

広
報

のへじ

2026

1

第801号

月号



〔特集〕：2026 新年のごあいさつ

〔表紙〕：大迫傑選手に学ぶ!! ENJOYランニング教室



Noheji Town 未来につなげる幸せのまち のへじ

2026年 新年のごあいさつ



『未来につなげる一年へ』

野辺地町長

野 村 秀 雄

明けましておめでとうございます。

昨年十二月八日、青森県東方沖を震源とする地震が発生し、町民の皆さまにおかれましては、突然の大きな揺れに不安を感じられたことと存じます。町といたしましても、改めて防災・減災の一層の強化に努め、皆さまの安全と安心を守るため、万全を期してまいる所存であります。

さて、新年を迎えるにあたり、皆さまには、地震による不安が残る中ではありますが、本年が穏やかで安心して暮らせる一年となることを心より願いながら、新春を迎えられていることと存じます。

昨年を振り返りますと、当町にとりまして数多くの意義深い出来事があった一年でありました。

一月には新庁舎完成記念式典を挙行し、町民サービスのさらなる向上と、行政機能の一層の充実に向けた決意を新たにしたところであります。

続いて、猛暑の中で開催された「のへじ祇園まつり」は、六年ぶりとなる夜間運行として実施されました。愛宕公園内の「のへじイルミネーション光物語」との連携により、夜の野辺地町は幻想的な光に包まれ、多くの皆さまに深い感動を与える催しとなりました。

また、昨年は当町の若い力が大きく躍動した年でもありました。青森県高等学校総合体育大会において、町内高校の運動部が各競技で目覚ましい活躍を見せ、町民の皆さまに大きな感動と勇気を与えてくれました。

さらに、十月には野辺地高校が創立百周年を迎え、記念式典が盛大に執り行われま

した。地域とともに歩み、多くの人材を育んできたその歴史は、町民の皆さまにとっても誇りであり、胸に迫るものがあったのではないかと存じます。

このように昨年は、皆さまの心に深く残る出来事が相次いだ一年でありました。本年も、多くの皆さまに感動と喜びをお届けできるよう、誠心誠意町政に取り組んでまいります。

今年の主な取り組みとしまして、「統合小学校新築事業」があります。実施設計が間もなく完了し、いよいよ建設工事に着手する見込みであります。将来を担う子どもたちが安全に安心して学べる教育環境の整備に向け、着実に事業を進めてまいります。

また、「青の煌(きら)めき あおもり国スポ」では、当町において「ハンドボール競技(少年男子)」が実施されます。選手や関係者を温かく迎えるとともに、豊かな自然や歴史、文化など、野辺地町の魅力を存分に伝えてまいります。

加えて、本年は「第6次まちづくり総合計画」後期5か年(2026～2030)の基本計画期間がスタートする節目の年でもあります。将来像「未来につなげる幸せのまちのへじ」の実現に向け、町民の皆さまが安心して暮らせる地域づくりを力強く進めてまいり所存であります。

「午年」は、「勢いよく前へ進む」ことを象徴する年といわれております。本年が町民の皆さまにとりまして、力強く前へ進む一年となりますよう、心からお祈り申し上げます。



『一念天に通ず』

野辺地町議会議長

岡山 義 廣

新年おめでとうございます。

皆さまには、健康で、希望に満ちあふれた初春を迎えられましたことをお喜び申し上げます。

昨年中は、皆さまのご支援により、後顧の憂いなく公務に精励することができましたことを、心からお礼申し上げます。

今日、国の内外ともに大きな変革の時期に遭遇しておりますが、地方行政におきましても、地方分権型の社会の到来を受けまして、自己決定・自己責任による自治体運営が求められるなど、未だかつて経験したことのない新たな環境に日々直面し、まさに、行政の真価が問われている時代といっても過言ではありません。

野辺地町におきましても、若年層の流出から高齢化が続き、町勢の発展を図る上で大きな隘路となっておりますが、これを打開するためには、若人にも十分魅力ある、活力あふれた地域社会を実現することが、何よりも肝要であると思います。

さて、「一日の計は朝にあり、一年の計は元旦にあり」と申します。お正月ほど希望に満ちた、進歩・向上の意気に燃える時はございません。「新年」は、過去の諸々の事柄に区切りをつけ、心機一転、再出発する

機会と勇気を与えてくれるからであります。

「もう一度新しく」という、このお正月の気分が、人々に喜びを与え、希望を与え、計画を立てる意欲を与え、限りなく前進する気力を与えるものでございます。

初めての心地で新しい方針を立て、新しい工夫をする。しかも過去の経験に根ざす情報・蓄積がある。この上に立ってのものでありますから、お正月の計画は、いかに志の高いものであっても、決して荒唐無稽のものにはなりません。

経済・社会情勢は誠に厳しいものがありますが、本年も住民の皆さまの負託とご期待に添うべく、年の初めに志した計画・信念に基づいて懸命に努力してまいります。

新年を契機に、相ともに心を新たにして、町民の皆さまが野辺地町を誇りとし、野辺地町に住む喜びをかみしめることのできるような魅力あるまちづくりの実現を目指して、議員各位とともに一層精励することを決意しまして、新年のごあいさつといたします。

大迫 傑 選手に学ぶ!! ENJOYランニング教室



町教育委員会では、子どもたちに走る楽しさを知ってもらおうと12月20日、野辺地町立体育館で「ENJOYランニング教室」を開催しました。

当日は、国内外の大会で活躍し、現マラソン日本記録保持者でもある大迫 傑選手を講師に迎え、町内の小・中学生約150人が参加しました。

教室では、けが予防を意識したストレッチをはじめ、リレー対決などの実践的なプログラムを実施し、世界を舞台に戦うトップアスリートから走ることの楽しさや体の使い方、挑戦する姿勢など、多くのことを学びました。

