援センター
（☎017-734-5817）へ

暮らしの情報

Living Information



青森開港400年記念 来たれ!名人戦招致応援 プロ棋士指導対局会・将棋入門教室

佐藤康光九段と行方尚史九段ほか
プロ棋士を招いて指導対局会を開
催。また、青森県将棋連盟師範による
将棋入門教室を開催します。

時 4/5(土) 15:00~17:30
所 東奥日報新町ビル
料 男性1,000円、女性・大学生以下無料
問 日本将棋連盟 青森支部(☎017-775-7744)



企画展 「津軽こぎん刺しの世界 -間山淑子作品展-」

こぎん刺し講師の間山淑子さんの作品(タペストリー、
バックなど)を約100点展示します。間山さんはこぎん刺
しの伝統技術を受け継ぎ、現代アートとして発展させた作
品を多数制作し、国内外で高く評価を受けています。その
作品は「青森県民手帳」の津軽こぎん刺しの表紙デザイン
としても親しまれています。古作こぎん刺し着物(青森県
指定有形民俗文化財「青森の刺しこ着」)の展示とともに、
現代こぎん刺しの世界をぜひお楽しみください。



時 4/25(金)~6/22(日) 9:00~17:00 所 あおもり北のまほろば歴史館
料 一般310円、高校生・大学生160円、中学生以下・70歳以上は無料
備 資料:間山淑子さん所蔵、青森市教育委員会所蔵
問 あおもり北のまほろば歴史館(☎017-763-5519)

＊ワークショップ 「こぎん刺しのテーブルセンター」 要予約

好きな色の糸を選んで、テーブルセンターを作ります。
講師:間山淑子さん・山本ふみ子さん・三浦映美子さん



時 5/25(日) 10:00~12:00 所 あおもり北のまほろば歴史館
対 一度でもこぎん刺しの経験のあるかた
人 12人(申込順) 料 1,500円(材料・針・図案込み)
申 問 4/25(金) 9:00~、あおもり北のまほろば歴史館(☎017-763-5519)へ

＊ギャラリートーク 「津軽こぎん刺し-現代アートとして-」 要予約

企画展を間山淑子さんとともに巡り、作品の見どころや60年以上にわたるこぎん刺し制作活動についてお聞きします。

時 6/15(日) 10:00~11:30 所 あおもり北のまほろば歴史館 人 15人(申込順)
申 問 4/25(金) 9:00~、あおもり北のまほろば歴史館(☎017-763-5519)へ

2025 あおもり桜マラソン交通規制のお知らせ

大会を安全に運営するためにご理解とご協力をお願いします



問 あおもり桜マラソンお問合せ窓口(☎017-718-7377)
あおもり桜マラソン実行委員会事務局(地域スポーツ課内 ☎017-718-1431)
※いずれも月~金9:00~17:00

あおもり桜マラソンの
情報はこちらから!!



青森市の 地元スポーツチームを応援しよう!

青森ワッツ(バスケットボール)

2026-27シーズンから始まる「B.LEAGUE ONE」初年度参入に向けて、ラストスパート!カクヒログループスーパーアリーナでの試合を残すのみです!今シーズンのホームゲームは残り4試合!

応援に来てくださる皆さんの声援が選手の力となり、後押しとなります。最終戦まで満員の会場でチームを応援しましょう。引き続き熱い応援よろしくお願いします!



今後のホームゲーム日程

第30節 vsアルティエリ千葉

時 4/5(土)・6(日) 15:05 TIPOFF 所 カクヒログループスーパーアリーナ

第32節(シーズン最終節) vs福島ファイヤーボンズ

時 4/19(土)・20(日) 15:05 TIPOFF 所 カクヒログループスーパーアリーナ



チームの情報はこちらから



X



LINE



公式サイト

問 青森スポーツクリエーション株式会社
(☎017-763-0551)

4月は両チーム同日開催!!

4/6(日)と4/20(日)は、青森ワッツとラインメール青森FCの試合が同日開催!!どちらかのチームのチケットで、両日・両チームの試合観戦が可能です!詳しくはチームの公式ウェブサイトをチェック!!

ラインメール青森(サッカー)

4/6 ホーム開幕戦!

いよいよホームでの試合が始まります。相手は昨季までJリーグで戦っていた「いわてグルージャ盛岡」との東北ダービー。絶対に負けられない戦いが「カクスタ」にある!!皆さんの応援でチームを勢い付けましょう!

Jリーグ昇格には、1試合平均入場者数**2,000人**を達成する必要があります。勝利だけでは、昇格できません!たくさんのイベントを用意していますので、皆さんお誘い合わせの上スタジアムにお越しください。



4月のホーム戦情報

今シーズンよりJFL参入の盛岡と対戦!

元日本代表などタレント揃いの盛岡を、ホームで迎え撃ちます

vsいわてグルージャ盛岡

時 4/6(日) 13:00 KICK OFF 所 カクヒログループアスレチックスタジアム

ホーム2戦目もカクスタで開催!開幕戦の勢いそのまま、4月はラインメールのホーム戦で熱く盛り上がりましょう!

vsミネベアミツミFC

時 4/20(日) 13:00 KICK OFF 所 カクヒログループアスレチックスタジアム



X



Instagram



公式サイト

問 ラインメール青森フットボールクラブ
(☎017-729-0411)

問 地域スポーツ課(☎017-718-1431)

中央卸売市場「水産の朝市!」開催

今年最初の開催!新鮮な水産物の一般販売!19日は振る舞い「くじら汁(予定/数量限定8:00~)」もお楽しみに♪ご来場お待ちしております。

時 4/5(土)・19(土) 7:00~9:00

所 中央卸売市場 水産棟仲卸売場

問 中央卸売市場管理課(☎017-738-1101)



