

広報

おいらせ

7

Public Relations
2026 No.257



今月の表紙

P22

町新入消防団員基礎訓練

写真は8人が参加した新入消防団員の放水訓練の様子です。

今月のピックアップ記事

- ▶令和8年度町職員採用試験を実施します
- ▶森の感謝祭
- ▶おいらせの学びカレッジ一般講座を開催します
- ▶まちのわだい『春の親子追跡ハイキング』
- ▶Person OIRASE『馬場友進さん』

P 9
P10
P20
P21
裏表紙



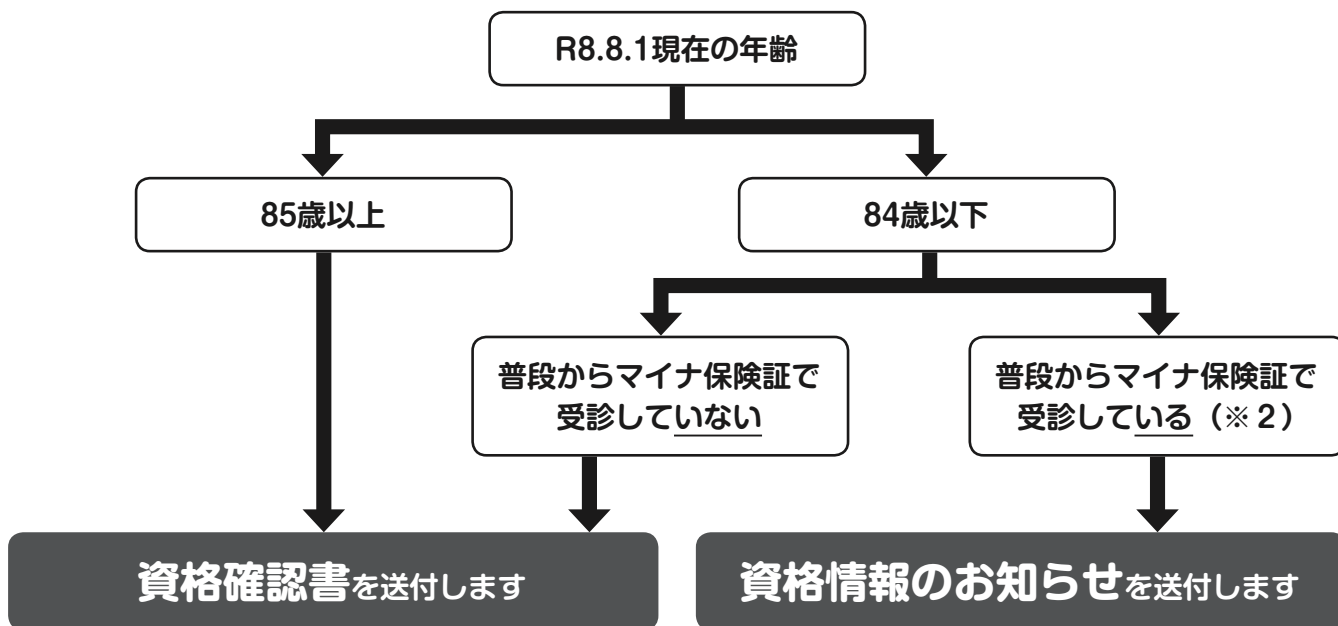
後期高齢者医療保険

後期高齢者医療制度は、75歳以上の方と、65歳以上で一定の障がいがあると認定された方が加入します。

- | | | |
|-------------|------------------|------------------|
| ○資格・申請のこと | 問 健康保険課（本庁舎） | TEL 0178-56-4218 |
| ○保険料のこと | 問 税 務 課（本庁舎） | TEL 0178-56-4704 |
| ○その他制度全般のこと | 問 青森県後期高齢者医療広域連合 | TEL 017-721-3821 |

1. 令和8年8月以降の医療機関等のかかり方

現在お持ちの資格確認書の有効期限は、令和8年7月31日です。8月以降に使用する**新たな資格確認書（ピンク色）**または**資格情報のお知らせ**（※1）は、7月下旬にお届けします（年齢やマイナ保険証の利用状況によって届く書類が異なります）。資格確認書が届いた方は、これまで通り資格確認書で受診できます。資格情報のお知らせが届いた方は、引き続きマイナ保険証での受診をお願いします。



- ※1 資格情報のお知らせのみでは受診できません。医療機関等でマイナンバーカードの読み込みができなかった場合に、マイナ保険証と一緒に提示する書類です。
- ※2 普段からマイナ保険証で受診している方とは、下の①②の両方に当てはまる方です。
- ①過去1年間に6回以上マイナ保険証で受診
 - ②概ね直近3か月以内にマイナ保険証で受診

2. 医療機関窓口での自己負担割合

所得状況によって、8月1日から医療機関窓口での自己負担割合（1割～3割）が変わる場合があります。7月に届く資格確認書または資格情報のお知らせに記載の自己負担割合をご確認ください。

3. 青森県後期高齢者医療保険料

令和8年度から子ども・子育て支援分が新設となりました。保険料率は次のとおりとなります。

●医療保険分

均等割額 〔被保険者全員が納める額〕 50,500円	+	所得割額 〔所得に応じて納める額〕 基礎控除後の所得(※3)×9.0%(所得割率)	=	保険料額 (限度額85万円)
--	---	---	---	---

●子ども・子育て支援分

均等割額 〔被保険者全員が納める額〕 1,300円	+	所得割額 〔所得に応じて納める額〕 基礎控除後の所得(※3)×0.2%(所得割率)	=	保険料額 (限度額2万円)
---	---	---	---	--

※3 基礎控除後の所得とは、前年の総所得金額等から基礎控除額(43万円)を差し引いた額です。

4. 保険料の軽減措置

①所得が低い方の軽減

同一世帯内の被保険者および世帯主の所得額の合計に応じて、均等割額の軽減が受けられます。令和8年度は次のとおりとなります。

●医療保険分

世帯の所得額の合計	軽減割合
43万円+10万円×(年金・給与所得者等の数(※4)-1)以下の世帯	7.2割
43万円+(31万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯	5割
43万円+(57万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯	2割

●子ども・子育て支援分

世帯の所得額の合計	軽減割合
43万円+10万円×(年金・給与所得者等の数-1)以下の世帯	7割
43万円+(31万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯	5割
43万円+(57万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯	2割

※4 年金・給与所得者の数とは、次のいずれかの条件を満たす方の合計数のことで、2人以上いる世帯に適用します。
・給与収入額が55万円を超える方
・公的年金収入が、65歳未満の場合は60万円を超える方、65歳以上の場合は125万円を超える方

②被用者保険(※5)の被扶養者であった方の軽減

- ・後期高齢者医療に加入してから2年間は、均等割額が5割軽減されます。
- ・世帯の所得が低い方は、より高い均等割額の軽減(医療分7.2割、子ども分7割)が受けられます。
- ・所得割額の負担はありません。

※5 被用者保険とは、全国健康保険協会管掌健康保険、船員保険、健康保険組合、共済組合などです。

5. 保険料の減免等

災害、倒産、失業など特別な事情によって納付が困難な場合は、申請によって保険料の減免等が認められることがありますので、お早めにご相談ください。



介護保険

介護保険は40歳から加入します。40歳から64歳までの保険料は、各医療保険料（国保、社保、共済など）に含まれていますが、65歳になると保険料の額と納め方が次のように変わります。

- 保険証・申請のこと 固 介護福祉課（本庁舎） TEL 0178-56-4705
○保険料のこと 固 税 務 課（本庁舎） TEL 0178-56-4704

1. 介護保険料はいつから納めるの？

「65歳の誕生日の前日」の属する月から納めることになります。

2. 介護保険料の額

65歳以上の方の介護保険料は、町介護保険事業計画の見直しに応じて3年ごとに設定されます。令和6年度から令和8年度を対象とした第9期介護保険事業計画の保険料は下表のとおりです。

65歳以上の方の介護保険料（令和6年度～令和8年度）				
段 階	町民税の課税状況	所 得 段 階	保 険 料	
			月額平均	年 額
第1段階	非課税世帯	生活保護受給者、老齢福祉年金受給者、前年の合計所得金額＋課税年金収入額が82万6,500円以下	1,824円	21,888円
第2段階		前年の合計所得金額＋課税年金収入額が82万6,500円超120万円以下	3,104円	37,248円
第3段階		前年の合計所得金額＋課税年金収入額が120万円超	4,384円	52,608円
第4段階	課税世帯（本人非課税）	前年の合計所得金額＋課税年金収入額が82万6,500円以下	5,760円	69,120円
第5段階		前年の合計所得金額＋課税年金収入額が82万6,500円超	6,400円	76,800円
第6段階	本人課税	前年の合計所得金額が120万円未満	7,680円	92,160円
第7段階		前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満	8,320円	99,840円
第8段階		前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満	9,600円	115,200円
第9段階		前年の合計所得金額が320万円以上420万円未満	10,880円	130,560円
第10段階		前年の合計所得金額が420万円以上520万円未満	12,160円	145,920円
第11段階		前年の合計所得金額が520万円以上620万円未満	13,440円	161,280円
第12段階		前年の合計所得金額が620万円以上720万円未満	14,720円	176,640円
第13段階		前年の合計所得金額が720万円以上	15,360円	184,320円

※合計所得金額は長期譲渡所得および短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した金額となります。

- ・第1段階から第5段階までの合計所得金額は、さらに公的年金等に係る雑所得を控除した金額です。また、合計所得金額に給与所得が含まれている場合は、給与所得から10万円を控除した金額を用います。
- ・介護保険料は住民税の課税状況や合計所得金額などを算定基準としていますので、今回の税制改正により介護保険料の収入が減少して第9期介護保険事業計画の事業運営に支障がでることを避けるため、介護保険法施行令の規定について税制改正の影響を受けないよう改正が行われました。税制改正の影響により令和8年度の住民税が非課税となった場合でも、介護保険料の所得段階は課税とみなす場合があります。

3. 介護保険料の納め方

保険料の納め方には、年金から自動的に差し引きする「特別徴収」と、口座振替や納入通知書により金融機関などで納付する「普通徴収」があります。

原則は「特別徴収」ですが、右の①～④に該当する場合は、「普通徴収」となります。

- ①特別徴収の対象となる年金の年額が18万円未満の場合
- ②65歳になった約半年から1年の間
- ③ほかの市町村から転入してきた場合
- ④その他の事情により特別徴収ができない場合

4. 保険料の減免等

災害、倒産、失業など特別な事情によって納付が困難な場合は、申請によって保険料の減免等が認められることがありますので、お早めにご相談ください。

5. 介護保険サービスを利用するには

サービスの利用にあたっては、役場窓口で要介護（要支援）認定を申請し、認定を受ける必要があります。要介護度により受けられるサービスは異なります。また、介護認定に該当しない方でも、心身の機能低下等、一定の基準を満たせば、介護予防・日常生活支援総合事業の対象者として、通所サービス等を利用することができます。

6. 介護保険サービスの費用負担

① サービス費用の自己負担

サービス利用に係る費用は、1～3割が自己負担で、残りを介護保険で負担します。

自己負担割合については、その方の所得の状況等によって変わりますので、要介護（要支援）認定を受けた方には、その方の負担割合が記載された「介護保険負担割合証」を発行し、送付いたします。