大迫選手は「失敗を恐れず、新しいことにどんどん挑戦してほしい」と、子どもたちへ大切なメッセージを送りました。

参加した子どもたちからは、「走るフォームを参考にしたい」「これからは食事や栄養にも気を付けたい」などの声が聞かれ、充実した時間となりました。

野辺地中学生美術部員が 縄文くららをPR



三内丸山遺跡センターでPR活動をした野辺地中美術部の皆さん

野辺地中学校美術部7名が12月6日、三内丸山遺跡センター（青森市）で国指定重要文化財土偶（愛称・縄文くらら）のPRを行いました。

この活動は町教育委員会と同校が実施している「縄文くららPR活動」の一環で、今年度は縄文くらら缶バッジの製作等を実施してきました。

当日はセンター内にPRブースを設け、美術部員がこれまで作成した縄文くららグッズ販売や町歴史民俗資料館無料入館券付きポストカードの配布、アニメーション上映等を行い、世界遺産・三内丸山遺跡を訪れる来場者へ縄文くららと町の紹介をしました。

日本遺産「北前船寄港地」 あおり港町フォーラム開催



パネルディスカッションを行う出演者の皆さん

町教育委員会が11月23日、日本遺産「北前船寄港地」あおり港町フォーラムを青森市で開催しました。

本フォーラムは、鰺ヶ沢町や深浦町、開港400年を迎えた青森市と連携し、「北前船ゆかりの食文化」をテーマに開催。北前船日本遺産推進協議会遺産価値創造プロデューサーの高野宏康氏をコーディネーターに、4市町の教育委員会職員が、各港町の北前船と食の関りや老舗について紹介し、各港の特徴や共通点等について意見交換を行いました。

会場では北海道・青森県の北前船寄港地や4市町の商人や祭り、食文化を紹介するパネル展も開催しました。

第75回 社会を明るくする運動 ～メッセージ伝達式・書道作品展表彰式～



書道作品の表彰を受けた児童たち

野辺地町推進委員会と保護司会野辺地町支部が11月16日、第75回“社会を明るくする運動”の内閣総理大臣・青森県知事メッセージ伝達式及び書道作品展を中央公民館で実施しました。

この活動は、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、明るい地域社会を築くことを目的として実施されています。

青森県シニアボウリングゲーム大会優勝 おめでとうございます



町長（左）と野辺地町ゲームサロン3の皆さん

11月19日に開催された青森県シニアボウリングゲーム大会で、チーム「野辺地町ゲームサロン3」が見事優勝し、町長へ結果を報告しました。

同チームは、月2回役場などで開催している「野辺地町シニアゲームサロン」の参加者で構成され、大会当日は「とても緊張して手が震えたが、これまでの練習の成果を発揮できた」と優勝の喜びを述べていました。

町へのご寄附ありがとうございます



日本再生可能エネルギー株式会社様から災害時や非常時の非常用電源としてポータブル太陽光発電パネル2台とポータブル電源2台のご寄附をいただきました。

有効に活用させていただきます！



2025 PRセンターまつり開催



PRセンターまつりの様子

2025 PRセンターまつりが11月16日、野辺地町観光物産PRセンターで開催されました。

会場では、オリジナルバッグづくり体験や鉄道模型の運転会、昔の野辺地の写真を紹介する「出張・のへじ典」など、世代を問わず楽しめる企画が行われました。

また、キッチンカーや各種出店も並び、家族連れを中心に多くの来場者で賑わいました。

青森人の祭典2025



野辺地町ブースの様子

東京都の上野恩賜公園で11月8日、9日に「青森人の祭典2025」が開催され、のへじ特産品販売促進事業実行委員会が参加しました。町長をはじめ、実行委員など計6名がブースに立ち、町の特産品を来場者へPRしました。

会場では、ほたてや長いもを使用した「ホタコロ」をはじめ、ホタテの串焼きなどを販売し、町の魅力を発信する機会となりました。

第24回町老連芸能発表会



下町一区「南部もちつき唄」

野辺地町老人クラブ連合会（長濱竹美会長）が11月18日、中央公民館で第24回芸能発表会を開催しました。

町内13自治会が出演し、演奏や舞踊、歌、コーラスなど、日頃の活動で磨いてきた多彩な演目を披露し、出演者は練習の成果を存分に発揮し、来場者からは大きな拍手が送られていました。

参加者にとっても地域にとっても活力あふれる時間となりました。

お仕事頑張ってね！『勤労感謝の日』



野辺地カトリック幼稚園とたけのこ保育園の園児の皆さんが、勤労感謝の日に合わせて役場を訪問し、日頃の仕事への励ましの言葉を届けてくれました。

園児の皆さんからは、「体に気を付けて、お仕事がんばってください」と元気いっぱいの声が寄せられ、庁内には思わず笑顔が広がりました。

子どもたちの真っすぐな気持ちに触れ、職員も心が和み、元気をいただきました。訪問していただいた園児の皆さん、そして引率いただいた先生方、ありがとうございました。

まちの お知らせ

役場 ☎64-2111

まちの人口

令和7年11月末現在（前月比）	
人口	11,544名（-18）
男	5,416名（-10）
女	6,128名（-8）
世帯数	6,235世帯（-10）

無料相談案内

●年金相談

（年金全般に関すること）

2月18日（水）11時～15時
中央公民館

☎017-734-7498

※要予約（定員に達し次第締切）

●人権相談

（人権擁護に関すること）

人権相談所
2月3日（火）9時～12時
中央公民館 第2会議室

相談担当：人権擁護委員
◆問合先 介護・福祉課

☎64-2111（内線147）

●弁護士無料相談

（民事・一般に関すること）

1月9日（金）14時～
2月13日（金）14時～
健康増進センター

◆問合先 総務課
☎64-2111（内線207）

※要予約（定員に達し次第締切）

●行政相談

（行政に関する苦情・要望等）

1月20日（火）10時～12時
役場相談室

◆問合先 総務課（内線207）

●教育相談

（不登校に関すること）

月～金曜（祝日を除く）
9時～15時
教育委員会

☎090-2604-9408

●終活相談窓口（予約）

月～金曜（祝日を除く）
8時半～16時
介護・福祉課

☎64-2111（内線110）

20歳になったら国民年金



3 すべての人に
健康と福祉を

国民年金は20歳から60歳未満の方が加入することを義務付けており、保険料を納める制度です。20歳になったら、日本年金機構が国民年金に加入したことをお知らせしています（ただし、厚生年金保険に加入している方は除きます）。