韓国文化サロン「オツンドツン」

国際交流員のぺさんと、言葉や文化などについて、日本語・韓国語でカジュアルに話しませんか。

第2水曜日 中・上級者(韓国語で話したいかた)向け

第4水曜日 韓国語初心者向け



時 R8.3月までの毎月第2・4水曜日 18:30~19:30

所 本庁舎1階 ロビー 対 高校生以上のかた

備 参加したい日に直接会場へ

開催日の変更などは、市HPを確認するか、お問合せください。

問 交流推進課(☎017-734-5235) 問 1005498

令和7年度韓国語講座(1年生募集) 要予約

韓国との交流人材養成を目指した講座で、基礎編から3年間学びます。詳しくは、あおもりコリアネットHPをご覧ください。

時 4/14(月)~R8.2月の月曜日(月2回程度/全20回) 18:30~20:00

所 市内会議室(申込時にお知らせ)

人 20人(申込順)

料 前期10回(4~8月)、後期10回(10~2月)各10,000円(学生は半額)

備 指定テキスト(税込2,310円)を持参

申 事前に、あおもりコリアネット事務局(☎a_hanguls@yahoo.co.jp)へ

問 NPO法人あおもりコリアネット(事務局 ☎080-6006-6500)



あおもり
コリアネットHP

2025年度 要予約

韓国語及び韓国料理講座受講生募集

①入門クラス…第1・3水曜日 16:30~17:50 初回4/16(水)

②初級クラス…第2・4火曜日 15:00~16:20 } 初回4/8(火)

③中級クラス…第2・4火曜日 17:10~18:30 } 初回4/8(火)

④中級クラス1…第1・3火曜日 16:30~17:50 } 初回4/15(火)

⑤会話クラス…第1・3火曜日 18:10~19:30 } 初回4/15(火)

⑥韓国料理1…6/20(金) 16:00~18:00

⑦韓国料理2…10/24(金) 16:00~18:00

※①~⑤前期・後期各7回

所 青森韓国学院(長島三丁目18-6 韓国会館3階)

人 10~30人(申込順)(10人未満の場合は、中止の可能性あり)

料 ①前期各回500円、①後期②~⑤各回1,000円、

⑥⑦各回1,000円(料理材料費含む)

申 問 4/4(金)までに、

青森韓国学院(☎017-776-3317/10:00~18:00 ※土曜日10:30~13:00

☎017-777-9938、☎kimyoungsoon2020@gmail.com)へ

市民一掃きデー

青森市ごみ問題対策市民会議では、公園や道路に捨てられている空き缶・たばこの吸殻・紙くずなどを拾う「市民一掃きデー」を行っています。子どもたちの環境を大切にすることを育む良い機会です。ぜひ、ご家族そろってご参加ください。参加者全員にりんごジュースをプレゼント♪

時 4/12(土)9:30から1時間程度

※雨天中止

所 合浦公園

備 清掃用具一式は当日貸出し

問 廃棄物・リサイクル課

(☎017-718-1179)

浅虫海浜公園大掃除 ボランティア募集

参加者には「浅虫温泉の素」をプレゼント♪

時 4/19(土)10:00~

所 サンセットビーチあさむし管理棟前

備 悪天候の場合4/20(日)に延期

問 (一社)浅虫温泉観光協会

(☎017-752-3250)

初心者向け

菊づくり講習会 要予約

大輪菊の3本仕立てについて、土づくりや挿し芽などの基本的な育て方・季節毎の手入れ方法など(全2回、6月に2回目の講座を予定)

講師:青森菊花研究会

時 4/20(日)13:30~15:00

所 柳川庁舎2階大会議室 人 10人

申 問 4/16(水)までに、氏名・電話番号を、公園河川課(☎017-752-8334)へ

緑花相談を実施します

緑花相談員が園芸に関する様々な相談にお応えします。5~10月の第4木曜日のほか、緑と花の市の開催の際にも実施します。

お越しの際は、相談したい植物の実物(枝や葉など)、または写真をお持ちください。

時 5/22(木)、6/26(木)、7/24(木)、8/28(木)、9/25(木)、10/23(木) 10:00~15:00

所 合浦公園管理所

問 公園河川課(☎017-752-8334)

森林博物館のイベント

☎ 森林博物館(〒038-0012 柳川二丁目4-37、☎017-766-7800、
☎ 017-766-7803、✉ info@aomori-shi.shinrinhakubutsukan.jp)

企画展 「浅虫夏泊県立自然公園生き物写真展」

BLUE PEACE AOMORI(代表:太田 アポスト ミハイ フロリンさん)の浅虫夏泊県立自然公園内の大島の清掃活動への思いと楢引英雄さん(森林博物館ボランティア解説員)の植物を主とした生き物たちの写真・動画を展示します。

時 4/20(日)～6/22(日)9:00～17:00 所 森林博物館
料 一般250円、高校生・大学生130円、中学生以下・70歳以上は無料

＊ 講演会 要予約

ミハイさんの浅虫夏泊県立自然公園内の大島の清掃活動への思いを語ります。

時 4/20(日)13:00～14:00 所 森林博物館
申 4/16(水)までに、イベント名・住所・氏名・年齢・電話番号を、はがき・Eメール・FAXで申込み ※申込後の連絡はありませんので、直接会場へ



＊ 無人島夏泊半島大島トレッキング 要予約

ミハイさんのガイドで大島灯台までトレッキングします。

時 4/27(日)10:00～11:30
所 浅虫夏泊県立自然公園 オーシャンブルー夏泊崎公衆トイレ前集合
備 トレッキングシューズまたは長靴・飲み物・雨具・筆記用具持参
申 4/21(月)までに、イベント名・住所・氏名・年齢・電話番号を、はがき・Eメール・FAXで申込み ※申込後の連絡はありませんので、直接集合場所へ

＊ 野木和公園樹木観察会 要予約

講師:古川勝也さん(青森森林インストラクター会)