② 高額介護（予防）サービス費

月々の介護サービス費の自己負担額が世帯合計（単身世帯の場合は個人）で決定される負担上限額を超えた場合、その差額が払い戻されます。

払い戻しの対象となる場合はお知らせしますので申請してください。初回申請すれば、翌月以降に対象になった場合の手続きは不要です。

7. 介護保険施設入所やショートステイの利用者負担を減らせます

介護保険施設などの居住費や食費は全額自己負担ですが、下表の要件に該当する方は、申請により負担額を軽減できます。また、町民税課税世帯でも特例減額措置の対象要件（世帯員2人以上、介護保険施設入所者あり、世帯年間収入と施設利用負担の差引見込額82.65万円以下など）を満たし申請した場合は第3段階②で認定されます。

世帯分離している配偶者（内縁関係者含む）が町民税の課税対象者である場合は、対象外となります。虚偽申告により支給を受けた場合は、加算金を含めた金額を返還していただくことがあります。

●申請は毎年度必要です。（1度申請した方には7月を目途に更新手続きのお知らせを送付します。）

●申請に必要な物…被保険者および配偶者名義の通帳、有価証券等の写し

段 階	対 象 要 件		居 住 費				食 費	
	所 得 の 状 況	預貯金等の基準額	従来型 個室	多床室	ユニット型 個室	ユニット型 個室の多床室	施設入所	ショート ステイ
第1段階	・生活保護受給者 ・町民税非課税世帯の老齢 福祉年金受給者	単身1,000万円以下 夫婦2,000万円以下	380円 (550円)	0円	880円	550円	300円	300円
第2段階	町民税非課税世帯で前年の 年金収入額+その他の合計所得 金額が82.65万円以下の方	単身 650万円以下 夫婦1,650万円以下	480円 (550円)	430円	880円	550円	390円	600円
第3段階 ①	町民税非課税世帯で前年の 年金収入額+その他の合計所得 金額が82.65万円超120万 円以下の方	単身 550万円以下 夫婦1,550万円以下	880円 (1,370円)	430円	1,370円	1,370円	680円	1,030円
第3段階 ②	町民税非課税世帯で前年の 年金収入額+その他の合計所得 金額が120万円超の方	単身 500万円以下 夫婦1,500万円以下	980円 (1,470円)	530円	1,470円	1,470円	1,420円	1,360円

※年金収入額は、課税年金収入額および非課税年金収入額の合計額

※（ ）内は介護老人保健施設に入所した場合または療養型ショートステイを利用した場合の額

国民健康保険

- 資格・申請のこと 問 健康保険課（本庁舎） TEL 0178-56-4218
○保険税のこと 問 税 務 課（本庁舎） TEL 0178-56-4704

1. 国民健康保険資格確認書等の一斉更新についてのお知らせ

現在、お使いの資格確認書等は令和8年7月31日をもって有効期限を迎えます。
8月1日から使用できる資格確認書等は7月22日以降に、順次お届けいたします。

マイナ保険証をお持ちかどうかにより、送付する書類や書類の有効期限が異なります。
詳細は下表をご確認ください。

『マイナ保険証』・・・健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード

対 象 者	送 付 物	有効期限
70歳未満でマイナ保険証を利用している方	ありません。 引き続きマイナ保険証をお使いください。「資格情報のお知らせ」は有効期限がないためそのままお使いいただけます。	期限の設定なし
70歳未満でマイナ保険証を利用していない方	資格確認書（カード型「水色」）	令和8年8月1日 ～ 令和9年7月31日
70歳～74歳でマイナ保険証を利用している方（※）	資格情報のお知らせ（A4サイズ）	
70歳～74歳でマイナ保険証を利用していない方（※）	資格確認書（カード型「水色」）	

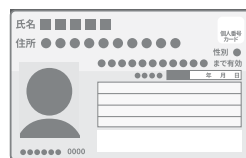
※所得状況によって、8月1日から70歳～75歳の方の自己負担割合が変わる場合があります。

■ 有効期限が異なる方

- ①令和9年7月31日より前に70歳になる方・75歳になる方（個別に期限が設けられます）
- ②マル学保険証の方は有効期限が令和9年3月31日までです。有効期限以降も継続して対象になる方は手続きが必要です。

■ 注意事項

- ①資格確認書は、医療機関等で受診の際に必要ですので、届き次第お手元で大切に保管してください。
- ②マイナ保険証をご利用の方は、「資格情報のお知らせ」の内容をご確認いただき、引き続きマイナ保険証をご利用ください。
- ③マイナ保険証をお持ちの方でもマイナンバーカードでの受診等が困難な要配慮者（高齢者、障がい者等）や、マイナンバーカードを紛失・更新中の方は、申請をしていただくことで、「資格確認書」の交付を受けられます。



2. 国保へ加入する・国保から脱退するときは速やかに届出を！

資格異動があったときは、14日以内に健康保険課へ必ず届出を行いましょう。

届出が遅れると、医療費が全額自己負担になったり、国保税と社会保険料が重複したりする場合があります。また、会社の健康保険に加入した日以降は、会社からの「資格情報のお知らせ」等が手元に届いていなくても、国保の資格確認書は使えません。誤って使用すると、後日、役場から医療費の返還請求をする場合があります。健康保険の加入日を確認のうえ、受診の際は、病院へ相談してください。

国保に加入する	国保を脱退する
①職場の健康保険を脱退したとき ②職場の健康保険に加入しておらず、転入や出生があったとき ③生活保護が廃止されたとき	①職場の健康保険に加入したとき ②国保加入者が転出や死亡したとき ③生活保護が開始されたとき ④後期高齢者医療制度に移行したとき

3. 医療費が高額になるとき

「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」を提示することで、医療機関ごとのひと月の支払いが自己負担限度額（世帯員の所得により異なります）までとなります。必要な方は、お早めに申請してください。マイナ保険証を利用できる医療機関では事前の手続きなく、限度額を超える支払いが免除されるため、事前申請は不要となります。

また、ひと月に支払った医療費が自己負担限度額を超えたときは、申請により超えた分が「高額療養費」として支給されます。

(注) 70歳以上75歳未満の方は所得区分によっては、限度額が確認できるため「限度額認定証」は交付されません。

\\ こんな時に便利！／ マイナ保険証のメリット



●データに基づく最適な医療が受けられる

過去に処方された薬や特定健診などの情報が医師・薬剤師に共有され（※）、データに基づく最適な医療が受けられるようになります。

※マイナ保険証を利用し、医師等と過去の情報を共有した場合には、資格確認書で受診した場合と比べて、初診時等の医療機関・薬局での窓口負担が低くなります。

●手続きなしで高額療養費の限度額を超える支払いが免除

- ①限度額認定証等がなくても、高額療養費制度における限度額を超える医療機関での支払いが確実に免除されます。
- ②マイナ保険証として利用するための登録がまだの方は、マイナンバーカードの申請と、マイナ保険証としての登録をお願いします。



マイナンバーについてのお問い合わせ先
 問 マイナンバー総合フリーダイヤル TEL 0120-95-0178



国民健康保険税

国民健康保険税の納税義務者

国民健康保険税納税義務者は世帯主です。世帯主が国保に加入していなくても世帯内に国保加入者がいれば、世帯主が納税義務者となります。

国民健康保険税の税率等

令和8年度から子ども・子育て支援分が新設となりました。医療保険分、後期高齢者支援分、子ども・子育て支援分は被保険者全員に課税され、介護保険分は40歳以上65歳未満の方に課税されます。

区 分		医療保険分	後期高齢者支援分	介護保険分	子ども・子育て支援分
所得割	(前年の総所得金額等－最大43万円)×税率	7.45%	2.7%	2.3%	0.3%
均等割	被保険者1人につき	31,600円	11,400円	13,800円	1,200円
18歳以上均等割	18歳に達する日以後の最初の3月31日の翌日以後の被保険者1人につき	—	—	—	80円
平等割	1世帯につき	21,600円	7,800円	6,800円	800円
課税限度額（最高年税額）		67万円	26万円	17万円	3万円

※18歳に達する日以後の最初の3月31日の翌日以前の被保険者は子ども・子育て支援分の均等割額が0円となります。

国民健康保険税の軽減措置

○下表の基準に該当する場合、均等割額・18歳以上均等割額・平等割額が減額されます。

軽減割合	世帯主（擬制世帯主を含む）・被保険者および特定同一世帯所属者の前年の軽減判定所得
7割軽減	43万円＋10万円×（給与・年金所得者数－1）以下
5割軽減	43万円＋31万円×（被保険者数＋特定同一世帯所属者）＋10万円 ×（給与・年金所得者数－1）以下
2割軽減	43万円＋57万円×（被保険者数＋特定同一世帯所属者）＋10万円 ×（給与・年金所得者数－1）以下

○雇用保険の特定受給資格者（倒産・解雇などによる離職者）または特定理由離職者（正当な理由のある自己都合退職）のうち、失業時点で65歳未満の方については、申告により、給与所得を30／100として税額算定をします（翌年度末まで）。軽減対象に該当するか否かについては「雇用保険受給資格者証」または「雇用保険受給資格通知」で判断します。

○出産予定または出産した方については、届出により、所得割額・均等割額・18歳以上均等割額が出産予定月または出産月（以下「出産予定月等」といいます）の前月から出産予定月等の翌々月までの4ヶ月相当分、減額されます。

※多胎妊娠の場合は出産予定月等の3ヶ月前から出産予定月等の翌々月までの6ヶ月相当分、減額されます。

国民健康保険税に関する詳細につきましては、納税通知書等をご覧のうえ、下記までお問い合わせください。

☎ 税務課 国民健康保険税係 TEL 0178-56-4704

町職員採用試験を実施します

令和9年4月採用		
試験職種	採用予定	受験資格
行政職 (短大・高校卒)	5名以内	・平成9年4月2日以降に生まれた方で、令和9年3月31日までに短大（専修学校）または高校を卒業した方、または卒業見込みの方
行政職 (短大・高校卒業がい者対象)	1名以内	・昭和62年4月2日以降に生まれた方で、令和9年3月31日までに短大（専修学校）または高校を卒業した方、または卒業見込みの方 ・身体障害者手帳、精神障害者手帳、療育手帳のいずれかの交付を受けている方 ・活字印刷の出題に対応できる方
社会福祉士	1名以内	・昭和62年4月2日以降に生まれた方で、社会福祉士の資格を有する方、または令和8年度に実施される国家試験に合格し資格取得見込みの方
看護師 (おいらせ病院勤務)	2名以内	・平成9年4月2日以降に生まれた方で、看護師の資格を有する方、または令和8年度に実施される国家試験に合格し資格取得見込みの方

※卒業見込みの方がこの試験を受験し、合格した場合であっても、卒業できなかった場合は、採用を取り消します。

※受験資格を満たす方であっても、次のいずれかに該当する方は受験できません。

- ①日本の国籍を有しない方
- ②禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまでまたはその執行を受けることがなくなるまでの方
- ③おいらせ町職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない方
- ④日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他団体を結成し、またはこれに加入した方

一次試験 **9月20日(日)** ※二次試験は一次試験合格者に通知します。

試験科目 教養試験、職務能力試験、専門試験など

試験会場 おいらせ町役場 本庁舎（予定）

申込受付 受付期間 **7月1日(水)から7月22日(水)まで**(土・日曜日、祝日を除きます)
※郵送の場合も7月22日必着です。

申し込みについて

- ・町ホームページに掲載している採用試験案内をご参照のうえ、必要書類を提出してください。
- ・採用試験案内や受験申込書は、総務課で配布するほか、町ホームページからもダウンロードできます。



☎ 総務課 TEL 0178-56-2166



チェンソーアート実演や木こり体験、木登り、竹灯り作り、BBQ、郷土料理・流しそうめんなど各種体験コーナーのほか、下記のステージイベントや出店コーナーなど、2日間を盛り上げるイベント盛りだくさん！詳細は町ホームページや今月号に折り込みのイベントチラシをご覧ください。ご来場お待ちしております！