誕生日の概ね2週間以内に「基礎年金番号通知書、国民年金保険料納付書、保険料免除の申請書」等が送付されます。

※基礎年金番号通知書は、加入する年金制度の変更手続きや年金の請求手続きなどで使用するので大切に保管してください。

※国民年金保険料は、納付書・口座振替・クレジットカード・電子決済等でお支払いできます。なお、学生の方や経

済的な理由で保険料のお支払いが困難な方は、保険料免除等の申請をすることができま

す。

誕生日から2週間程度経過しても「国民年金加入のお知らせ」が届かない方や保険料免除等詳しく知りたい方は、問合先までお問い合わせください。

◆問合先

◆青森年金事務所

☎017-734-7495

◇町民課（内線107）

◆保険料納付期限

12月分 2月2日（月）



3 すべての人に
健康と福祉を

国民健康保険・後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

全国各地で、厚生労働省等の職員を騙り個人情報聞き取るうとする事例が発生しています。

不審な電話があった際は、安易に個人情報（氏名・住所・生年月日・世帯構成など）を教えないでください。県、市町村、広域連合及び厚生労働省の職員が、電話（自動音声案内を含む）でマイナ保険証や資格確認書の不正利用の確認や、被保険者宅に訪問し、有効期限切れの保険証の回収などの業務を行うことはありません。

不審な問い合わせや訪問がありましたら、相手の身分（所属・氏名など）を確認し、問合先までお問い合わせください。

◆問合先

町民課（内線104、105）

不動産取得税とは、家を新築・増改築したとき、土地や家を売買・交換・贈与等で取得したときに一度だけ課税される県の税金です。

不動産取得税について

取得した時点の固定資産課税台帳価格に「住宅及び土地の場合

は3%」、「住宅以外の家屋の場合

は4%」の税率をかけた額となります。

上北県税務所から送付される「不動産取得税納税通知書」により、納期限までに、銀行・郵便局またはコンビニ等で納付をお願いします。

また、スマートフォンアプリやインターネット上の専用サイト「地方税お支払サイト」から、電子マネーやクレジットカード等で納付することもできます。

なお、一定の要件を満たす住宅や住宅用地を取得した場合など、不動産取得税が軽減される制度があります。

詳しくは、上北県税務所までお問い合わせください。

◆問合先

上北県税務所 課税課

☎0176-221-8111

（内線207・208）

各種スキー大会開催日程のお知らせ

本年度、あつたかハウスまかの森において、各種スキー大会が開催されます。町民の皆さまの温かい声援をよろしく願います。

◆大会日程

①1月18日（日）

2026青森県ジュニアクロスカントリースキー大会

②2月1日（日）

第56回青森県小学生スキー大会

※今年度、大回転競技について休止としております。

③2月13日（金）

学童スキー大会

◆問合先（スキー大会事務局）

教育委員会

☎64-2119（直通）





家畜(牛・馬・めん羊・山羊・豚・鶏等※愛玩用を含む)を飼育している皆さまへ

家畜を飼っている皆様は、家畜の伝染性疾病の発生予防やまん延防止を目的とした「家畜伝染病予防法」という法律に基づき、年に1回、その飼育状況等を報告することが義務付けられています。

令和8年2月1日現在の状況について、報告様式に記入し提出又は電子申請により報告してください。

◆対象家畜

牛、水牛、鹿、馬、めん羊、山羊、豚、いのしし、鶏、あひる、うずら、きじ、だちょう、ほろほろ鳥及び七面鳥

※愛玩用(ペット)であっても報告が必要です。

※1頭(1羽)の飼育でも報告が必要です。

◆報告方法

◇紙による提出

中央家畜保健衛生所又は野辺地町産業振興課で配布する報告様式に記入し、郵送、ファックス又は持参により提出(様式は中央家畜保健衛生所ホームページからダウンロード可)

期限 3月6日(金)
◇電子申請

農林水産省共通申請サービス(eMAFF)もしくはスマートフォン・タブレット向けアプリケーション(飼養衛生ポータル)による電子申請ができるようになります。eMAFFのご利用についてはeMAFFポータルをご覧ください。
(<https://e.maff.go.jp>)

※二次元コードからもアクセス可能です。



【中央家保HP】



【eMAFFポータル】

◆問合せ先

◇中央家畜保健衛生所

☎0176-23-6235

FAX0176-23-3044

◇産業振興課

☎0175-64-2111

FAX0175-64-7510

児童館行事

◆こま回し大会

7日(水) 10時半～

◆思い出制作(マイカレンダー作り)

8日(木)

◆避難訓練

20日(火) 16時～

◆支援拠点事業のへじらんど

誰でもパパッとクッキング
講師:町管理栄養士

30日(金) 10時～
◇問合せ先

児童館(☎64-3106)

従業員の個人住民税は「特別徴収」が原則です!