時 4/29(火)9:50～12:00終了予定 所 野木和公園駐車場集合
備 長靴・ルーペ・飲み物・雨具・筆記用具持参
申 4/26(土)までに、イベント名・住所・氏名・年齢・電話番号を、はがき・Eメール・FAXで申込み ※申込後の連絡はありませんので、直接集合場所へ

＊ 自然森林教室 新緑の白神「十二湖トレッキング」 要予約

青森森林インストラクター会の案内で春の花を楽しみながら散策します。

時 5/11(日) 8:00森林博物館出発(7:30～受付)～17:00帰着予定
所 深浦町(白神山地内) 人 40人(抽選) 料 5,000円
備 トレッキングシューズまたは長靴・昼食・飲み物・雨具・筆記用具持参
申 4/23(水)必着で、イベント名・住所・氏名・年齢・電話番号を、往復はがき(1枚2人まで)で申込み

あおもり 要予約

歴史トリビアを読む会

【テーマ】

県都青森誕生をめぐる新史料

講師:工藤大輔(歴史資料室長)

時 4/16(水) ①14:00～15:00
②18:30～19:30 ※①②同内容
所 市民図書館 8階会議室2
人 各回20人
申 閏4/1(火)から、歴史資料室
(☎017-732-5271/月～金9:00～17:00受付)へ

山菜料理講座 要予約

講師:米坂恵子さん

時 5/3(土)10:00～13:00
所 浪岡細野山の家
内 採取した山菜を使い、調理・保存方法について学びます。
人 10人(申込順) 料 1,000円
備 エプロン持参
申 閏4/21(月)～27(日)に、浪岡細野山の家(☎0172-62-3129)へ

サイトウパピコ 要予約

ドットアート教室(初級編)

専用ツールを使って基本の点描や色使いを学び、作品製作が体験できます。花岡プラザでは、4/27までサイトウパピコさんの作品を展示中。作品をご覧になって、ドットアートを始めてみませんか。

時 4/27(日)10:30～12:00
所 花岡プラザ1階市民交流室
人 6人 料 500円
申 閏4/15(火)までに、健康の森花岡プラザ(☎0172-55-6363)へ

アフタヌーン・コンサート

『M's(えむず)エンジョイ!パワーコーラス』

出演:M's(えむず)

時 4/19(土)14:00～15:30
所 中世の館ホール 人 396人
料 大人300円、高校生以下無料
閏 中世の館(☎0172-62-1020)

アコール階段ギャラリー 「こどもを性暴力から守るために、 私たちができること」パネル展

4月は「若年層の性暴力被害予防月間」です。入学や就職などに伴い、若年層の生活環境が大きく変わり、被害に遭うリスクが高まる時期です。若者を取り巻く性暴力被害の現状や、相談先も紹介します。

時 4/4(金)～25(金)9:00～18:00
※4/13(日)休館
所 働く女性の家「アコール」
階段壁面・1階ロビー
閏 働く女性の家「アコール」
(☎017-723-1700)

アコール映画鑑賞会 「おくりびと」 要予約

第81回米国アカデミー賞(外国語映画賞部門)受賞。納棺師の見習いとして働きだした大悟。そこには、様々な人の様々な境遇のお別れが待っていた。愛することと生きることを紡ぎだす異色の感動作。出演:本木雅弘、広末涼子、山崎努(2008年/131分/日本)

時 4/21(月) ①10:00～12:20
②13:30～15:50
所 働く女性の家「アコール」会議室
人 各回30人(申込順)
申 閏4/3(木)9:00～、氏名・電話番号・希望時間(①②)を、働く女性の家「アコール」(☎017-723-1700、✉ acor-kouza@kadar-acor.jp)へ
※Eメールは件名に「映画」と記載

第37回夜桜まつり

「桜のトンネル」で有名な桜川通りを会場に、「夜桜まつり」を開催!恒例の「名物花さかじいさん」をはじめ、棒パンやわたあめなど地域住民による露店が多数出店♪ぜひお越しください!

時 4/19(土)16:00～20:00
所 桜川通り(桜川二丁目～四丁目)
閏 桜川商店会
(佐々木 ☎017-741-3577)



青い森 ネイチャーガイド協会 八甲田ゴードラインの ガイド募集

6～10月に八甲田ロープウェー山頂駅周辺で訪れたかたへの自然と草花のガイドを行います。

対 山岳観光が好きなかた
申 閏4/1(火)～30(水)9:00～16:00に、〒030-0943 幸畑阿部野163-4 青森市八甲田山雪中行軍遭難資料館内 青い森ネイチャーガイド協会(☎080-3338-1585、☎ 017-728-7063)へ

カダールなんでも座談会

その日に集まったメンバーで「これって私だけ?こんな時どうしてる?」など悩みや疑問について気軽に話してみませんか。聴くだけでもOKです!

時 4/18(金)10:00～11:30
所 男女共同参画プラザ「カダール」
企画ワーク室2
対 どなたでも 人 10人(当日先着順)
閏 男女共同参画プラザ「カダール」
(☎017-776-8800)

カダール映画の日2025 vol.1 「コーダ」あいのうた 無料上映会 要予約

両親と兄の4人家族の中で一人だけ耳が聞こえる主人公ルビー。陽気で優しい家族のために幼いころから「通訳」係だった少女の最高にイカした歌声が、世界の色を塗り替え、やがて家族の夢となっていく。(2021年/112分/アメリカ、フランス、カナダ合作/PG-12指定)

時 4/23(水) ①10:30～12:25
②13:30～15:25 ③18:30～20:25
所 男女共同参画プラザ「カダール」
AV多機能ホール
人 各回150人
申 閏 事前に、氏名・電話番号・希望時間(①～③)を、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
※Eメールは件名に「映画の日」と記入