ステージ

1日目 7月11日(土)

- 10時 百石幼稚園(おゆうぎ・ダンス)
- 10時15分 オープニングセレモニー
- 10時30分 ザ・火〜取るズ☆(バンド演奏)
- 11時15分 愛野 由梨奈(ギター弾き語り)
- 11時50分 永江 理菜(歌手)
- 12時30分 三田保育園(おゆうぎ・ダンス)
- 13時10分 放課後アンサンブル(楽器演奏)
- 13時50分 emo-glow(Jazzダンス)
- 14時10分 Dandelion(HIPHOPダンス)
- 14時20分 DANCE REVOLUTION
(HIPHOP、JAZZ、KPOPダンス)

2日目 7月12日(日)

- 10時 FootStep(JAZZ、HIPHOPダンス)
- 10時40分 FUMIYA(ボーカル&ダンス)
- 11時20分 Halau Na Mamo O Tulipa
lapana Hachinohe
(フラ&ポリネシアンダンス)
- 11時55分 Shining☆One
(カントリーラインダンス)
- 12時25分 フレンドシップウィンドオーケストラ
(吹奏楽)
- 13時10分 Nikini feat.DJ KENTO
(歌、R&B、POPS)
- 13時45分 NAVILLERA(KPOPダンス)
- 14時20分 ARTISNAKE(HIPHOPダンス)

出店

飲食ブース

- ・ちゃこショップ
- ・勝恵堂
- ・きっちゃんエブリー
- ・あさひ屋
- ・焚火焙煎珈琲 えんとえん
- ・天狗とうふ店
- ・磯谷商事
- ・みゆん
- ・お食事処 野ざく
- ・旨味処かまど
- ・新鮮ホルモン市場
- ・しもちゃ屋鈴木商店
- ・きずな
- ・久保田Farm
- ・麵家一翔 ichisho
- ・mobile_fast_food_shop_area117
- ・PAGBAL
- ・縁まる

キッチンカーブース

- ・明洞ホットドッグ
- ・Fruits Kitchen RONRON
- ・589キッチン
- ・BE SMILE
- ・蜜芋屋Hana
- ・磯谷商事
- ・ピザトラックボンボネーラ
- ・candy.cafe
- ・BERSHEY'S
- ・Kapilina(カピリナ)
- ・coffee stand TAKADA
- ・TKフーズ
- ・GUFFAW
- ・R'STREET
- ・から揚げ専門店 こばしよぐ
- ・八戸館花岸壁朝市 海鮮食堂 馬渡商店

雑貨ブース

- ・ヘア・ハウス
- ・Be-Peace
- ・Mohala
- ・Re:(mark)able
- ・工房天羽
- ・The暮らフターズ
- ・楓〜 KAEDE 〜
- ・happy mouse
- ・minoa handmade

フリマブース

- ・littleEN
- ・おいらせ町商工会女性部
- ・デーリー東北まごころサポート
おいらせ店

その他出店

- ・十和田おいらせ農業協同組合
ももいし支店・下田支店
- ・カイトプラクティックセンター Rocky
- ・クワガタカブトムシ屋
- ・八木田商店
- ・ジブン創造Lab☆
- ・生活協同組合コープ
あおもり
- ・宥信愛商事
- ・キングセブンスバルーン
- ・移動メンテナンスサロン あおいとり
- ・めだか屋けんちゃん

園 森の感謝祭実行委員会 事務局
(ネーチャーセンター白鳥の家内)
TEL 0178-56-5256

出店店舗や体験コーナーなどイベント
全体の最新情報はこちらで更新中▶
(出店者は変更になる場合がございます)



上北郡内7町村（おいらせ町、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ヶ所村）が一堂に会するスポーツの祭典、第49回上北郡総合スポーツ大会は、5月23日・24日、5月30日・31日、6月7日の5日間、六戸町を主会場に開催されました。

おいらせ町からは、男女あわせて10種目に参加した結果、バレーボール男子、サッカー、グラウンド・ゴルフが優勝を収め、3種目で第1位を獲得し、総合第4位という結果でした。

おいらせ町の結果 ※上位入賞した種目

種目名	順位
バレーボール男子	第1位
グラウンド・ゴルフ	第1位
サッカー	第1位
陸上競技	第2位
軟式野球	第2位
バスケットボール男子	第3位
ボウリング	第3位
卓球	第3位
ゴルフ	第3位



▲第3位に入賞したバスケットボール男子

町村別・総合順位（上位5チーム）

町村名	得点	順位
東北町	54	第1位
六ヶ所村	41	第2位
七戸町	37	第3位
おいらせ町	29	第4位
六戸町	24	第5位



▲ゲートボールの皆さん

☎ 社会教育・体育課
TEL 0178-56-4276



▲優勝したサッカー



▲第3位に入賞した卓球

証明書のコンビニ交付 サービス実施中！

マイナンバーカードを利用して、住民票の写し・印鑑登録証明書等をコンビニエンスストアで取得できます。詳しくは、役場町民課へお問い合わせください。



☎ 町民課 TEL 0178-56-2246

マイナンバーカード臨時交付窓口 （休日開庁）のお知らせ

●日時 7月12日（日）

9時～13時

●場所 町民課窓口
（役場本庁舎1階）

※詳しくはお問い合わせください。



☎ 町民課 TEL 0178-56-2246



ボランティア活動で地域の皆さんのお役に立ちます!!
2025ブナパークビオトープづくりを開始、地域づくりに貢献!!

わたしたちの 百石高等学校を紹介します!



二つの日本一を受賞しました

2025さんフェア福島全国高校生クッキングコンテスト文部科学大臣賞受賞!!

2025豆乳レシピ甲子園【豆乳×野菜部門】最優秀賞受賞!!

普通科

多様な進路目標達成に向けた
充実のカリキュラム



- ① 総合的な探究の時間（百石の上にも三年プロジェクト）で、夢の発見・挑戦・実現を目指します。
- ② 地域の諸活動へ積極的参加とともに地域資源を活用した教育活動を展開しています。
- ③ Mゼミ（課外講習）の実施により、学力向上や資格取得を目指します。

食物調理科

卒業と同時に調理師免許を申請可能
県内公立学校で唯一の調理師養成学科



- ① ホテルのシェフなどプロの特別講師20名による充実した学習ができます。
- ② レストランの現場実習、高齢者施設や保育園での体験学習、ホテルでのサービスマナー講習などの幅広い体験ができます。
- ③ 学びが進路に直結！専門的知識・技術の習得に加え、もてなす心など人間力の育成を目指します。

おいらせ町では、百石高校に通う生徒のために様々な支援を行っています。その一部を紹介します。

支援1

学力向上支援

◆進学塾等費用助成

進学や公務員試験に向けた学力向上のための塾費用等の一部を助成しています。

助成額▶進学塾等の費用の2分の1
年間1人60,000円まで

◆模擬試験等受験料助成

模擬試験等を受験する費用を助成しています。

助成額▶模擬試験の受験費用実費相当額
年間1人6回まで

支援2

スキルアップ支援

◆各種検定料助成

実用英語技能検定、日本漢字能力検定、全商ビジネス文書実務検定、全商情報処理検定、家庭科技術検定などの受検料を助成しています。

助成額▶検定料の2分の1（英検準2級以上の受検の場合と検定に合格した場合は全額助成）

他にも様々な支援を行っています。

☎ 政策推進課 TEL 0178-56-4273

有料広告

相続・契約・官庁提出書類・外国人入管法申請取次

administrative scrivener(行政書士) 행정서사



にしだて法務事務所

上北郡おいらせ町一川目 2-65-369

TEL 090-3649-3928

(固定) 0178-52-8240

有料広告

小笠原ユーザー車検代行

○軽乗用車限定

(例) タントカスタム

39,530円

○午前中出張お預かり
午後までに納車

安心してください!
軽自動車検査協会
による車検です



代表: 小笠原伸也

☎070-4499-6423

住所: 上明堂16-2

車検の流れ▶





上十三・十和田湖広域定住自立圏婚活イベント スイーツ婚活「LOVE SO SWEETS 2026」～上十三・十和田湖エリアのスイーツを楽しもう！

上十三・十和田湖エリアのスイーツを楽しみながら、ステキな出会いを探してみませんか？

MC（エフエム青森「金曜ラジmott!」パーソナリティ：d-iZe / 里村好美）による、イベント開始前の男女別コミュニケーションレクチャーや、イベント中の交流サポートもあります。婚活イベントへの参加が初めての方や交流が不安な方なども奮ってご参加ください。

日 時 8月1日(土)
13時30分～16時30分(受付13時～)

場 所 きざん三沢（三沢市三沢堀口17-128）

対 象 ○20歳以上49歳以下の独身の方(学生は除く)
○男性は上十三・十和田湖広域定住自立圏(※)に住んでいる方
○女性は居住地不問
※十和田市、三沢市、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ヶ所村、おいらせ町、秋田県小坂町

定 員 男女各25人
(申込多数の場合は抽選とします)

参 加 費 男性4,000円・女性2,000円

申込期間 6月19日(金)～7月22日(水)

運 営 ㈱エフエム青森 八戸オフィス



※詳しい内容や申し込み方法については、二次元コードからご覧ください。

☎ 十和田市シティプロモーション課 TEL 0176-51-6712

消防ポンプ自動車を売却します

入札参加申し込み受付

■期 間 令和8年7月22日(※) 17時(必着)まで

■場 所 財政管財課（本庁舎2階）

物件下見：希望する方は、申し込みが必要です。

開札日時：令和8年8月7日(金) 9時から



※入札参加の方法など、詳しくは町ホームページ (<https://www.town.oirase.aomori.jp/>) をご覧になるか、財政管財課で各資料を受け取ることもできます。

■物件情報

「水槽付き消防ポンプ自動車Ⅱ型」

型 式	U-FK417FW改
初 年 度 登 録	平成3年3月
車 両 総 重 量	7,905kg
総 排 気 量	7.54L
駆 動 方 式	後輪駆動
走 行 距 離	9,284km (令和8年4月30日時点)
最低売却価格	100,000円(消費税込み)

☎ 財政管財課 TEL 0178-56-4278

「おいらせ町新型インフルエンザ等対策行動計画」を改定しました

おいらせ町新型インフルエンザ等対策行動計画は、新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づき平成26年に制定したものです。

今般、新型コロナウイルス感染症対応における経験や政府行動計画および青森県行動計画の改定内容を踏まえ、感染症危機に対する平時からの準備や発生時の対策の充実を図るため、令和8年4月に町行動計画を全面改定しました。

計画の詳細については町ホームページをご覧ください。



▲町ホームページ
はこちら

☎ 健康保険課 TEL 0178-56-4551

全年齢の保育料と副食費を無償化します

町では、子育て世帯の経済的負担軽減を図るため、青森県学校給食費無償化等子育て支援市町村交付金を活用し、令和8年4月分から、認定こども園等に入所する子どもの保育料と副食費を無償化します。

これまで保育料は3～5歳児と第3子以降の子ども、副食費は第3子以降の子どもが無償化対象でしたが、年齢や多子世帯に関わらず、全年齢が対象になります。

無償化の対象になる費用

認定こども園、保育所、幼稚園、地域型保育事業所に入所している子どもの保育料と副食費

※延長保育料、預かり保育料、バス代、行事費用等の保護者負担費用は対象外です。

※副食費は国が定める月額を上限とします。

すでに支払った保育料と副食費の取り扱い

原則、返金します。対象者には町所管課または利用施設から通知がありますので、手続き等をご確認ください。

問い合わせ先 ※入所しているまたは予定している施設で異なります。

①認定こども園、保育所、幼稚園、地域型保育事業所

子育て支援課 TEL 0178-56-4259

②幼稚園（新制度未移行）

学務課 TEL 0178-56-4258



子育てサポーターを募集します

八戸市ファミリーサポートセンターでは、仕事、買い物、冠婚葬祭、通院、リフレッシュなど、一時的に子どもを預かってほしい方と預かる方（子育てサポーター）のマッチング事業を行っています。