個人住民税とは、個人の県民税(県税)と市町村民税(市町村税)を併せた地方税のことです。市町村が賦課・徴収しており、「地域社会の会費」として県と市町村の行政サービスを支える貴重な財源となっています。

個人住民税の「特別徴収」とは、所得税の源泉徴収と同様に、事業主が従業員に代わり、毎月支払う給与から個人住民税の税額を天引きし、納入する制度です。

県と市町村は、地方税法の要件に該当する事業主の皆様について、個人住民税の特別徴収義務者の指定に向けた取り組みを行っています。

特別徴収を行う事業主の皆様及び従業員の皆さまにおかれましては、何卒ご理解とご協力をお願いいたします。まだ実施されていない事業主の皆さまは特別徴収への切替えをお願いします。特別徴収の手続き等については、従業員の住所地の市町村へお問合せください。

◇問合せ先
青森県上北県税事務所納税管理課
☎0176-22-8111
(内線211-214)

令和8年4月1日から、住所・名前の変更登記が義務化されます!

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、氏名及び会社・法人の名称の変更登記が法律上義務化されます。

これにより、所有権の登記名義人は、住所、氏名及び会社・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。

また、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。

※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、法務省ホームページを確認又は最寄りの法務局

(予約制の手続案内を実施中)や登記の専門家である司法書士にご相談ください。

◆法務省ホームページ

「住所・名前の変更登記が義務化されます!」はこちら

◆問合せ先

青森地方法務局十和田支局
☎0176-23-2424



町教育委員会委員の選任について

町の教育行政を担う町教育委員会委員に、新たに林 亨氏(12月8日付)と千葉 信親氏(12月20日付)が任命されました。



お家のおそうじおまかせください

○エアコン ○浴室 ○トイレ ○洗面台
○キッチン ○洗濯機 ○レンジフード
○お引っ越し前後 その他

見積は無料です



おそうじ本舗野辺地店

野辺地324-1
TEL: 0120-41-8067・090-7371-4517

税の申告について

◆令和7年分確定申告

①所得税及び復興特別所得税

◆申告期限・納期限
3月16日（月）

◆口座振替日
4月23日（木）

②贈与税

◆申告期限・納期限
3月16日（月）

③消費税及び地方消費税

◆申告期限・納期限
3月31日（火）

◆口座振替日
4月30日（木）

◆自宅からe-Taxで申告する場合

◆e-Taxに必要なもの

・マイナンバーカード

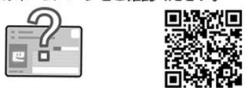
・マイナンバーカード読取対応のスマホ（又はCカードリーダー）

・マイナンバーカードのパスワード2つ

①利用者証明用電子証明書のパスワード（数字4桁）

②署名用電子証明書のパスワード（英数字6～16文字）

パスワードを忘れた場合やロックされた場合の対処法については、地方公共団体情報システム機構のホームページをご確認ください。



スマホでも
できちゃう♪



◆確定申告はマイナポータル連携でさらに簡単になりました

マイナンバーカードを利用したe-Taxにより確定申告を行う場合、マイナポータル連携により給与所得の源泉徴収票等が自動で入力されるため、一部の添付書類が不要となるなど、これまでよりも簡単に申告できるようになりました。

（事前準備等が必要となりますので詳しくは「マイナポータル連携の詳細はこちら」をご覧ください。）

◆マイナポータル連携により自動入力される項目

〈収入関係〉

・給与所得の源泉徴収票※

・公的年金等の源泉徴収票

・株式の特定口座年間取引報告書

※お勤め先（給与等の支払者が税務署にe-Tax等で給与所得の源泉徴収票を提出していること等の要件があります。）

〈控除関係〉

・医療費

・ふるさと納税※

・社会保険（国民年金保険料等）

・生命保険・地震保険
・DeCo

・住宅ローン控除関係

※確定申告を行う必要がある人はふるさと納税の申告も必要です。

※令和8年1月以降、連携される項目が追加となる予定です。

◆税務署で申告する場合

◆開設場所

十和田奥入瀬合同庁舎1階共用会議室

◆開設期間

2月16日（月）～3月16日（月）

《土、日、祝日等を除く。》

※スマホ・マイナンバーカード（発行時に設定した暗証番号等を含む。）を使用しご自身で申告書を作成していただいております。

申告書作成会場の混雑緩和のため会場への入場には「入場整理券」が必要です。

入場整理券は、LINEによる来場予約を是非ご利用ください（来場予約の可能な期間が設けられております。）。

会場で当日券の配布も行いますが、数に限りがありますので、後日の来場をお願いすることがあります。

◆開設時間

9時～17時

※3月以降は大変混雑しますので、お早めにお越しください。

◆住宅ローン控除を初めて申告する予定の方は十和田税務署における所得税等の確定申告において申告を行ってください。準備する書類等は税務署へ事前にお問い合わせください。

◆問合先 十和田税務署個人課税第一部門

☎0176-2313153

◆町で行う町・県民税申告相談会について

町ではご自身でe-Taxでの申告が難しい方等を対象に2月中旬より申告相談会を予定しております。こちらではマイナポータル連携ができませんので、これまで通り、資料等のご準備が必要となります。

医療費控除を受けようとする方は、領収証をもとに「医療費控除の明細書」に、医療費を受けた人ごと、病院・薬局ごとに令和7年1月1日から12月31日までに支払った医療費を合計して記載した上で、申告会場にご持参ください。

また、おむつ代について医療費控除を受けるためには、その方の治療を行っている医師が発行した「おむつ使用証明書」または、町介護・福祉課が発行する確認書（おむつ代の医療費控除に係る主治医意見書内容）の

添付が必要になります。（主治医意見書において特定の要件を満たす場合に確認書が発行されます）

なお、「医療費控除の明細書」は、国税庁ホームページからダウンロードするか、税務会計課でも配布（数に限りがあります。）しています。

※健康保険組合が交付する医療費通知がある場合は、通知を申告書に添付することによって「医療費控除の明細書」の記載を簡略化できますので、申告会場にご持参ください。

◆町からの申告案内ハガキについて

2月中旬～3月中旬の申告は前年の所得等を申告することになります。ただし、町からの申告案内ハガキは、前々年の所得等をもとに申告が必要と思われる方に送付します。このため、広報2月号に掲載予定の「税の申告について」をよくお読みになり申告が必要かどうか、ご判断ください。なお、ご不明な点は税務会計課まで問合せてください。