青森VIVID!!～LGBTQ+ ユースが集う場所～

同性が好き、からだと心の性別が違う…。LGBTQ+当事者や当事者かもしれないメンバー同士、おしゃべりやゲームなどで交流しながら安心して過ごせる場所です。

時 4/27(日)14:00～17:00
所 男女共同参画プラザ「カダール」
企画ワーク室2
対 中学生～23歳のLGBTQ+当事者
当事者かもしれないかた
人 10人(当日先着順)
備 共催:(一社)にじいろほっかいどう
友人、家族、見学の参加はご遠慮ください。
閏 男女共同参画プラザ「カダール」
(☎017-776-8800)

「裁判所見学ツアー」 参加者募集 要予約

青森地方・家庭裁判所では、憲法週間記念行事として裁判所見学ツアーを開催します。法廷や調停室などの施設見学のほか、裁判所の役割や裁判手続についてご紹介。皆様のご参加をお待ちしています。

時 5/15(木)
10:15～12:00(10:00～受付)
13:30～15:15(13:15～受付)
所 青森地方・家庭裁判所
人 各12人(申込順)
申 閏4/8(火)9:00～、
参加申込み用フォーム
または、青森地方裁判所事務局総務課庶務係(☎017-722-5421/土・日、祝日を除く9:00～16:30)へ



令和7年度さわやか趣味講座受講者募集

- 対** 市内在住の60歳以上のかた
- 料** 無料(講座により、教材費、傷害保険料などの負担あり)
- 備** ・申込みは1人につき1講座(申込者多数の場合は抽選)、受講決定は後日郵送で通知
- ・代理人による申込みも可能(ただし、申込書に受講者本人の住所・氏名・生年月日・電話番号などを記入し提出)
 - ・松・竹・梅とA・Bは、技術や経験年数などで区別しているものではありません。
- 所** 青森市総合福祉センター(☎017-722-4517)

講座名	講座日程	人員	申込み
①コーラス	5〜10月の月曜日 10:00〜12:00(全10回)	50人	4/7(月) 9:30 ↓ 12:00に、 直接、 総合福祉 センターへ
②社交ダンス(B)	5〜10月の月曜日 13:30〜15:30(全10回)	30人	
③和紙ちぎり絵	5〜10月の月曜日 13:00〜15:00(全10回)	20人	
④華道	5〜12月の火曜日 13:30〜15:00(全10回)	20人	
⑤川柳	5〜10月の木曜日 13:00〜15:00(全10回)	18人	
⑥絵画	5〜10月の木曜日 13:00〜15:00(全10回)	20人	
⑦民謡(おどり)	5〜10月の木曜日 10:00〜11:30(全10回)	20人	
⑧健康体操(松)	5〜10月の金曜日 10:00〜11:30(全10回)	30人	
⑨書道	5〜10月の金曜日 13:00〜15:00(全10回)	30人	
⑩社交ダンス(A)	5〜11月の月曜日 10:00〜12:00(全10回)	30人	
⑪ヨガ(A)	5〜11月の月曜日 13:30〜15:00(全10回)	30人	4/9(水) 9:30 ↓ 12:00に、 直接、 総合福祉 センターへ
⑫健康体操(竹)	5〜10月の水曜日 10:00〜11:30(全10回)	30人	
⑬短歌	5〜10月の水曜日 13:00〜15:00(全10回)	20人	
⑭七宝焼	5〜11月の木曜日 10:00〜12:00(全10回)	20人	
⑮レザークラフト	5〜10月の木曜日 10:00〜12:00(全10回)	20人	
⑯版画	5〜10月の土曜日 10:00〜12:00(全10回)	20人	
⑰園芸	5〜10月の土曜日 13:00〜15:00(全10回)	20人	
⑱新舞踊	5〜10月の水曜日 13:00〜15:00(全10回)	20人	
⑲太極拳	5〜10月の水曜日 13:30〜15:00(全10回)	30人	
⑳料理	5〜12月の木曜日 10:00〜12:30(全7回)	16人	
㉑俳句	5〜12月の木曜日 13:00〜15:00(全10回)	25人	4/11(金) 9:30 ↓ 12:00に、 直接、 総合福祉 センターへ
㉒ヨガ(B)	5〜10月の水曜日 10:00〜11:30(全10回)	30人	
㉓陶芸(松)	5〜11月の火曜日 10:00〜12:00(全13回)	16人	
㉔陶芸(竹)	5〜11月の金曜日 13:00〜15:00(全13回)	16人	
㉕陶芸(梅)	5〜11月の金曜日 10:00〜12:00(全13回)	16人	

映画『医師 中村哲の仕事・働くということ』上映会 要予約

中村哲医師の活動から、”働く”とは何か、”仕事”とは何か、そして”平和”を考えます。

- 時** 4/13(日) ①10:30〜12:00 ②14:00〜15:30 **所** 男女共同参画プラザ「カダール」AV多機能ホール **入** 各300人 **料** 1,000円、学生500円、障がい者・高校生以下無料
- 申** 氏名・電話番号・希望時間(①②)をワークズコープ青森事業所(☎017-718-4073、📠017-735-4040、📧aomori@roukyou.gr.jp)へ

第19回津軽三味線 日本一決定戦

全国から参加する津軽三味線奏者が日本一、男女別の上級者、中級者、初級者、ジュニア、シニア、団体の各部門に分かれて競い合います。

- 時** 5/3(土)・4(日) 10:00〜(9:30〜開場) **所** リンクステーションホール青森
- 問** 津軽三味線日本一決定戦実行委員会事務局(☎090-7525-6047)