子育てサポーター養成講習会

保育に関することを学べるほか、会員登録後は研修会や会員同士の交流会に参加できます。

※子育てサポーターは有償ボランティアです。

■日にち 7月16日（木）、7月22日（水）、7月30日（木）

■時間 各日10時から15時まで

■資格 八戸市、おいらせ町、三戸郡在住の方

※性別、資格を問いません。

■参加料 無料

■場所 八戸市総合福祉会館5階

■託児 無料（要予約）



問 八戸市ファミリーサポートセンター TEL 0178-71-2750

受付時間：8時30分から17時まで（土日・祝日年末年始を除く）

所在地：八戸市根城8丁目8-155 八戸市総合福祉会館1階

詳しくはこちら▶



子育て支援センター情報

☎ 子育て支援課 TEL 0178-56-4259

町では、地域子育て支援拠点事業を3か所の保育施設に委託し実施しています。
 今月のおすすめ行事は次のとおりです。各行事は、子育て家庭ならどなたでも参加できます。
 参加を希望される方は、各センターにお問い合わせください。
 ※感染症等の拡大状況により、行事が中止・日程変更となる場合があります。



三田地域子育て支援センター

ハッピーキッズ

日時：7月13日(月)
 10時～11時30分まで
 場所：三田保育園

生後6ヶ月と1歳のお子さんのお
 祝いをするボードを作ります。



☎ TEL 0178-56-2008

あゆみ地域子育て支援センター

筋膜リリース

日時：7月14日(火)
 10時～11時まで
 場所：あゆみ保育園

筋肉のコリを和らげ体の不調を改
 善、ほぐし方等教えます。



☎ TEL 0178-52-2206

菜の花地域子育て支援センター

七夕飾り製作

日時：7月3日(金)
 10時～11時30分まで
 場所：菜の花こども園

願いを込めて七夕飾りを作りましょ
 う♪



☎ TEL 0176-53-8670

●●●●●●●● お楽しみ広場 ●●●●●●●●

日時：7月23日(木)11時～11時30分まで
 場所：イオンモール下田西コート

歌、手遊び、絵本、紙芝居、パネルシアター
 等を行います。



その他の各センターの行事予定は
 町ホームページからご確認ください。

新着図書案内

図書館おすすめの本を紹介

☎ おいらせ町立図書館
 (みなくる館内)

TEL 0178-52-3900

今月の
 本展示

おはなし会

■一般図書

海の恩恵に感謝

海の日にちなんで、
 海・島・魚・船がでくる本

■児童書

あつさに負けない！

読んで涼しくなる絵本やよみもの

7月25日(土)
 14時から

7月の休館日

■は休館日

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

■一般図書

咲良は上手に説明したい！

滝沢 志郎 著

混乱する横浜駅で、乗客対応に追われ
 るアルバイト駅員の石川咲良の前に一人
 の女性、浅倉響が現れる。浅倉のわか
 りやすい説明で乗客が納得する姿に衝
 撃を受けた咲良は、浅倉と同じテクニ
 カルライターを目指し…。お仕事小説。

小学61年生

朱川 湊人 著

特撮と怪獣が世界を救うと思ってい
 た。還暦すぎてもそう思っている。日
 本バカ映画の巨匠・河崎実。永遠に小
 学校を卒業できない「小学61年生」と
 しての彼を、直木賞作家の朱川湊人が
 小説化する。

デッドエンドで宝探し

能町 みね子 著

行き止まり(デッドエンド)にこそ宝
 がある！肉体的パワースポット・夏
 泊大島、「バス停前」バス停・七戸…。
 夏だけ青森に住む能町みね子による、
 日本のはじっこ漫遊記。

- ☐ 青天／若林 正恭
- ☐ 俺の恋バナを聞いてくれ／新川 帆立
- ☐ 豆は煮えたか／朝井 まかて
- ☐ 聞き出せる人が、うまくいく。／荒木 俊哉
- ☐ 美術館強盗事件簿／フィリップ・デュラン

- ☐ キッチンカービジネスのすべて／山下 義
- ☐ 名城怪談／田辺 青蛙
- ☐ 20代からのエチケット事典／野原 遙
- ☐ 絶対に見たことがあるアレの正体、聞いてみた／井上 マサキ
- ☐ 最後までひとり暮らし／田村 セツコ ほか



地域おこし協力隊の活動報告



宮隊員

首都圏でおいらせ町の魅力をPRしてきました！

2026年も東北エリア最大規模の移住・交流イベントが東京都千代田区有楽町で開催され、おいらせ町も出展しました。政策推進課職員と地域おこし協力隊の私で、移住を検討されている方々の相談対応を行いました。



イベント内では、来場者向けにおいらせ町の1分間PRも実施し、交通アクセスの良さを中心に町の魅力を紹介しました。

トップバッターでの登壇となり

緊張もありましたが、多くの方においらせ町をPRすることができました。

当日は、昨年ブースへお越しいただいた方や、来年度に移住予定の子育て世代の方々にもお立ち寄りいただき、おいらせ町への関心の高さを改めて感じる一日となりました。

移住は検討から実際の移住まで時間を要する場合も多いため、今後も継続して町の魅力発信や相談対応に取り組んでいきます。



図 政策推進課 TEL 0178-56-4273

電車で、おやこ食堂

参加費無料



日時：7月5日（日）12時～14時

※集合：12時（12時25分に下田駅から電車が出発しますので、遅れた場合は不参加となります）

集合場所：下田駅（青い森鉄道）（*下田駅で解散となります）

内容：青い森鉄道の貸切車両にて、下田駅～三沢駅間を往復。電車内で駅弁を楽しんだり、車内アナウンスを体験。ヴァンラーレ八戸からのプレゼントもあります。「非日常空間」での楽しい思い出を！

対象：小学生・幼児を持つおいらせ町在住の親子 募集組数：20組（先着順）

主催：おいらせおやこ食堂（佐々木商事株式会社・ミート農場）

後援・協力：青い森鉄道株式会社、ヴァンラーレ八戸株式会社、青森県立百石高等学校、おいらせ町社会福祉協議会、地域おこし協力隊 宮康彰

問・申込先 ミート農場 TEL 0178-20-9036

有料広告

住まいのトラブル!! 困った? 解決します!!

便利くんスタッフが
ご自宅までご訪問いたします!!



ぶんちゃん

水まわり・台所
ボイラー・ストーブの修理
草刈りだってなんでも
ボクにオマカセ!!

住まいのお困り事解決
各種資格を有した
スタッフ在籍
お気軽にご相談ください

がんばん 便利くん

総合受付番号

受付時間 午前 9:00 ▶ 午後 5:00

通話
無料

0120-019-586

まちの保健だより

健康保険課
TEL 0178-56-4551

次回予告

下田公園ウォーク

日時：令和8年10月31日（土）
午前中
場所：下田公園

詳細が決まり次第、広報等でお知らせします。



参加費無料！

*参加当日までにイオンモールアプリをインストールしてください。
お手伝いが必要な方は、事前にご相談ください。

イベント モールウォークinイオンモール下田

涼しいモールを歩きながら、新しい運動習慣をつくりませんか？イオンモールアプリを活用してウォーキングコースに沿って歩き、歩数を確認してみましょう。

健康運動指導士の先生から正しいフォームを教えてもらいながら歩くことができます。ウォーキングの習慣づくり、健診結果の改善を目指して、みんなで楽しく歩きましょう。

日時 令和8年8月4日（火）9時～10時（8時45分～受付）

集合場所 イオンモール下田 ダイソー付近

講師 健康運動指導士 加藤智子先生

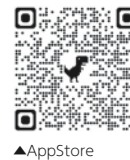
持ち物 アプリをインストールできる携帯電話・スマートフォン

申込締切 7月31日（金）

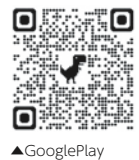
問・申込先 おいらせ町役場健康保険課
TEL 0178-56-4551
または 二次元コード▶



▼イオンモールアプリはこちら▼



▲AppStore



▲GooglePlay

こんにちは、地域包括支援センターです！

No.102

八戸圏域市民後見人養成研修 受講者募集!!

成年後見制度を利用する方が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、身近な立場で支援する「市民後見人」を養成します。

本研修では、成年後見制度のしくみや心構え等、幅広い知識を学ぶことができます。

事前説明会、養成研修ともに参加は無料です。事前説明会へのご参加をお待ちしております。

事前説明会

日時 ①7月28日（火）13時30分～15時 } ※①②どちらかにご参加ください。
②7月29日（水）13時30分～15時
場所 八戸市総合福祉会館 3階大会議室
申込締切 7月20日（月）

養成研修

期間 基礎研修：9月14日（月）～10月5日（月）【6日間】
実務研修：10月14日（水）～10月28日（水）【5日間】
場所 八戸市総合福祉会館 3階大会議室
対象 市民後見人として活動する意思のある方
（おおむね25歳～75歳以下）
定員 50人

問・申込先

八戸圏域成年後見センター
TEL 0178-24-1324 FAX 0178-47-1881



白鳥と野鳥フォトコンテスト作品募集

審査部門

- ①白鳥部門 間木堤や根岸堤など町内のハクチョウを題材とした部門
- ②野鳥部門 町内の野鳥を題材とした部門（家禽等は除く）

応募資格

プロ・アマチュア問わず、どなたでも各部門一人3点まで応募できます。

※詳しい応募要件は、白鳥の家、白鳥保護監視所で配布する募集チラシをご覧ください。

応募期限

令和9年2月2日(火)必着

規格と応募方法

①プリント作品

サイズはA4に限ります。作品裏面に応募票を貼り、一般社団法人おいらせ町観光物産協会事務局（ネーチャーセンター白鳥の家内）へ郵送またはご持参してください。

②デジタル作品

サイズは問いませんが、1点あたりのデータ容量は3MB以内とし、未加工・未処理でA4サイズにプリントアウトして審査します。メールで提出する場合は、本文に「審査部門」「作品名」「氏名（ふりがな）」「年齢」「性別」「住所」「電話番号（連絡先）」「撮影場所」「撮影日」「撮影コンセプト」を記載してください。

※応募票は募集チラシと合わせて配布するほか、町ホームページからダウンロードできます。

※応募作品は返却しませんので、あらかじめご了承ください。

写真展示

3月上旬から白鳥の家などで展示予定です。



問・応募先

（一社）おいらせ町観光物産協会事務局（ネーチャーセンター白鳥の家内）
「フォトコンテスト」係
〒039-2129 おいらせ町中平下長根山1-133
TEL 0178-56-5256 メール info@oirase-kankou.com

消費生活情報

光回線の契約トラブルに注意

相談事例

- 現在契約している事業者を名乗って「利用している光回線を新しくする。通常は数千円かかるが今回は無料だ」と電話が掛かってきた。負担がないならよいと思い申し込んだ。数日後、申込書が送付されてきたが、送付元は契約している事業者ではなく別会社だった。室内工事費として約3万円の記載もある。工事業者から「工事日が明後日に決まった」と連絡があった。契約先や契約内容がはっきりしないので解約したい。