◆問合先
税務会計課（内線137）

◆問合先

税務会計課（内線137）





除排雪作業にご協力ください！

◆問合せ先 建設水道課（内線223・224）

町は、県内でも有数の豪雪地帯です。冬期間を安心・安全に過ごすには、町や除排雪業者、町民の皆さまとの連携が不可欠ですので、ご理解とご協力をお願いします。

町民の皆さまへのお願い

- 1 除雪作業による寄せ雪にご理解を
→道路や除雪機械の構造、限られた作業時間等もあるため、どうしても家の前に寄せ雪が残ってしまいますので、皆さまのご協力をお願いします。
- 2 道路・交差点付近への投雪はやめてください
→交通車両・歩行者の通行の妨げとなり、事故の原因に繋がります。特に除排雪作業中の投雪は大変危険です。
- 3 屋根雪処理は所有者で行ってください
→屋根雪処理は原則所有者が行うこととなっていますが、屋根に登っての作業は大変危険ですので、屋根雪処理業者への依頼を検討してください。道路へ落下した屋根雪も所有者の責任で処理してください。
- 4 融雪側溝以外への投雪はやめてください
→下流側で詰まったり、フタが開いたままでは、歩行者や走行車両が転落する危険があります。許可なく設置したフタ等により、歩行者や車両に損傷を与えた場合は設置者の責任となりますのでご注意ください。
- 5 堆雪場所について
→近年、堆雪場所有者と近隣住民とのトラブルにより、借用できなくなるケースがありますので、皆さまのご協力をお願いします。



◆除雪に関する問合せ・要望等の連絡先

- ・町道除排雪、堆雪場等について 建設水道課 ☎64-2111（内線223・224）
- ・高齢者、障害者（対象世帯のみ）で玄関前から道路（通り）までの軽微な除雪について 介護・福祉課 ☎64-2111（内線147）
- ・県管理道路の除排雪について 上北県土整備事務所 道路施設課 ☎0176-22-8111
- ・国管理道路の除排雪について 十和田国道維持出張所 ☎0176-23-7138

屋根雪処理請負業者のお知らせ

今年度、個人住宅の屋根雪処理の請負業者が下記のとおりとなりましたのでお知らせします。

請負業者名	連絡先	備考
(株)力興業	64-7464	左記は建設水道課で把握している一部の業者です。
(有)古沢清掃社	64-2959	
(株)前平電気	72-8635	
(株)八 艸	64-6659	

※作業料金は、現場条件や作業内容により異なりますので、事前に請負業者から『見積書』を提出してもらい、作業依頼してください。



令和7年度 除雪委託業者及び区域一覧表

◆問合先 建設水道課（内線223・224）

業 者 名	連絡先電話番号	除 雪 区 域
1 (有)天間重機	64-9208	切明・上小中野・松ノ木地区（一部）・下町二区（一部）
2 (株)升 澤 組	64-3509	馬門・御手洗瀬・二本木・松ノ木
3 手間本建設(株)	64-2604	向田地区（国道279号～クリーン・ペアはまなす）
4 洞 内 工 業	64-2514	下袋町地区（一部）
5 (株)義寅萬運輸	64-3378	愛宕ニュータウン・川目・松ノ木平・御手洗瀬・前平地区
6 (有)野辺地運輸	64-6688	浜町・新道・新町（一部）・金沢町・八幡町・城内・鳴沢上・中袋町地区（一部）
7 (有)山村電水	64-4805	駅前・下町・松ノ木平（一部）・久田地区（一部）
8 (株)力 興 業	64-7464	有戸・蟹田地区、下町二区（一部）
9 (有)柏葉建材	64-4331	金沢町・新道（一部）・浜町（一部）・上・中・下袋町地区（一部）・松ノ木・枇杷野地区（一部）・下町地区（一部）
10 (株)木明工務店	64-3553	馬門（温水プール～馬門小学校区間）・明前・太田新田地区・木明地区・目ノ越地区
11 野辺地レミコン(株)	64-2252	下袋町（一部）・鳴沢・駅前地区（一部）・駅前広場
12 (有)豊伸工業	64-6162	浜町・金沢町・八幡町・中・下袋町地区（一部）
13 (有)蛸名塗装	64-7723	久田・鳴沢・船橋・上・中・下袋町地区（一部）・干草橋地区
14 フェニックスオート	64-1762	金沢・上袋地区（一部）・馬門地区（一部）八幡町地区（一部）
15 高松建設	64-4565	下袋地区・城内地区（一部）・下町地区（一部）・駅前地区（一部）
16 夜騎士運輸代行	080-5735-7110	松ノ木・枇杷野地区（一部）・駅前地区（一部）
17 (有)松山旅館	64-4996	駅前地区（一部）
18 マルショウ工業	64-4014	馬門地区（遍照寺周辺一部）
19 藤谷建設(株)	64-7661	中袋町地区（工藤商店脇一部）
20 (有)古沢清掃社	64-2959	上・中袋町地区（一部）
21 (株)沼端圧送工業	64-2426	中袋町地区（一部）
役場直営（2台）	64-2111	野辺地寺ノ沢線（役場～赤坂車庫） 廃棄物最終処分場線、公共施設駐車場