手話・点訳奉仕員養成講座／手話通訳者養成研修 要予約

- ①**手話奉仕員養成講座**
- 時** 5/20(火)〜R8.3月の火曜日(全41回) 13:00〜15:00 **入** 30人(抽選)
- 料** 4,290円(教材費)、別途動画サイト視聴料1,760円
- ※テキストと動画視聴をセットで使用、視聴可能なインターネット環境必要
- ②**点訳奉仕員養成講座**
- 時** 6/7(土)〜11月の土曜日(全12回) 10:00〜12:00 **入** 30人(抽選)
- 料** 2,200円程度(テキスト・点字器)
- ③**手話通訳者養成研修【通訳I】**
- 時** 5/20(火)〜10月の火曜日(全20回) 10:00〜14:00
- 1日2講座、内容によって時間変更あり **入** 16人(抽選)
- 料** 3,080円(実技テキスト)、1,980円(講義テキスト改訂版)

- 所** 青森市総合福祉センター
- 申** ①は4/22(火)必着 ②は5/10(土)必着で、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・希望の講座名・テキストの有無(②のみ)を記入し〒030-0822 中央三丁目16-1 総合福祉センターへ
- ③は4/29(火)必着で、申込書(総合福祉センター・障がい者支援課備付け)を総合福祉センターへ
- 問** 総合福祉センター(☎017-722-4517)

点訳奉仕員・音訳奉仕員 養成講習会 要予約

- ①**点訳奉仕員養成講習会** **時** 6/11〜10/15の水曜日 13:00〜16:00
- ②**音訳奉仕員養成講習会** **時** 6/10〜10/21の火曜日 13:00〜16:00
- 所** 県視覚障がい者情報センター
- 対** 講習修了後にボランティア活動が可能なかた。パソコンの基本操作ができ、パソコンを所有しているかた **入** 各5人程度
- 申** 問 いずれも5/7(水)までに、県視覚障がい者情報センター(☎017-782-7799)へ

青森競輪日程(4月)

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。※1は青森前売SCのみ発売 ※2は一般入場は行っていません

岸和田(FI)場外※1	1日(火)〜3日(木)
平塚ナイター(FI)場外※1	1日(火)〜3日(木)
高知記念(GⅢ)場外	3日(木)〜6日(日)
佐世保ナイター(FI)場外	3日(木)〜5日(土)
伊東温泉(FI)場外	5日(土)〜7日(月)
武雄記念(GⅢ)場外	10日(木)〜13日(日)
松阪(FI)場外	10日(木)〜12日(土)
青森ナイター(FI)	12日(土)〜14日(月)
豊橋(FI)場外	14日(月)〜16日(水)
函館ナイター(FI)場外	16日(水)〜18日(金)
大宮(FI)場外	17日(木)〜19日(土)
玉野(FI)場外	18日(金)〜20日(日)
青森ミッドナイトガールズ(FⅡ)※2	19日(土)〜21日(月)
川崎記念ナイター(GⅢ)場外	19日(土)〜22日(火)
熊本(FI)場外	21日(月)〜23日(水)
取手(FI)場外	22日(火)〜24日(木)
福井(FI)場外	24日(木)〜26日(土)
静岡(FI)場外	25日(金)〜27日(日)
岐阜ナイター(GI)場外	25日(金)〜27日(日)
【名古屋】日本選手権(GI)場外	4月29日(火)〜5月4日(日)
玉野ナイター(FI)場外	4月29日(火)〜5月1日(木)

緑と花の日曜祭

ナンバーワン戦隊ゴジウジャショーや椎名佐千子歌謡ショーが熱い!?そのほか、ふわふわもりんちゃん、スラックラインなど、楽しいイベントが盛りだくさん!! **時** 4/13(日) 10:00〜16:00

所 問 青森競輪場(☎017-787-2020)

令和7年度移動図書館「はまなす号」巡回日程

4/8(火)から、市内35地区への巡回貸出を実施します。

- ◆**貸出冊数** 1枚のカードで5冊まで(市民図書館・市民センターなどの貸出しとあわせて10冊まで)
- ◆**利用者カード** 市民図書館や市民センターなどと共通
- ◆**本の返却** 次の巡回日に移動図書館「はまなす号」へ(市民図書館、ブックポスト、市民センターなどでも返却受付)

※4/18(金)のみ三内西小学校は沖館川多目的遊水地(リバーランドおきだて)に巡回場所を変更します。

問 市民図書館(☎017-776-2455)



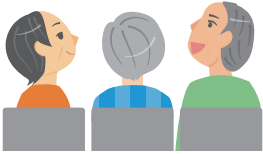
市民図書館HP

駐車場所	駐車時間	4月	5月	6月	7月
浅虫温泉駅前	11:00〜11:40	8(火) 22(火)	20(火)	3(火) 17(火)	1(火) 15(火) 29(火)
野内小学校	13:00〜13:40				
青森県磯野公舎駐車場	14:00〜14:40				
東青森ステーションショッピングセンター駐車場	15:00〜15:50				
生協つくだ店駐車場	16:10〜17:00	9(水) 23(水)	7(水) 21(水)	4(水) 18(水)	2(水) 16(水) 30(水)
高田教育福祉センター前	11:00〜11:40				
金沢小学校	13:00〜13:50				
ユニバース大野店駐車場	14:10〜15:00				
出町町会集会所駐車場	15:20〜15:50	10(木) 24(木)	8(木) 22(木)	5(木) 19(木)	3(木) 17(木) 31(木)
生協あやめ館駐車場	16:10〜17:00				
ツルハドラッグ青森港町店	11:00〜11:40				
東陽小学校	12:50〜13:40				
自由ヶ丘町民会館前広場	14:00〜14:50	11(金) 25(金)	9(金) 23(金)	6(金) 20(金)	4(金) 18(金)
小柳小学校	15:10〜15:50				
生協あじさい館駐車場	16:10〜17:00				
盛運輸サンドーム(青森市屋内グラウンド)駐車場	11:00〜11:40				
すみれ団地児童遊園	13:00〜13:40	15(火)	13(火) 27(火)	10(火) 24(火)	8(火) 22(火)
ニューライフ芙蓉前駐車場	14:00〜14:40				
県営住宅幸畑団地C棟駐車場	15:00〜15:50				
南奥野市民館前	16:10〜17:00				
生協コスモス館駐車場	11:00〜11:40	17(木)	1(木) 15(木) 29(木)	12(木) 26(木)	10(木) 24(木)
北小学校	13:00〜13:50				
青森市役所後潟支所駐車場	14:10〜14:40				
油川小学校	15:10〜15:50				
生協はまなす館駐車場	16:10〜17:00	18(金)	2(金) 16(金) 30(金)	13(金) 27(金)	11(金) 25(金)
県営住宅南桜川団地3号棟南側駐車場	11:00〜11:40				
原別小学校	12:50〜13:50				
本泉市民館前	14:10〜14:40				
市営住宅小柳第一団地E棟北側駐車場	15:00〜15:50	18(金)	2(金) 16(金) 30(金)	13(金) 27(金)	11(金) 25(金)
生協ひまわり館駐車場	16:10〜17:00				
イオンタウン浪岡ショッピングセンター	10:40〜11:20				
三内西小学校	12:50〜13:50				
鶴亀温泉北側駐車場	14:10〜14:40	18(金)	2(金) 16(金) 30(金)	13(金) 27(金)	11(金) 25(金)
県営住宅平和台団地 集会所前駐車場	15:00〜15:50				
ケーズデンキ青森西店 南側調整池前	16:10〜17:00				