トラブル防止のポイント



- 光回線の電話勧誘トラブルに関する相談が依然として寄せられています。勧誘された際は、必ず事業者名やサービス名を確認し、連絡先を聞いておきましょう。
- 光回線サービスの電話勧誘の場合、事業者は原則、契約前に書面を交付し、料金や提供の条件を説明する義務があります。事業者に書面の提出を求め、改めて電話で書面の説明を受けたうえで必要な契約か判断しましょう。毎月の支払額やオプションの有無、解約金などについてもよく確認しましょう。
- 必要がなかったり、説明を受けても内容が分からなかったりする場合はきっぱり断りましょう。

問 消費者ホットライン TEL 188 ※最寄りの消費生活センターに案内する電話番号です。
産業課 TEL 0178-56-4703

熱中症、水難事故の予防について

熱中症とは

気温や湿度が高い中で、体内の水分や塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れ、体内の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、けいれんや意識障害など、様々な障害をおこす症状のことです。

家の中でも、室温や湿度が高いと熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

熱中症予防のポイント

- 外出の際は涼しい服装で、日よけ対策も！
- 無理せず、適度に休憩を！
- のどが渇かなくてもこまめな水分補給を！
- 室温28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう！
- 栄養バランスの良い食事と、適度な運動を心掛けましょう！
- ※水分補給はコーヒーやアルコールではなく水やスポーツ飲料を！

水難事故の注意点

- 危険な場所(テトラポット、立入禁止区域等)には近づかない！
- 子供だけで遊ばせない！
- 釣りをするときはライフジャケット、滑りにくい靴の着用を！
- 出かける前に気象情報のチェックを！
- 体調が悪い時、飲酒時は泳がない！

☎ おいらせ消防署 TEL 0178-56-2525 おいらせ消防署北分遣所 TEL 0176-51-2170



ぐるっとNAVI

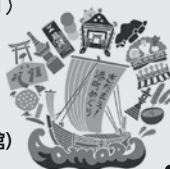
上十三・十和田湖広域定住自立圏イベント情報

野辺地町 日本遺産3港めぐりスタンプラリー

日時：7月8日(水)～11月30日(月)
9時～16時

場所：野辺地町中央公民館
鯉ヶ沢町日本海拠点館
深浦町歴史民俗資料館

☎ 野辺地町教育委員会(歴史民俗資料館)
TEL・FAX 0175-64-9494



七戸町 ニツ森貝塚ふれあいまつり

日時：7月12日(日)10時～15時
場所：ニツ森貝塚館

☎ ニツ森貝塚ふれあいまつり実行委員会
(事務局：七戸町教育委員会生涯学習課)
TEL 0176-62-9702



▲Instagram
はこちら

六戸町 ろくのヘサマーフェスティバル

日時：7月17日(金)17時～20時30分
7月18日(土)16時～20時

場所：六戸町総合体育館西側駐車場

☎ 六戸町観光協会(六戸町まちづくり推進課内)
TEL 0176-55-2411

七戸町 上北地区特別支援連携協議会主催「情報交流会」

日時：7月29日(水)13時30分～15時30分

場所：七戸町総合アリーナ 研修室
(オンラインでの参加もできます)
二次元コード、電話にて申し込み

☎ 青森県立七戸養護学校 地域支援部
TEL 0176-62-2331



▲詳しくはこちら

有料広告

こま
困った!
のご要望に応じて

農地(田・畑)の管理請け負います。

(田畑の草刈り、トラクターロータリーかけ) (湿地はお断りしています)

土地の状態(荒地)、場所の条件、作業の内容によって請け負い額が変わります。

機械がない。機械が壊れた。高齢で無理など。

・立木の枝切り、伐採承ります。



BS (有)ビジネス創研



〒039-2141 上北郡おいらせ町明土11(本村)
TEL・FAX 0178-56-2814

サイン製作所 〒039-2129 おいらせ町中平下長根山1-53
(国道45号沿い) TEL・FAX 0178-32-0185



おいらせの学びカレッジ一般講座を開催します

おいらせの学びカレッジ一般講座 第1講座

○演 題 「クマを含む大型獣の生態と対策について」

○講 師 東北野生動物保護管理センター 代表 宇野 壮春 氏

○日にち 7月9日(木) 開講式18時20分

○時 間 開場18時 講演18時30分～20時

○場 所 おいらせ町民交流センター

受講料無料
事前申込不要



今年、仙台市街地で麻酔銃を使って熊を捕獲した専門家です。NHKにも多数出演しており、講演では多くの疑問や質問を受け付ける予定です！

青の煌めきあおもり国スポ・障スポNEWS

青の煌めきあおもり国スポ・障スポおいらせ町実行委員会
(おいらせ町役場社会教育・体育課内 TEL 0178-56-4276)

2026年10月に青森県で開催される第80回国民スポーツ大会、第25回全国障害者スポーツ大会（青の煌めきあおもり国スポ・障スポ）に関する情報をお届けします。

青の煌めきあおもり国スポ・障スポ
2026 翔ける未来へ縄文の風に乗って
第80回国民スポーツ大会 第25回全国障害者スポーツ大会

障スポリハーサル大会「ブラインド・ベースボール」は5月31日（日）に下田公園多目的グラウンドで開かれ、青森県をはじめ岩手県、宮城県、福島県の代表チームが参加し、白熱した試合を繰り広げました。



試合結果

- ・1回戦 岩手県 3－0 宮城県
- ・決勝戦 福島県 2－0 岩手県
- ・交流戦 青森県 6－0 宮城県

選手だけでなく、スタッフも本番と同じように大会に臨みました。リハーサル大会で挙げられたさまざまな課題が改善され、10月24日（土）、25日（日）に開かれる障スポ本大会本番を迎えます。

有料広告

佐藤税理士法人
青森事務所



士業の森行政書士法人
相続贈与相談センター

法人税

所得税

事業承継

遺言

相続

贈与

各種申告・相続対策等でお悩みの方へ 税理士と行政書士が丁寧にサポート致します！まずはお気軽にお問い合わせください！

初回1時間無料

おいらせ町向川原3-11 TEL 0178-50-6100 (平日9:00-17:00)



個性あふれる土器づくり体験

おいらせ阿光坊古墳館では、縄文時代から続く古代の技法「手づくね」による土器づくり体験が行われました。

「手づくね」とは、ろくろを使わずに粘土をひも状にして積み上げたり、手でこねて成形したりする伝統的な手法のこと。当日は、土器づくりに興味を持った方や家族連れなど11人が参加し、個性豊かな器や創作意欲にあふれた力作を制作していました。参加者からは、「難しかったけど楽しかった!」「作った器は多肉植物の鉢として使いたい!」といった感想が寄せられました。

手づくね土器づくり体験

5月
2日



▲土器づくりに熱中する参加者の様子

親子で楽しむ自然と謎解き

町子ども会育成連合会（^{あきひと} 吉米地晃仁会長）は、下田公園で春の親子追跡ハイキングを開催しました。

当日は、29チーム95人の親子が参加。晴れ渡る青空の下、参加者はハイキングコースに設置された問題に取り組みながら、園内の自然を楽しんでいました。また、問題の正答数とあらかじめ設定されたゴールタイムとの差をもとに点数化した結果、土手内^{しゅんいち}駿一さん（木内々小学校6年）が第1位に選ばれました。土手内さんは、「6年生最後の参加で優勝できてとてもうれしい!」と笑顔で話していました。

春の親子追跡ハイキング

5月
10日



▲木に貼りだされた問題を解く参加者たち

感謝の気持ちを込めて清掃活動

百石まつり山車組の一つである七軒町組附祭（^{かずお} 田口和夫会長）は、八幡宮で清掃活動を行いました。

当日はボランティア24人が参加。落ち葉拾いや草刈りを行い、普段から利用している神社に感謝の気持ちを込めて、参道から境内にかけてきれいに整えました。田口会長は、「附祭の組として日頃から神社に対する奉仕の気持ちを持ち、密接な関係を築きながら秋祭りに参加しようという趣旨で、今年からこの活動を始めた。年に2回ほど何らかの形で奉仕活動を続けていきたい」と思いを話していました。

七軒町組附祭
八幡宮環境美化ボランティア

5月
17日



▲清掃活動の様子（写真提供・七軒町組附祭）



グラウンド・ゴルフの技術競う

第21回町内会対抗グラウンド・ゴルフ大会、
第13回町長旗争奪グラウンド・ゴルフ大会

5月

3日

5月

30日

町グラウンド・ゴルフ協会（山崎^{ひとし}斉会長）は、5月3日にいちょう公園で第21回町内会対抗グラウンド・ゴルフ大会を開催し、各町内会から21チーム95人が参加しました。また、同協会は5月30日、同公園で第13回町長旗争奪グラウンド・ゴルフ大会を開催、町内外から集まった402人と技術を競い合いました。なお、各大会の優勝者は次のとおりです。

第21回町内会対抗G・G大会（団体）	錦ヶ丘チーム
第21回町内会対抗G・G大会（個人男性）	泉 利幸さん
第21回町内会対抗G・G大会（個人女性）	堤 アサさん
第13回町長旗争奪G・G大会	小田 敏実さん （八戸市）



▲町長旗争奪グラウンド・ゴルフ大会の様子

買い物ついでに健康チェック！

町の健康づくりを推進する「おいらせ町保健協力会（村田^{しょうこ}昭子会長）」は、イオンモール下田で血圧、握力、ベジチェック（推定野菜摂取量）の無料測定会を開催しました。

測定会では、来場者に健康増進に関するアドバイスを行うとともに、町民健診の受診を呼びかけました。また、マエダストアおいらせ店や青森県民生協おいらせ店でも同様の活動を実施しています。参加者は測定結果を見て自身の健康状態を振り返り、その場で健診を申し込む方もいるなど、大変賑わいを見せました。

町保健協力員無料測定会

5月

12日



▲ベジチェックや血圧測定を受ける参加者たち

消防団員としての心構えを学ぶ

町消防団（袴田^{かずお}和夫団長）は、おいらせ消防署で新入消防団員基礎訓練を実施しました。

当日は、入団5年未満の団員8人が参加。日ヶ久保^{ひろみつ}光副団長から消防団の特性や団員としての心構えについて講義を受けた後、おいらせ消防署の指導を受けて礼式訓練やホース等の操法訓練、放水体験、煙体験を行いました。新入団員は、「実際に煙に巻かれた時にどう行動すればよいか学ぶことができた」「放水の勢いがとても強く、驚いた。今後も訓練を重ねていきたい」といった感想が寄せられました。

町新入消防団員基礎訓練

5月

17日



▲消防用器具の使い方を教わる新入消防団員ら

町民課分室(役場分庁舎)、北部出張所(北公民館内)でも各種証明書が発行できます!