令和7年度自衛官等採用案内

種 目	資 格	締 切	試 験 期 日	処 遇
自衛官候補生 （任期制）	18歳以上33歳未満の方	令和8年2月14日 （令和8年4月入隊できます）	お問合わせください	[初任給] 月額：224,600円（高卒） 月額：239,600円（大卒）
第2回自衛隊奨学生	令和8年4月1日現在、大学において理学、工学、文学（語学）又は法学を専攻している方で卒業後は自衛隊に勤務しようとしている者（※1）	令和8年1月30日	令和8年2月21日	[学資金の貸与] 月額：54,000円（※2）
第1回予備自衛官補	一般 18歳以上52歳未満の方 技能乙 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。）	令和8年4月初旬予定	令和8年4月中旬予定	[身分] 非常勤特別国家公務員 [教育訓練招集手当] 日額：8,800円
※1 資格の詳細はお問合わせください。 ※2 奨学生でなくなった時、自衛隊に入隊しなかった時、自衛官として一定の期間勤務しなかった場合は奨学金の全額または一部の返還を求められます。 処遇については、令和7年1月1日現在のものです。				個別相談QR
◎ 細部は下記までお問い合わせ下さい。 〒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：08:45～17:30） E-mail: aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp				 ★ 個別に相談に応じます。 QRコードからお申し込み



イベント情報は
こちらから。
三沢募集案内
instagram



冬期間のごみステーション利用について

◆申請・問合先 町民課（内線102）

冬期間は、積雪により道路幅が狭くなり、ごみステーションの位置によっては、ごみ収集車の停車が困難となる場合があります。下記のルールを確認し、雪かきや粗大ごみの減量にご協力をお願いします。

◆冬期間のごみ出しルール

①ごみステーション周辺の雪かきをお願いします

ごみ収集車の停車スペースを確保する必要があります。

停車スペースがない場合、やむなく道路上に停車する場合があります、一時的に歩行者や自動車の通行の妨げになる可能性がありますので、地域住民の協力の下、ごみステーション周辺の雪かきをお願いします。



②粗大ごみの減量に協力をお願いします

冬期間は、ごみ出しのスペースに限りがありますので、処分を急がない粗大ごみについては、各家庭において春まで保管をお願いします。

また、引越しや遺品整理により発生する一時多量ごみは、ごみステーションに出すことはできません。家財処分と見受けられるごみ出しが多くなっていますので、一時大量ごみについては、クリーン・ペア・はまなすへ自己搬入してください。

◆町が収集しないごみについて

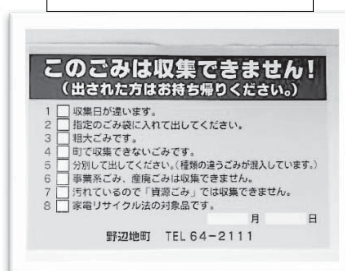
テレビ・冷蔵庫などの家電リサイクル法対象品やタイヤ・金庫・消火器などの適正処理困難物は、適正な処理が必要となりますので町では収集していません。それぞれ処理方法が異なりますので、詳しくは担当課までお問い合わせください。

また、分別がされていないごみや町指定ごみ袋に入っていないごみについても収集しませんので、ルールを守りごみ出しをしてください。

町が収集しないごみについては、ステッカーを貼りお知らせしています。

ステッカーを確認していただき、ごみの持ち帰りや出し直しにご協力をお願いします。

注意喚起ステッカー



犬や猫のフンの後始末は飼い主の責任です !!

犬や猫のフンによる苦情の相談が多く寄せられています。

散歩等でフンを片付けることは、飼い主にとって最低限のマナーです。町では、フンの放置を確認した場合、啓発看板の設置によりフンの後始末を促しています。フンを放置せず飼い主の責任において処理してください。





高齢者の見守り支援 ～民生委員や見守りサポーター等が訪問します～

◆問合先 野辺地町社会福祉協議会（野辺地町健康増進センター内） ☎64-0401

社会福祉協議会では、高齢者支援の一つとして『生活支援体制整備事業』を町から受託し、見守り活動を実施しています。

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、地域において自立した日常生活の支援や介護予防の促進など、多様な生活支援サービスの創出を行います。

その一環として、高齢者の皆様が地域社会から孤立することなく、安心して暮らせるよう「見守りサポーター(ボランティア)」が、自宅への訪問・声掛け等の見守り活動を行っています。

また、現在は、高齢者情報の把握のために『高齢者カード』を整備しています。民生委員や見守りサポーター・関係機関等が、高齢者カードを持って対象者のお宅を訪問しますので、必要事項のご記入にご協力をお願いします。

《高齢者カードの対象・内容》

70歳以上の一人暮らしや70歳以上のみの世帯を対象に、緊急連絡先・介護サービス利用状況等の確認をしています。

民生委員や見守りサポーター・関係機関等が確認を行うことにより、顔の見える関係づくり、万が一の緊急時のスムーズな対応につながります。

強制ではありませんが、安心のためにご協力をお願いします。

こんにちは！
お元気ですか？



〔利用者の声〕

- ・同じ地域の人に来てくれるので安心！
- ・毎月、見守りサポーターさんが来てくれることを楽しみにしています！



◆令和8年4月1日～令和11年3月31日任期の見守りサポーター募集中！◆

野辺地町地域包括支援センター移転のお知らせ

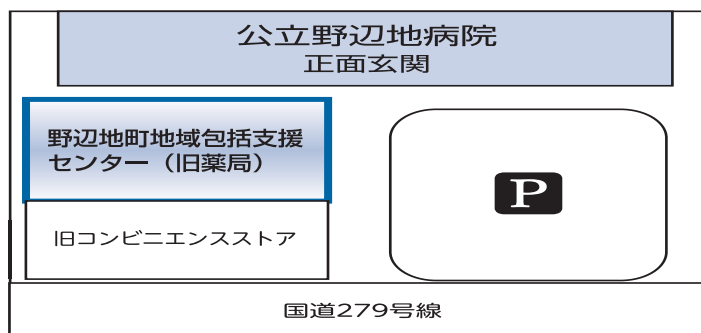
◆問合先 野辺地町地域包括支援センター（☎72-1018 / 72-1023）

◆12月1日から野辺地町地域包括支援センターが公立野辺地病院1階から、敷地内の下記の場所へ移転しました。地域の皆さまが相談しやすい便利な場所になりました。

※なお、移転に伴う電話番号の変更はありません。



旧薬局の建物です P



◆地域包括支援センターは、高齢者の皆さまが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、保健・医療・介護・福祉など、さまざまな面から支援を行う身近な相談窓口です。高齢者ご本人はもちろん、ご家族や地域の皆さまも、どうぞお気軽にご相談ください。