おとなの映写会

「雨の朝巴里に死す」…アメリカの映画。舞台はパリ。運命的な出会いを果たした女性との恋愛と、その女性に振り回される主人公たちを描いたメロドラマ。（1954年・吹替）

時 4/25（金） 10:00～11:55（9:30～開場）
所 中央市民センター 4階 小ホール
人 50人（当日先着順） 備 内履き持参
問 中央市民センター（☎017-734-0164）



こどもの映写会

16mm映画「はれときどきぶた」…主人公が未来の日付で日記を書いたら現実に

時 4/27（日） 10:00～10:40（9:50～開場）
所 中央市民センター 4階 小ホール
対 幼児～小学2年生
人 50人（当日先着順） 備 内履き持参
問 中央市民センター（☎017-734-0164）



あおもりアーツカウンスル 令和7年度
文化芸術創造活動助成金対象事業を募集します！

- ◆対象 市民（団体を含む）が市内で行う文化芸術活動で、次の基準を全て満たすもの
①営利を目的としないもの
②宗教活動または宗教的活動を目的としないもの
③政治活動または政治的活動を目的としないもの
④反社会的勢力及び反社会勢力に関係すると認められる団体でないこと
⑤公序良俗に反しないもの
※事業の実施期間はR7.4月～R8.2月
- ◆助成限度額 30万円
- ◆募集要項 あおもりアーツカウンスルHPからダウンロード可能。そのほか、リンクステーションホール青森、リンクモア平安閣市民ホール、協同組合タッケン美術展示館、文化学習活動推進課、各支所・市民センター、浪岡中央公民館、中世の館などに備付け。
- ◆募集期間 4/1（火）～5/31（土）
- 問 あおもりアーツカウンスル事務局（☎017-773-7304）



市民センターの講座

申込場所：各開催場所（申込順 ※一部抽選）／少数中止／受講キャンセルは開始1週間前まで／❤️は子ども・親子が参加できる講座
申込方法：★マークについてはページ 下部参照／料金の記載のないものは無料