- 住民票、町名の証明書
- 戸籍謄本、戸籍の附票
- 印鑑証明書 ※北部出張所では、印鑑の登録・廃止・再発行の手続きはできません。
- 所得証明書・課税所得証明書
- 評価証明書など資産に関する証明書
- 納税証明書(車検用含む)
- 粗大ごみ処理券
- 健診無料券など

☎ 町民課分室 TEL 0178-56-4214 北部出張所 TEL 0176-50-1208

お知らせ

- 土・日・祝日は、各種証明書の発行を行っておりません。
 - 住所変更、戸籍届出などは取り扱いできません。
 - 運転免許証やマイナンバーカードなど、本人確認ができる公的書類をご持参ください。
- ※証明書によっては、追加書類の提出が必要となる場合もありますので、事前にお問い合わせください。

相談

行政相談・弁護士相談

毎日の生活のなかで関わっている役場の手続き・サービスなどへの苦情・意見・要望を受け付けています。(相談無料)

※弁護士相談は要予約。

日時 7月8日(木) 10時～12時

場所 北公民館

☎ 総務課

TEL 0178-56-2166

予約 弁護士法人 青空と大地

TEL 0176-21-5162

DV相談窓口

ドメスティック・バイオレンス(DV)とは、配偶者や恋人など親密な関係にある(あった)者から受ける暴力のことです。被害を受けたら、まずは下記の窓口まで

ご相談ください。

▶青森県女性相談支援センター

- ・電話相談 017-781-2000
- ・DVホットライン(緊急通報専用) 0120-87-3081(24時間対応)

▶三戸福祉事務所(配偶者暴力相談支援センター)

0178-27-4435

▶DV相談+(プラス)(内閣府)

0120-279-889

- ・チャット相談 12時～22時(外国語相談にも対応)



▲チャット相談はこちら

- ・プラス相談箱(24時間受付)



▲プラス相談箱はこちら

▶DV相談ナビ(男女共同参画局) #8008

▶警察相談専用電話 #9110

※緊急の場合は110番に通報してください。

☎ 町子育て支援課

(こども家庭センター)

TEL 0178-56-4261

教育相談

児童・生徒とその関係者を対象に、いじめ、不登校、非行、しつけ、進路、勉強などに関する相談を受け付けます。(相談無料)

○みなくる館 毎週火～金曜日

TEL 0178-56-2019

○北公民館 毎週月・火曜日

TEL 0178-57-0033

※時間はそれぞれ9時30分～12時、13時～16時

☎ 教育相談室

TEL 0178-56-2019

国民年金情報

国民年金保険料の納付が困難なときは、未納のままにせず年金窓口で手続きを!

☎ 日本年金機構 八戸年金事務所 TEL 0178-44-1742 町民課 国民年金係 TEL 0178-56-2246

収入の減少や失業等により、国民年金保険料を納めることができなくなった場合に申請できる制度です。

① 保険料免除制度

経済的な理由で納付困難な場合に利用できます。

本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定以下の場合や、失業などで納付困難な場合に、保険料が全額免除、一部免除となります。

※一部免除の場合は、一部納付保険料を納付しないと未納期間となります。必ず納付してください。

② 納付猶予制度

本人が50歳未満に利用できる制度で、承認されると保険料の納付が猶予されます。本人、配偶者の前年所得が一定

以下であれば世帯主の前年所得にかかわらず承認されます。

※毎年7月に年度切替の所得の見直しを行います。また、過去2年までさかのぼって免除申請ができます。

※学生の方で本人の前年所得が一定以下の場合には、学生納付特例制度があります。

※いずれも付加年金または国民年金基金に加入中に、免除などが承認されると脱退となります。

○申請方法 申請書を町民課窓口・年金事務所に提出
マイナポータルを利用した電子申請

手続きはこちらから

マイナポータル

検索

<https://myna.go.jp>



『くらし』と『仕事』無料相談

仕事やお金、ひきこもりなど、さまざまな暮らしの困りごとや不安を抱えている人の相談を受け付け、ひとりひとりの状況に応じた支援を行います。まずはお気軽に問い合わせください。(相談無料)

☎ 三戸地域自立相談窓口

TEL 0178-51-8755

(平日9時～17時)

もの忘れ相談

「最近、もの忘れが気になる」「これって認知症?」「軽度認知障害(MCI)かもしれない」など不安をお持ちの方やご家族・関係者から相談をお受けします。(相談無料)。

相談日(予約制、毎月第1金曜日)

令和8年▶7月3日、8月7日、9月4日、10月2日、11月6日、12月4日

令和9年▶1月8日(年始にかかり第2金曜日)、2月5日、3月5日

時間 9時～15時の間(1件につき1時間程度)

※上記相談日以外にも随時相談を受け付けています。

場所 役場本庁舎1階 相談室

対象者 65歳以上の町民で、相談を希望される本人またはその家族・関係者

問・申込先

おいらせ地域包括支援センター

TEL 0178-56-2132

福祉のお仕事を体験してみませんか?

青森県福祉人材センターでは、「福祉施設職場体験事業」を実施しています。興味のある方は、ぜひ青森県福祉人材センターまでお問い合わせください。



▲申し込みはこちら

問・申込先 八戸福祉人材バンク

TEL 0178-47-2940

FAX 0178-47-1881

45歳以上の方の再就職支援セミナーを開催します

就職活動のポイント(仕事の探し方・応募書類の作成・面接等)について、45歳以上に特化した内容のセミナーを開催します。(参加無料、定員20人)

日時 7月29日⑧ 13時30分～15時30分(セミナー終了後、希望者個別面談:17時まで)

場所 友の会福祉会館(八戸市長根1丁目2-8)

※このセミナーは、雇用保険受給資格者の求職活動として認められます。

問・申込先

ネクストキャリアセンターあおもり

TEL 017-723-6350

Eメール:

chuukounen@ims-hirosaki.com

税

夜間・休日納税相談

日中、お仕事などで税金の納付や相談が困難な方を対象に、夜間と休日に納税相談日を設けています。開設時間内であれば、各種税金を納めることもできます。

○夜間納税相談 17時～20時

[役場本庁舎(税務課)]

▼7月7日⑧・21日⑧

[役場分庁舎(町民課分室)]

▼7月14日⑧・28日⑧

○休日納税相談 8時30分～12時

[役場本庁舎(税務課)]

▼7月5日⑧

★身体の不自由な方が、金融機関や役場窓口等で税金・保険料を納められない場合には、税務課へご相談ください。

★納め忘れの防止には、口座振替がおすすめです。

☎ 税務課

TEL 0178-56-4704

自動車税のグリーン化特例について

自動車税は、自動車環境対策の観点から、排出ガス性能および燃費性能の優れた環境負荷の小さい自動車については、その排出ガス性能および燃費性能に応じて税率を軽減(軽課)し、初回新規登録から一定の年数を経過した環境負荷の大きい自動車については税率

小型家電の巡回回収について

小型家電巡回回収日 7月26日(日)

■回収場所・受付時間

回収場所	受付時間
北公民館	8時30分～9時
甲洋小学校校舎南側駐車場	9時30分～10時
役場分庁舎第2駐車場 ※有限会社モルト南側です。	10時30分～11時
中央公民館	11時30分～12時

- テレビ、洗濯機・乾燥機、冷蔵庫・冷凍庫、エアコンは回収できません。
- 家電製品付属のコードは切断し、一緒に出してください。(パソコンのケーブル類も回収します。)
- パソコン、携帯電話、スマートフォンなどに保存されている個人情報、必ず消去してください。
- 乾電池、照明器具のカバーと蛍光灯は回収できないため、取り外ししてください。
- 家電製品内の電気は使い切ってから出してください。
- 住んでいる地区に限らず、どの回収場所でも時間内であれば受け付けますので、回収場所に小型家電を置いていくのはやめてください。
- 次回回収予定日は8月30日(日)の予定です。

閤町民課分室 TEL 0178-56-4214

を重く（重課）する『自動車税のグリーン化特例』が実施されています。詳しくは、上北県税事務所までお問い合わせいただくか、県ホームページをご覧ください。
問 上北県税事務所納税管理課
TEL 0176-22-8111
 （内線211～214）

イベント

「認知症の方とその家族のつどい」を開催します

認知症の方とその家族が集まり、これまでの経験や介護の悩み、これからのことについてお茶やお菓子を楽しみながら一緒に話してみませんか？

日時 7月11日④ 10時～12時
場所 東公民館2階 会議室
対象 認知症の診断を受けた方や、もの忘れが気になる方（介護・福祉サービスをご利用の方も含みます）、および認知症の方のご家族や介護者の方
 ※7月7日④までに申し込みください。参加費は無料です。

問・申込先
おいらせ地域包括支援センター
TEL 0178-56-2132

八戸圏域連携中枢都市圏事業 学ぼう！夏休み一次救命とAEDの使い方

日時 8月6日⑥ 14時～16時
場所 八戸市立市民病院北棟 2階大会議室A（八戸市田向3丁目1-1）
対象 小学生以上の子どもとその保護者
受講料 無料
定員 30組（申し込み多数の場合は抽選）
申込期間 7月3日⑤～7月9日⑥
申込方法
 二次元コードからお申し込みください。



▲申し込みフォームはこちら
問 八戸市保健総務課
TEL 0178-38-0706

陸上自衛隊八戸駐屯地 納涼盆踊り大会

日時 7月25日④ 16時45分～20時30分（一般開放）
場所 陸上自衛隊八戸駐屯地（八戸市大字市川町字桔梗野官地）
内容 盆踊り（部隊対抗、自由参加）、八戸陣太鼓演奏、野外売店、pacchi出演予定
 ※詳細はホームページをご覧ください。



▲ホームページはこちら
問 八戸駐屯地指令業務室広報班
TEL 0178-28-3111
 （内線2013、2067）

募集

町地域福祉計画策定 委員会委員の募集

地域住民と行政が協働しながら、安心して暮らせる地域づくりの指針となる「おいらせ町地域福祉計画（令和9～13年度）」の策定にあたり、広く町民の皆さんの意見を反映させるため、委員を募集します。

募集人数 2人
任期 委嘱の日から令和11年3月31日まで（会議は年3回程度、平日日中の開催を予定）
報酬 日額5,300円（交通費は別途支給）
応募資格 次の条件をすべて満たす方
 ・町内に住所を有する方で、地域福祉に関心のある方
 ・令和8年4月1日現在で満18歳以上の方
 ・平日日中に開催する会議に出席できる方
応募方法 応募申込書に必要事項

海難事故などの防止に努めましょう！

問 八戸海上保安部交通課
TEL 0178-32-4691

海の事故防止

夏季を迎え、例年、海での事故が多くなっています。プレジャーボートでは発航前検査の徹底と整備業者等による定期的な点検、漁船では適切な見張りや気象海象の把握、海中転落や巻き込まれ防止が必要です。また、海で活動するときは、ライフジャケットの常時着用、連絡手段の確保を徹底し、海難事故の防止に努めましょう。万が一の際は、携帯電話等のGPS機能ON、118番（海上保安庁への緊急通報）やNET118の活用で迅速な救助につなげましょう。

夏季安全推進活動のお知らせ

夏休みを中心に、マリレジャーが活発化するなか、特に海水浴場以外における遊泳事故防止のための海難防止啓発活動を行っています。遊泳等の際には、監視員やライフセーバーがいる時間帯の開設された海水浴場で安全に海水浴を楽しみましょう。また、フロート遊具や浮き輪を使う場合には、思いがけず沖に流されることがあるので、特に小さなお子さんから目を離さないよう注意しましょう。