ふるさと検定「のへじ検定」参加者募集！

◆問合せ先 歴史民俗資料館 ☎64-9494

今年度も、野辺地の歴史や文化、自然等に関する知識を問うふるさと検定「のへじ検定」を開催します。これを機会に、自分の知識の腕試しや、野辺地について改めて知ってみませんか？合格に向けた講座も開催しますので、多くの皆さんの参加を心からお待ちしております！

- 検 定 日 時 2月21日（土）10時～（受付 9時50分～）
- 検 定 会 場 中央公民館 第3会議室
- 受 検 資 格 小学校4年生以上であればどなたでも可
- 検定方法等
 - ①出題範囲 ・「あるくみるなっとく野辺地の自然と文化」
・受検申込者向け講座「受験対策講座」テキスト
※受験対策講座は、申込後に案内します。
 - ②難 易 度 初級編 ・ 中級編 ・ 上級編 から選べます。
 - ③出 題 数 50問（1問2点） ※70点以上が合格
 - ④出題型式 初・中級 択一式（4択）/上級 択一・記述式等
- 合 格 特 典 合格認定証、合格記念品
- 申 込 方 法 中央公民館・図書館・資料館に設置してある申込書により申込ください。【申込締切：1月23日（金）】
- そ の 他 ・出題テキストは歴史民俗資料館・図書館・PRセンターで販売しています。
（資料館開館時間：9時～16時/月・祝日は休館）



【出題テキスト】



【昨年度開催のようす】



宝くじ助成金で団旗を整備しました

◆問合せ先 防災管財課（内線210）

宝くじ助成金（コミュニティ助成事業 ※）を活用して、消防団の「団旗」を整備しました。今後、出初式や観閲式等の行事で整備した団旗を活用し、野辺地町消防団の魅力をたくさん発信していきます。



※「コミュニティ助成事業」とは、一般財団法人自治総合センターが、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備等に対して助成を行い、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するために行っている事業です。

「三ない運動」を徹底しよう！

～政治家の寄附禁止ルール～①政治家の寄附は禁止（贈らない）！②政治家の寄附を求めない！③受け取らない！

◆問合先 野辺地町選挙管理委員会（内線206）

年末年始の贈り物、ちょっと待って！

政治家への寄附のお願いは、法律違反になることも！

年末年始はお歳暮やお年賀など、何かと贈り物をする機会の多いシーズンです。

そこで、この機会に皆さまに知っていただきたいのが、きれいな政治、お金のかからない政治の実現、選挙の公正の確保を目指す「三ない運動」（贈らない、求めない、受け取らない）です。

政治家が選挙区内の人にお金や物を贈ることはもちろん、有権者が政治家に寄附や贈り物を求めることも、公職選挙法により**禁止**されています。

× 寄附はNO！

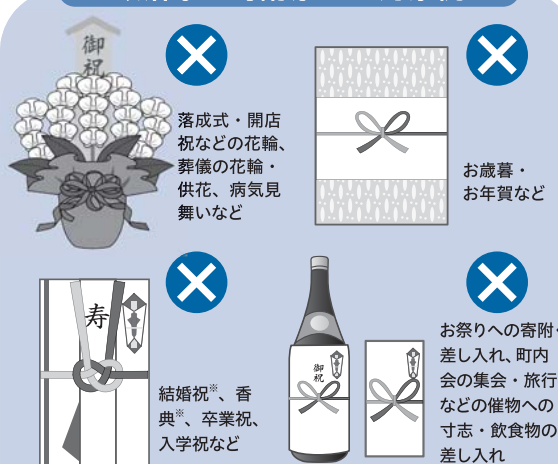
× 頼むのもNO！

× もらうの絶対NO！

明るい選挙のために「三ない運動」を徹底しましょう。



政治家の寄附禁止の対象例



※政治家本人が結婚披露宴、葬式などに自ら出席してその場で行う場合には、罰則が適用されない場合があります。

次の行為が禁止されています

【平時より禁止されるもの】

● 政治家の寄附の禁止

政治家が選挙区内にある者に対して寄附をすることは、その時期や名義のいかんに関わらず、罰則をもって禁止されています。また、政治家以外の者が政治家の名義の寄附をすることも罰則をもって禁止されています。

● 政治家に対する寄附の勧誘・要求の禁止

政治家に対して寄附をするよう勧誘や要求をすることも禁止されています。政治家を威迫して、あるいは政治家の当選または被選挙権を失わせる目的で勧誘や要求をすると処罰されます。政治家名義の寄附を求めることも禁止されており、威迫して求めると処罰されます。

● 政治家の関係団体の寄附の禁止

政治家が役員や構成員である団体や会社が、選挙区内にある者に対して、政治家の氏名を表示したり、氏名が類推されるような方法で寄附をすることは禁止されており、選挙に関して寄附をすると処罰されます。

● 政治家の後援団体の寄附の禁止

政治家の後援団体（いわゆる後援会）が、選挙区内にある者に対して、後援団体の設立目的により行われる行事や事業に関する寄附以外の寄附をすると、その時期や名義のいかんに関わらず処罰されます。

【選挙に関して行うことが禁止されるもの】

● 政治家の氏名等を冠した団体の寄附の禁止

政治家の氏名が表示されたり、氏名が類推されるような名称が表示されている団体が、選挙に関し、選挙区内にある者に対して寄附をすることは、名義のいかんに関わらず処罰されます。

● 請負等の契約の当事者の寄附の禁止

国、地方公共団体と請負その他特別の利益を伴う契約の当事者がそれぞれの選挙に関して寄附をすることや、これらの者からそれぞれの選挙に関して寄附を受けることは、罰則をもって禁止されています。