中央市民センター ☎017-734-0164 体をほぐす簡単ストレッチ 時 5/13（火）10:00～12:00 対 18歳以上 人 10人 申★ 今から始める資産形成 時 5/17（土）13:30～15:00 対 18歳以上 人 30人 申★ マシュー先生の楽しい英会話教室 時 5/19・26（月）13:30～15:00 対 18歳以上 人 30人 申★ 青森の伝統芸能を体験！ 初めてでもできる津軽手踊り教室 時 5/20・27（火）13:00～14:30 対 18歳以上 人 20人 申★ はじめての投資 時 5/29（木）10:00～12:00 対 18歳以上 人 30人 申★ 心安らぐ写経と法話 時 5/30（金）10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申★ 🍎親子クッキング 梅ちゃん先生と作る本格和食！ 時 5/10（土）10:00～12:00 対 小学3～6年生とその保護者 人 10組 料 1人500円 申★ 🍎フローリスト「母の日に贈る カーネーションのワンちゃん」 時 5/10（土）13:00～15:00 対 小学3～6年生 人 10人 料 1,000円 申★ 🍎環境みなおし隊☆ 『『むつ湾を守ろう』上映会と 『むつわんかるた』で遊ぼう！ 時 5/11（日）13:00～15:00 対 小学生 人 20人 申★ 🍎キッズ国際交流「国際交流員 ジュヨン先生の楽しい韓国語」 時 5/17（土）10:00～11:30 対 小学生 人 20人 申★ 🍎キッズダンス「音楽で心と身体 を育てるリズムダンスクラス」 時 5/17（土）13:00～15:00 対 小学生 人 20人 申★	🍎パティシエ 「ザクザクアメリカンクッキー」 時 5/24（土）10:00～12:00 対 小学3～6年生 人 12人 料 700円 申★ 🍎キッズダンス「一緒に踊ろう！ K-POP GirlsグループDANCE」 時 5/31（土）13:00～15:00 対 小学生 人 20人 申★ 東部市民センター ☎017-736-6255 シニア・スマホ無料相談会 時 4/14（月）10:00～12:00 対 60歳以上 人 10人 申 4/7（月）9:00～来館・電話 シニアのスマホセキュリティ 対策講座① 時 4/22（火）10:00～12:00 対 60歳以上 人 10人 申 4/8（火）9:00～来館・電話 楽しい3B体操 時 5/8・15・22（木）10:00～11:30 人 15人 申 4/17（木）9:00～来館・電話 心身ともにリフレッシュ 「筋膜リリース&ヨガ」 時 5/14・21・28（水）19:00～20:30 対 18歳以上 人 10人 申 4/23（水）9:00～来館・電話 大野市民センター ☎017-739-6228 シニア初心者向け春のスマホ教室 時 5/13・20（火）13:00～15:00 対 60歳以上 人 15人 申 4/1（火）9:00～電話・来館 健康常識のウソ・ホント （健康常識60問に挑戦） 時 5/15（木）13:00～15:00 対 18歳以上 人 20人 申 4/1（火）9:00～電話・来館 横内市民センター ☎017-738-8723 春のお花の寄せ植え教室 時 4/19（土）10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 料 1,300円 申 4/4（金）10:00～電話・来館	トールペイント（手ぶらでどうぞ!） お庭の可愛いアクセントに 時 4/26（土）10:00～12:00 対 18歳以上 人 10人 料 1,000円 申 4/11（金）10:00～電話・来館 ロコモ予防体操で いきいきエンジョイ 時 4/28（月）10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 申 4/14（月）10:00～電話・来館 初めてのスマホ教室 時 5/13（火）・14（水）13:30～15:30 対 18歳以上 人 10人 申 4/28（月）10:00～電話・来館 🍎母の日のお花アレンジ（生花） 時 5/10（土）10:00～12:00 対 小学生以上 人 15人 料 800円 申 4/25（金）10:00～電話・来館 戸山市民センター ☎017-743-0720 シニア向けスマートフォン教室 時 4/23・30（水）10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 4/3（木）9:00～電話・来館 時代に合った墓じまい 時 5/14（水）10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 4/12（土）10:00～電話・来館 油川市民センター ☎017-788-1201 バレリーナ気分でエクササイズ 時 5/10・17・24（土）10:00～12:00 対 18歳以上 人 12人 申 4/10（木）9:00～電話・来館 古川市民センター ☎017-776-8082 ソフトエアロビクスとストレッチ 時 4/12・19・26.5/10・17（土） 10:00～11:30 対 中学生以上 人 60人（抽選） 申 4/5（土）9:00～9:30来館受付、 9:30～抽選 シニア向け初歩スマホ講座① 時 5/13・20（火）10:00～12:00 対 65歳以上 人 10人 申 4/15（火）10:00～電話・来館	荒川市民センター ☎017-739-2343 肩こりスッキリ「からだバー®」 時 4/15（火）13:00～15:00 対 18歳以上 人 15人 申 4/1（火）9:00～電話・来館 知っておくべき!家族へつなぐ お金の移し方・残し方 時 4/16（水）10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 4/1（火）9:00～電話・来館 癒しのヨガ教室 時 4/18・25（金）13:30～15:00 対 18歳以上 人 20人 申 4/4（金）9:00～電話・来館 手作り醗酵教室～おからみそ～ 時 4/19（土）10:00～12:00 対 高校生以上 人 16人 料 1,000円 申 4/4（金）9:00～電話・来館 初心者のためのスマホ活用講座 時 4/21・28（月）10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 申 4/7（月）9:00～電話・来館 食命人のパン作り教室～春～ 時 4/29（火）9:30～13:00 対 中学生以上 人 8人（抽選） 料 800円 申 4/15（火）～17（木）に電話・来館 初めての陶芸教室～箱庭のような鉢～ 時 5/7・14.6/11.7/2（水） 18:30～20:30 対 高校生以上 人 10人 料 1,500円 申 4/23（水）9:00～電話・来館 🍎ファミリーフィットネス ～家族で楽しく運動しよう!～ 時 5/11（日）10:00～12:00 対 3歳以上の子どもとその家族 人 20組60人 申 4/23（水）9:00～電話・来館 西部市民センター ☎017-788-2491 青竹踏みメソッド・ 足裏から老廃物を流そう～ 時 5/16（金）19:00～21:00 対 18歳以上 人 20人 申 4/30（水）までに電話・来館 🍎運動会が楽しみになる かけっこ教室2025 時 5/10・17（土）10:00～12:00 対 小学1～3年生 人 20人 申 4/30（水）までに電話・来館	沖館市民センター ☎017-761-4161 南国の実の器にナチュラル フラワーアレンジメント 時 4/19（土）10:00～12:00 対 中学生以上 人 12人 料 2,200円 申 4/2（水）9:00～電話・来館 初心者向け現代俳句教室 時 4/23・30.5/7・14・21（水） 10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 申 4/3（木）9:00～電話・来館 高齢者ドライバー講習とは？ ～認知機能検査などを体験～ 時 4/25（金）10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 4/4（金）9:00～電話・来館 北部地区農村環境改善センター ☎017-754-2244 朴 美子先生と楽しく 韓国料理「キンパ他」 時 4/18（金）10:00～13:00 対 18歳以上 人 12人 料 1,500円 申 4/1（火）9:00～電話・来館 “大人もワクワク×可愛く×美味しい” 初めてのアイシングクッキー 時 4/23（水）10:00～12:00 対 18歳以上 人 15人 料 500円 申 4/1（火）9:00～電話・来館 【地域力アップ講座】我満紗千子 リポーターの“いいとこ青森” 時 4/25（金）10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 4/1（火）9:00～電話・来館 津軽の鬼っ子…津軽の鬼は守り神 時 5/7・14（水）10:00～12:00 対 18歳以上 人 25人 申 4/5（土）9:00～電話・来館 体が硬い人向けストレッチ 時 5/9・16・23（金）10:00～12:00 対 18歳以上 人 20人 申 4/5（土）9:00～電話・来館 【地域力アップ講座】山城探訪 「大阪山館」（フィールドワーク） 時 5/19（月）9:00～14:00 対 18歳以上 人 25人 申 4/5（土）9:00～電話・来館
---	--	---	---	---