海水浴事故防止啓発ソング



ウォーターセーフティガイド



海の安全情報
 八戸の気象状況

を記入し、郵送、FAXまたは持参で提出してください。

※応募申込書は介護福祉課で配付（郵送対応あり）するほか、町ホームページからダウンロードできます。なお、提出書類は返却しませんのでご了承ください。

応募期限 7月31日⑤（当日消印有効）

選考方法 応募申込書の記入内容により選考し、結果をご本人に通知します。

問・申込先 介護福祉課
TEL 0178-56-4705
FAX 0178-56-2324

子ども鶏舞教室参加者募集



本村地区に伝わる伝統芸能、本村鶏舞に参加して、友達の輪を広げよう（参加無料）。

【本村鶏舞開催日】

8月13日⑥～8月14日⑤

練習日 7月21日⑥～8月12日⑥

場所 本村地区コミュニティセンター伝承館（下田小学校北側）

対象 町内の児童ならどなたでも

申込期限 7月11日④

※希望者は申込用紙をおいらせ阿光坊古墳館へ提出のうえ、7月21日、19時に本村地区コミュ

ニティセンター伝承館へお集まりください。詳しい練習日程をお知らせします。

※申込用紙はおいらせ阿光坊古墳館窓口で配布している他、下記二次元コードからダウンロードいただけます。



▲申し込み書はこちら

問・申込先
おいらせ阿光坊古墳館
TEL 0178-20-0405

（休館日：毎週日曜日・月曜日・祝日・年末年始）

青森県統計グラフコンクール 作品募集中！

青森県では毎年、「青森県統計グラフコンクール」を実施しています！

皆さんの興味がある事柄のデータを集め、グラフや絵などを組み合わせ、作品にしてみませんか？夏休みの自由研究や、日頃気になるテーマを考える機会に最適！

応募資格 県内在住の小学生以上の方

内容 二次元コードから県ホームページをご覧ください。



▲ホームページはこちら

応募期限 8月31日⑤必着
提出先 郵送で下記までお送りください。

問・申込先
〒030-8570
青森市長島一丁目1-1
青森県総合政策部統計分析課
管理・普及グループ
TEL 017-734-9164

講座・試験案内

おいらせの学びカレッジ専門講座（地域講座）
『おいらせ町歴史探訪講座』



阿光坊古墳館・古墳群・大山将棋記念館を巡り、さまざまな体験を通し、おいらせ町の歴史を学びます。

日時 7月25日④
9時30分～13時

場所 おいらせ阿光坊古墳館 ほか
講師 阿光坊古墳館・大山将棋記念館スタッフ

参加費 350円（土器づくり体験分）

定員 10人程度

申込期限 7月16日⑥まで

申込方法 電話または二次元コードから申し込みください。

7月のスポーツ施設無料開放デー

町では毎月第3日曜日を「町民スポーツの日」と定め、屋内スポーツ施設の一部を~~無料開放~~しています。



町民交流センターAコート

開放日時：7月19日（日）
9時から16時まで

いちょう公園体育館Aコート

開放日時：7月19日（日）
9時から16時まで



※施設の利用には内履きが必要になりますので、ご持参ください。

問 社会教育・体育課 TEL 0178-56-4276



▲申し込みはこちら

【行程】

9時30分 参加者集合（阿光坊古墳館）、阿光坊古墳群→阿光坊古墳館 見学

10時40分 土器づくり体験

12時20分 王将館 見学

13時 閉会（阿光坊古墳館）

※集合・解散場所は阿光坊古墳館になります。

※この講座は、子ども講座と併催です。

※土器は焼き上げに1か月程度かかります。

問・申込先 社会教育・体育課
TEL 0178-56-4270

ガラス玉づくり講座

おいらせ阿光坊古墳館では、7月にガラス玉づくり体験を行います

す。ガラスの粉を溶かし、色とりどりのガラス玉をつくりましょう。



日時 7月18日④ 10時～12時

定員 8人

料金 350円

問・予約先

おいらせ阿光坊古墳館

TEL 0178-20-0405

排水設備工事 責任技術者試験案内

日時 10月21日④ 14時～16時

試験会場 青森市、弘前市、八戸市、五所川原市から選択

受験手数料 8,000円

（振込手数料除く）

申込書配布・受付場所

地域整備課（分庁舎1階）

受付期間

7月1日④～7月31日④

（土日・祝日除く）

図 青森県下水道協会

TEL 017-734-4201

町地域整備課

TEL 0178-56-4819

ひとり親家庭の 就業支援講習会

ひとり親家庭の親や子、または寡婦を対象に就業支援講習会を開催します（開催日時、会場の詳細はお問い合わせください）。

内容 パソコン講座（個別指導）、簿記（日商簿記3級）、介護職員初任者研修、調理師試験準備講習会
受講料 無料（教材費、受験手数料等は自己負担）

募集期間 7月1日④～8月3日④

※その他、就業相談や法律相談、メンタルヘルス相談など各種相

令和8年度自衛官等採用案内

種 目		資 格	受付期間	試験期日	処 遇	試験場所
キャリア採用幹部		大卒以上の者で、応募資格に定められた学部・専攻学科等を卒業後、2年以上の業務経験のある者	8月3日～10月9日	陸上自衛隊 10月30日 海上自衛隊 11月6日又は11月9日※ 航空自衛隊 11月9日	2等海・空佐：約37万円～ 3等海・空佐：約35万円～ 1等陸・海・空尉：約32万～約34万円 2等陸・海・空尉：約30万～約32万円 3等陸尉：約29万～約31万円 ※学歴・職歴等により異なります。	別途お知らせいたします。
航空学生		18歳以上24歳未満の方(高卒者(見込含)又は高専3年次修了者(見込含))	7月1日～8月28日	<1次試験>9月19日及び9月26日※ <2次試験>10月15日～22日※ <3次試験>海：11月20日～12月16日※ 空：11月14日～12月17日※	[初任給] 月額：239,500円(高卒) 月額：254,200円(大卒)	
一般曹候補生		18歳以上33歳未満の方	7月1日～9月1日	<1次試験>9月16日～27日※ <2次試験>10月17日～11月1日※		
2等陸・海・空士(任期制)			年間を通じて行っております。	別途連絡します。		
防衛大学校学生	一般	18歳以上21歳未満の方(自衛官は23歳未満) 高卒者(見込含)又は高専3年次修了者(見込含)	7月1日～10月15日	<1次試験>10月31日 <2次試験>11月27日～12月2日※	[初任給] 月額：161,000円	
防衛医科大学校医学科学生		18歳以上21歳未満の方 高卒者(見込含)又は高専3年次修了者(見込含)	7月1日～10月8日	<1次試験>10月24日 <2次試験>12月16日～18日※		
防衛医科大学校看護学科学生(自衛官候補看護学生)			7月1日～10月2日	<1次試験>10月17日 <2次試験>12月5日・6日※		
自衛隊奨学生	技術	大学の理学部・工学部※3の3・4年次又は大学院(専門職大学院を除く。) 修士課程在学(正規の修業年限を終わる年の4月1日現在で26歳未満(大学院修士課程在学者は28歳未満))	6月2日～10月9日	11月7日・8日	[学資金] 月額：80,000円	
予備自衛官補	技能	18歳以上で各種国家免許資格等を有する方(国家免許資格等の細部についてはお問い合わせください。)	5月23日～9月10日	9月12日～10月4日※	[身分] 非常勤特別国家公務員	
	一般	18歳以上52歳未満の方			[教育訓練招集手当] 日額：8,800円	

※試験日については、試験期間のうち1日指定されます。 ◎細部は下記までお問い合わせ下さい。
処遇については、令和8年1月現在のものです。

 〒033-0037 三沢市松園町三丁目6-16 中野プラザビル2F(ユニバース松園店隣)
自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所
電話・FAX 0176-53-1346(平日8:45～17:30)
E-mail:aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp



◀三沢募集案内所
instagram

個別相談二次元コード



★個別に相談に応じます。
二次元コードから申し込み

談も受け付けていますので、詳しくは青森県母子寡婦福祉連合会までお問い合わせください。

問・申込先 子育て支援課
TEL 0178-56-8582
 青森県母子寡婦福祉連合会
TEL 017-735-4152
 三戸地方福祉事務所
TEL 0178-27-4435

お知らせ

おいらせ地域食堂 in 北公民館 開催！

今回のメニューは、アンケート結果により、みんな大好き「初！カレーライス」を提供します。鳥谷部牧場さんご寄附の町産牛肉やナチュラルファームさんご寄附のニンジンをつんだんに使用したサラダやスープ、デザートをはじめとした地産地消のメニューです！カレーを食べて暑さを吹き飛ばしましょう！毎回恒例のミニパントリーと誕生日会も開催します！

日時 7月26日⑧ 12時～13時
場所 北公民館
対象 町内在住で、高校生以下のお子さんがあるご家庭先着30世帯（おはしを持参いただけると助

かります）
料金 高校生以下：無料
 大人：1人100円（調味料代）



▲申し込みはこちら

申込日 事前予約とさせていただきます。7月1日⑧午前9時以降に二次元コードからお申し込みください。個人情報の記載がございますので、ご理解願います。

※さまざまな企業からたくさんの寄附が届きましたので、大人は調味料代として食事代をいただきます。地元企業・個人の方のご支援と一般ボランティア、青森県立三沢高等学校、青森県立三沢商業高等学校の多数のボランティア生徒さんのお手伝いで運営しています。皆様の善意の寄附をお待ちしています！

あなたと、コンビニ、



同時開催・ペーパークラフト工作教室
 『おいらせ地域食堂』は、子どもたちに達成感を味わってもらうために工作教室を開催します。

日時 7月26日⑧ 13時30分～15時

場所 北公民館

対象 町内在住で、小学生以上のお子さん（先着30世帯）

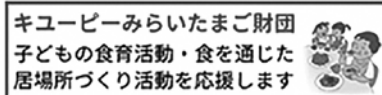
料金 参加費無料

※子どもだけでの参加OK！高校生のお姉さん・お兄さんが一緒に手伝ってくれます！もちろん親子でご参加大歓迎！
 ※未就学児は保護者同伴でお願いいたします。

講師 K工房 三浦 恵子 氏

内容 作って楽しい！使ってうれしい！世界に1つだけの小物入れを作りましょう！みんなのひらめきを「カタチ」にして、自分の宝物を入れてみませんか？

※事前予約のため、7月1日⑧午前9時以降においらせ地域食堂の二次元コードからお申し込みください。個人情報の記載がございますので、ご理解願います。



問 おいらせ地域食堂（三浦）
TEL 090-4042-9585

令和8年度 おいらせ町地域振興協議会公募支援事業助成金 募集のお知らせ

おいらせ町地域振興協議会では、町内に活動の拠点を置く公共的団体等が行う地域振興・産業活性化事業に対して支援をしています。

助成金は、令和9年2月19日(金)までに完了する事業で次の表に該当する事業が対象となります。

助成事業名	対 象 事 業	対象経費・助成額
地域活性化支援事業	1 官民一体となった各種記念事業やイベント事業 2 産業情報とまちづくり情報の収集・発信事業 3 地域の振興、発展等のための事業 4 1～3の事業を複合する事業	【対象経費】 事業実施に直接要する経費。ただし、人件費や償却費等を除きます。
産業活性化支援事業	1 販路開拓事業 2 ブランド推進事業	【助成割合】 10/10以内 上限：15万円

＜過去の対象事業＞

・地域食堂用備品等購入事業 ・連合町内会の問題解決研修会開催事業 ・黒ホッキ貝漁PR事業

申請期限 令和8年7月31日(金)

※申請方法などの詳細は、お問い合わせいただく町のホームページをご確認ください。

問・申請先 町地域振興協議会事務局（政策推進課内） **TEL 0178-56-4273**



SIMOKANこども食堂開催！

地域のこどもたちにおいしいご飯と楽しく過ごせる居場所を提供したいという想いから、こども食堂を開催いたします。

日時 7月4日④ 12時～13時

場所 北公民館

対象 町内在住のお子さんとそのご家族

料金 中学生以下：無料

※中学生以下と同伴の保護者2人まで無料です。

※未就学児のおさんは保護者の同伴をお願いします。

※定員に達した場合、お断りさせていただきます。

注意事項 大変申し訳ございませんが、アレルギー対策をしておりません。食物アレルギーがない方のみお申し込みください。

申込方法 事前予約のため、二次元コードからお申し込みをお願いいたします。申し込み後に参加できなくなった場合は必ずご連絡ください。

申込期限 7月3日⑤ 12時まで



▲申し込みはこちら

お願い 食事の提供だけではなく、お子さん・保護者同士の交流の場所として、子育てを地域で支えていく意識を高め、応援してい

く活動をこれからも続けていきたいです！

これまで多くのお子さん、ご家族にご参加いただいております。この活動を継続・発展させるために皆さんのご協力が必要です。食材や費用を協賛いただける企業・団体を募集しています。