【申込方法欄が★の講座は下記の方法でお申込みください（応募者多数の場合は抽選）】

- 【申込方法】 4/15（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。 ※4/22（火）から結果通知
- 申込用紙（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HP掲載）
 - 往復はがき（1講座1枚） ●FAX（コンビニなど不可） ●Eメール（件名「（講座名）申込」）
- 【必要事項】 ①郵便番号・住所 ②氏名（ふりがな） ③年齢（学年） ④性別 ⑤電話番号 ⑥講座名 ⑦学校名 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 講座担当宛 ☎017-775-7048 ㊚center-koza@city.aomori.aomori.jp
- 【問合せ先】 中央市民センター（☎017-734-0164）



Eメール

小牧野遺跡国史跡指定30周年記念 &開館10周年記念スペシャルデイ

縄文時代や自然をテーマにした
ワークショップやカフェを楽しもう♪

時 4/26(土) 10:00～15:00 所 縄文の学び舎・小牧野館

豪雪により、小牧野遺跡と小牧野の森・どんぐりの家のオープンについては、小牧野遺跡HPをご覧ください。

こまっくーのイラストを描こう!!

小牧野遺跡PRキャラクターこまっくーを
自由に描いて、コンテストに応募しよう!
(審査は令和8年2月頃となります。)

時 4/26(土)～5/6(火) 9:00～17:00
所 縄文の学び舎・小牧野館 2階企画展示室
対 小学生



縄文の学び舎・小牧野館
(☎017-757-8665)

公園・施設が 続々オープン!

浅虫海づり公園

時 4/29(火)～10/13(月) ※休園日・毎週火曜日(祝日の場合は、翌平日)
9:00～17:00 ※10月は16:00まで
料 大人150円 小人70円(別途つり台利用料あり)、釣り竿の貸出しあり
問 浅虫海づり公園(☎017-752-2810)
(一社)浅虫温泉観光協会(☎017-752-3250)

月見野森林公園

無料のキャンプ場(野外調理で心配のない、屋根付きの炊事場あり)、林間広場、林間歩道があり、自然に親しみながらバーベキューなどのレクリエーションを楽しむことができます♪

時 4/29(火)～10/31(金) 問 管理事務所(☎017-743-5226)

八甲田憩いの牧場

パターゴルフ場、ラジコンサーキット場、多目的広場、レストハウス(4/26(土)～オープン予定)があります。

時 4/16(水)～11/15(土) 9:00～17:00 問 管理事務所(☎017-728-2501)

浅虫温泉森林公園

10kmの林間歩道や陸奥湾展望所など見所もたくさん♪テニスコート3面や運動広場(野球場)もあり、スポーツも楽しめます!

時 4/29(火)～10/31(金)
料 テニスコート1面(1時間):500円、運動広場ナイター照明(1時間):1,010円
問 管理事務所(☎017-752-2628)

合子沢記念公園

野鳥観察施設、芝生広場、林間歩道があり、野鳥観察施設には野鳥観察のための望遠鏡、公園内の野鳥の模型が展示されているほか、青森市街、八甲田連峰などの景色も楽しむことができます!

時 4/29(火)～11/15(土) 問 管理事務所(☎017-728-5875)



AOMORI CONNECTION 春のスタンプラリー

JR青森駅周辺と新町エリアをつなぐスタンプラリーを開催♪スタンプを集めて景品をゲットしよう!

【参加方法】
①SuicaやAOPASSなどの交通系ICカードをご用意ください。
②3か所のチェックポイントに設置する端末にタッチしスタンプを集めます。スタンプラリーは3箇所どこからでも開始可能です。
③3か所のスタンプを集めた後、景品交換所にて景品をお渡しします。

時 4/26(土)・27(日) 10:00～16:00
所 チェックポイント:JR青森駅自由通路(1階マツモトキヨシ前)、県観光物産館アスパム(1階ATM付近)、新町キューブ グランパレ(1階入口付近)、JR青森駅2階 駅たびコンシェルジュ(みどりの窓口隣)
備 景品が無くなり次第終了
問 東日本旅客鉄道(株)盛岡支社
(☎019-652-7877/土・日、祝日を除く9:00～17:00受付)

ゆ～さ浅虫誕生祭

日替わりで人気商品を特別価格で販売します(数量限定)。

時 4/26(土)・27(日) 9:00～
所 本館1階お土産コーナー、ゆ～さ市場
問 「道の駅」浅虫温泉ゆ～さ浅虫(☎017-737-5151)

ゴールデンウィークは ワッくステーションヒルズ雲谷へ!

- アウトドア料理体験 ※メニューはお問合せください。
時 5/3(土) 10:00～14:00 対 家族 人15組 料1組4,500円
- 雲谷高原の山菜教室
時 5/4(日) 10:00～13:00 内 収穫した山菜を天ぷらにして食べます。
人30人 料1,000円、小学生以下500円
- 木登り体験
時 5/4(日)・5(月) 10:00～15:00 料500円
- そば打ち体験会
時 5/5(月)・6(火) 10:00～、11:30～、13:30～
人 各回8組 料1組2,500円

申 問 4/14(月)9:00～、
リンクステーションヒルズ雲谷(モヤヒルズ)(☎017-764-1110)へ

令和7年4月号 No.468

【編集・発行】青森市企画部広報広聴課

☎017-734-5106 ㊤ <https://www.city.aomori.aomori.jp/>

【発行日】毎月1日

青森市役所 ☎017-734-1111・☎0172-62-1111(浪岡)

・本庁舎 〒030-8555 中央一丁目22-5 ・柳川庁舎 〒038-8505 柳川二丁目1-1
・駅前庁舎 〒030-0801 新町一丁目3-7 ・浪岡庁舎 〒038-1392 浪岡大字浪岡字稲村101-1



【人口と世帯数 令和7年3月1日現在】

男性 122,610人(-160) 世帯数 135,885世帯(-104)
女性 140,093人(-199)
合計 262,703人(-359)

※住民基本台帳調べ/()内は前月との増減