ぜひ、お力をお貸しください。

ご賛同いただける方はお気軽にお問い合わせください。

次回開催は8月8日④です。お待ちしております！

図(有) 下田環境管理

TEL 0178-56-2809

(月～金 9時-17時)

土砂災害警戒区域等の 現地調査について

青森県では、土砂災害防止法に基づく現地調査を行い、土砂災害警戒区域等を指定しています。おいらせ町では、前回指定が平成31年に完了し、県と町が協力して警戒避難体制の整備を進めています。

今年度、詳細な地形データに基づき、新たな区域指定に向けた現地調査を行う予定です。

調査員が個人の土地に立ち入り、斜面等の状態を確認することがあります。ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

(調査期間：6月～12月予定)

※調査員は、青森県職員のほか、調査業務受注者（株式会社ニッ

ソク、株式会社測地コンサルシステム）となります。いずれも上北県土整備事務所長が発行する身分証明書を携帯していますので、不審な場合は身分証明書の提示を求めてください。

図 上北県土整備事務所河川砂防施設課

TEL 0176-23-4350

農村環境改善センター 改修のお知らせ

農村環境改善センターの屋根および外壁の塗装ならびに施設内外の改修を含む大規模工事を実施します。工事期間中は、ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

工事期間 6月中旬～10月30日⑤まで

※工事の進捗状況により、期間が変更となる場合があります。

利用への影響について

工事期間中は、足場の設置等により廊下が通行しづらくなる箇所が生じます。また、工事の内容によっては、施設を一時的に利用できない日が生じる可能性があります。

図 産業課

TEL 0178-56-4279

まちづくり活動を支援します

現在、令和9年5月までに事業を実施する団体を募集しています。

【対象】 ①10人以上で構成され、構成員のうち過半数が町内に在住
②主な活動場所がおいらせ町にあること

【対象活動と助成額】 事業実施前に書面審査を受けてください

事業名（団体）	対象活動	助成額	助成期間
・まちづくり事業（町内会以外） ・地域づくり事業（町内会）	文化、美化、自然保護活動 備品整備等のまちづくり活動	活動経費の2/3、 上限20万円*	3年
・町内会加入促進事業（町内会）	会員加入を目指す交流会等	活動経費1/2、 上限10万円	毎年1回

※新規認定団体の助成額は、活動経費4/5、上限20万円まで助成。
町内会の場合、世帯数により助成金の上限が変わります。
団体構成員への人件費や謝礼などは助成の対象外です。

まちづくり活動支援事業助成金

申請期限

令和8年
7月24日(金)

問・申込先 まちづくり防災課
TEL 0178-56-2131

自筆証書遺言書 保管制度について

「自筆証書遺言書保管制度」をご存じでしょうか。皆さんが作成した自筆証書遺言書を法務局に預けることができます。法務局において保管する自筆証書遺言書保管制度の特徴は、次のとおりです。遺言書の作成を考えている方は、ぜひこの制度を利用ください。

- ① 法務局が遺言書を大切に保管しますので、遺言書の紛失や誰かに改ざんされるといった心配もありません。
- ② 遺言書があれば自身の財産を確実にご家族等に託すことができ、相続をめぐるトラブルも未然に防止することができます。
- ③ 遺言者が亡くなった後に、自身が指定した方へ「法務局で遺言書を保管している」旨の通知を送付するサービスもあります。誰からも遺言書の内容を気づいてもらえなかったという心配もありません。



▲詳しくはこちら

☎ 青森地方法務局十和田支局
TEL 0176-23-2571

不動産を相続した方へ

相続登記がされないため、登記簿を見ても所有者が分からない

「所有者不明土地」が全国で増加し、社会問題となっていることから、これまで任意だった相続登記が、令和6年4月1日から法律上義務化されました。

相続登記の義務化により、これまでの取り扱いが次のとおり変更されていますので、該当する方は、早めの相続登記申請をお願いします。

- ① 相続人は、不動産（土地・建物）を相続で取得したことを知った日から3年以内に相続登記を法務局に申請する必要があります。
- ② 遺産分割の話し合いで不動産を取得した場合にも、遺産分割から3年以内に相続登記をする必要があります。
- ③ 令和6年4月1日より前の相続も対象となり、令和6年4月1日より前に相続したことを知った不動産については、令和9年3月31日までに相続登記をする必要があります。
- ④ 正当な理由がないのに相続登記をしない場合には、10万円以下の過料が科される可能性があります。



▲詳しくはこちら

☎ 青森地方法務局十和田支局
TEL 0176-23-2571

不動産の所有者の方へ

所有権の登記名義人の住所や氏名の変更登記がされないため、登記簿を見ても所有者の住所や氏名が分からない「所有者不明土地」が全国で増加し、社会問題となっていることから、令和8年4月1日から、これまで任意だった住所、氏名および会社・法人の名称の変更登記が法律上義務化されました。

住所、氏名および会社・法人の名称の変更登記の義務化により、これまでの取り扱いが次のとおり変更されていますので、該当する方は、早めの変更登記をお願いします。

- ① 所有権の登記名義人は、住所、氏名および会社・法人の名称の変更の日から2年以内に、変更登記を法務局に申請する必要があります。
- ② 令和8年4月1日より前に変更があった場合も対象となり、令和10年3月31日までに変更登記をしていただく必要があります。
- ③ 正当な理由がないのに住所等変更登記をしない場合には、5万円以下の過料が科される可能性があります。



▲詳しくはこちら

☎ 青森地方法務局十和田支局
TEL 0176-23-2571

家庭用生ごみ処理機の購入に補助金を交付します

おいらせ町から排出される可燃ごみの約30%は生ごみであり、町では、家庭から排出される生ごみの減量を促進するため、家庭用生ごみ処理機の購入に補助金を交付しています。

生ごみの約80%は水分とされており、水分を含んだ生ごみは、重くかさばるだけでなく腐敗や悪臭の原因となりますので、生ごみの乾燥、分解をすることで生活環境の改善を行うことが出来ます。

☎ 町民課分室 TEL 0178-56-4214

1. 補助対象者

おいらせ町に住所を有し、かつ居住していること。

2. 補助内容

種 類	補助対象数	補助金額	補助限度額
①電動式家庭用生ごみ処理機	1世帯につき1基	1基につき購入金額の3分の2以内	1基につき20,000円
②生ごみ処理容器	1世帯につき3基		

※補助金には限りがありますので、生ごみ処理機購入の前に町民課分室にお問い合わせをお願いします。
補助金に関する手続き方法、質問等は町民課分室までお問い合わせください。



**おいらせ
コミュニティ
掲示板**

町民の皆さんが行う催し、地域活動の紹介、団体・サークルなどの会員募集を掲載するコーナーです。内容を随時募集中！
詳しくは、総務課（TEL 0178-56-2166）へお問い合わせください。



集まれ!! 盆踊りだよ



夏の風物詩、楽しい盆踊りで楽しい輪を作って過ごしましょう。
楽しい歌や踊りもありますので、皆で、ぜひ浴衣でも着てたくさん、たくさん踊って楽しみませんか？

たくさんのご来場お待ちしております。水分補給も忘れずに楽しみましょう！

- 日 時 7月25日（土）13時～15時30分頃終了
- 場 所 みなくる館
- 参 加 料 無料
- 主 催 盆踊楽友会

問・申込先 盆踊楽友会 西村 TEL 090-5351-0388

盆踊楽友会では、盆踊りを覚えたい方、会員を募集しています。



令和8年6月1日現在

前月比

男性 **12,060** 人 (199) +13

女性 **12,862** 人 (233) +24

合計 **24,922** 人 (432) +37

世帯 **11,280** 世帯 (312) +32

※外国人を含めた数値です。
()内は外国人の人口・世帯数です。

ま
ち
の
人
口



町教育委員会定例会の開会情報

- 日時 7月23日(木) 15時～
- 場所 役場分庁舎・402会議室

※日程は変更となる場合があるほか、議題により退席いただく場合があります。
※5人以上で傍聴する場合は、前日までにご連絡ください。

図 学務課 TEL 0178-56-4258

サマージャンボプレミアム12億円

(1等8億円・前後賞各2億円合わせて)

サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

プレミアム：1枚 500円

ジャンボ・ミニ：1枚 300円

6月30日の3種類同時発売!

発売期間 6/30(火)～7/31(金)

公益財団法人 青森県市町村振興協会



編集後記

裏表紙に取り上げた馬場友進さんが出場する「フィジーク」という競技は、いわゆるボディビルとは少し異なり、サーフパンツを着用して、見映えよく、自然な筋肉の魅力を競う競技とのこと。トレーニングの素晴らしさを語る馬場さんの話に影響を受け、私も少しずつ運動習慣を身につけていきたいと思う取材になりました。

総務課 広報広聴係 三浦



▲自衛隊プレミアムボディ2024総合グランプリ



▲宮古ジム（苗振谷地）で上腕を鍛える様子



▲オールジャパンマスタースフィ트니스選手権2位

馬場 友進さん （木内々）

鍛え上げた肉体で
メンズフィジークコンテスト入賞！

Profile

木内々在住。41歳。トレーニング歴9年。普段は海上自衛隊・八戸基地で航空機整備の業務に従事している。特に強みにしている部位は肩と腹筋。今年は充電期間と位置づけ、大会には出場せず、体づくりに専念する予定。トレーニング以外の趣味は海釣り。

馬場友進さんは海上自衛官として勤務しながら、横浜市で開催された現役自衛官が競うボディコンテスト「自衛官プレミアムボディ2024」において総合グランプリを獲得しました。また、昨年9月に盛岡市で開催された公益社団法人日本ボディビル・フィ트니스連盟主催の「オールジャパンマスタースフィ트니스チャンピオンシップス」では、メンズフィジーク40歳〜49歳172cm以下級で2位に入るなど、鍛え抜かれた肉体の美しさで多数の大会に上位入賞を果たしています。

トレーニングを始めたのは32歳の頃。「当時は海外派遣に出ていて、その時一緒にいたメンバーの中に筋トレに詳しい先輩がいた。だんだん体がぼちやりしてきた時期でもあったので良い機会だと思い教わっているうちに、自分の体の変化や扱える重量が増えていく楽しさに魅了されていった」と振り返ります。現在は週5回、1回あたり約1時間のトレーニングに取り組んでおり、「短く感じるかもしれないが、その分集中して取り組むようにしている」と話していました。

「極端な減量などをしなければ、トレーニングは健康に良い趣味。何歳からでも体は変わっていくので、理想の体を目指してぜひトレーニングをおすすめしたいです！」と語っていました。



「子どものびのび 大人いきいき ともに作るまち」の情報誌

広報 おいらせ

No.257 2026年7月1日発行号

発行 おいらせ町／〒039-2192青森県上北郡おいらせ町中下田135-2
TEL 0178-56-2111 FAX 0178-56-4364
<https://www.town.oirase.aomori.jp>
印刷／株式会社オダブリント



フェイスブックおいらせ町公式アカウントへの「いいね!」をよろしくお願いします。
<https://www.facebook.com/oirasetown/>

facebook おいらせ町役場 検索



おいらせ町役場公式エックス（旧ツイッター）もぜひご覧ください。
https://x.com/oirase_town

エックス おいらせ町役場 検索



▲スマホの方はこちら



▲スマホの方はこちら