【その他、禁止されている行為】

- 政治家が選挙区内にある者に対して、答礼のための自筆によるものを除き、年賀状、寒中見舞などのあいさつ状（電報なども含む）を出すことは禁止されています。
- 政治家や政治家の後援団体（いわゆる後援会）が、選挙区内にある者に対して、主として挨拶を目的とする有料の広告を新聞・雑誌・テレビ・ラジオ・インターネットなどに出すと処罰されます。

総務省ホームページ

なるほど！選挙「寄附の禁止」

https://www.soumu.go.jp/senkyo/senkyo_s/naruhodo/naruhodo08.html

※詳細はお近くの選挙管理委員会までお問い合わせください。



※広報誌「総務省」（2025年12月号）より

野辺地町立図書館
二次元コード

としよだより

(1月)

☎64-2195



【図書館イベント】

●英会話クラブ

7・14・21・28日(水)

15時～16時(中央公民館)

●朗読の会「秋桜」

8日(木) 10時～

定例会(中央公民館)

ミニギャラリー

青森県近代文学館パネル展

「梅内美華子～珠玉の短歌～」

会期 1/4(日)～2/22(日)

八戸市生まれ。「かりん」所属。「角川短歌賞」
「芸術選奨文部科学大臣新人賞」など多数受賞。
横浜小・中学校などの校歌作詞など。青森県を
代表する歌人を紹介します。

今月の休館日

1/1(木)から1/3(土)

5日(月)、12日(月)

13日(火)、19日(月)

26日(月)、30日(金)

※30日は、館内整理のため
休館します。

青森県図書館等一斉展示

楽しもう！

青の煌めきあおもり国スポ・障スポ
～実はすごいぞ 青森県～

期間 1/6(火)～1/25(日)

令和7年度はスポーツや地域の自然、文化、食に
関する資料の展示と貸出を行います。

図書館おすすめの到着本(入荷予定本)

書名	著者名
明治大正俳句史料中村泰山書簡集	舘田勝弘
最後の一色 上・下	和田竜
暁星	湊かなえ
成瀬は都を駆け抜ける	宮島未奈

本の展示

お正月、干支(午)の本展

1/4(日)～1/25(日)

図書館資料複写サービス カラー提供開始

1月からカラーでの提供が可能となりました。
資料の複写を希望する方は、閉館時間の15分前ま
でに申込みください。

【複写料金】

用紙サイズ	白黒	カラー
B5～A3	1枚 20円	1枚 100円

※著作権法その他関係法規に抵触する恐れがある場合、資
料への負担が大きいと予想される場合、技術的に困難と
思われる場合には、ご希望どおりに提供できないことが
あります。また、両面コピー、集約コピーは行っており
ません。

おはなし工房

日時 1月17日(土) 14時15分～

場所 中央公民館・1階和室

内容 読み聞かせ、「のへじふるさとカルタ」
遊び、凧作り

定員 12名(6歳～12歳)

※幼児は、保護者同伴。

参加料 無料

申込先 図書館



「カルタと凧」

木の事でお悩みの方、お電話ください

○伸びすぎた庭木や家の周り木

○枝払いをしたい木 ○老木や危険な木

——— 相談・見積りは無料です ———

(有)赤川林業土木

タラノ木 11の4

TEL:64-3885 TEL:64-0249

20年以上の実績・解体工事も！！

令和7年11月末の交通人身事故発生状況(野辺地警察署)

区分 町村別	令和7年						昨年			前年比		
	11月中(単月)			11月末(累計)			11月末(累計)					
	発 生	死 者	傷 者	発 生	死 者	傷 者	発 生	死 者	傷 者	発 生	死 者	傷 者
野辺地町	2	0	2	13	0	17	10	0	13	+3	+0	+4
横浜町	1	0	4	4	0	8	8	1	9	-4	-1	-1
六ヶ所村	3	0	3	18	0	24	15	0	15	+3	+0	+9
合計	6	0	9	35	0	49	33	1	37	+2	-1	+12



野辺地高等学校だより



1月号

「ボランティアサークル」 ～活動を通じて広がるつながり～

今年4月、本校に新しく「ボランティアサークル」が発足しました。サークルの活動は、町から依頼を受けて、公園の清掃や高齢者施設での交流など、さまざまな活動に取り組んでいます。活動を通じて、生徒たちは町の方々と直接ふれあい、「ありがとう」という言葉に励まされながら、地域の暮らしを支えるお手伝いをしています。

生徒からは、

「人の役に立つことがうれしかった」

「いろんな人たちと関わることができて良かった」

「周りを見て行動に移すことができた」

こんな声も聞かれ、活動を通じて心の成長が感じられます。まだ始まったばかりのサークルですが、町と一緒に歩みながら、これからも活動の輪を広げていく予定です。



子ども食堂ボランティア
(7月)



一誠園まごころ祭 (9月)



秋のパーペキューボランティア
(11月)



「馬門公民館文化祭」
ボランティア (10月)



鯉のぼりあげ
ボランティア (4月・5月)



チビッコる一む「運動会」
ボランティア (6月)



愛宕公園清掃 6月



イルミネーション作り



イルミネーション完成! (7月)

「年末年始の休日」は下記のとおりになります。

○年末年始の休日○ 冬季休業期間中
令和7年12月29日(月)～
令和8年1月3日(土)

○年末年始の休日の対応○
閉庁期間中の緊急連絡先については、生徒指導保健部発行の『冬季休業中の注意事項』をご覧ください。

令和7年度

青森県立野辺地高等学校は創立100周年です



← HP
ご覧になれます



つなぐ 100 年の歴史無限に広がる新たな未来

長濱さんの地域おこし協力隊コラム

『町民の皆さま、新年あけましておめでとうございます』

皆さん、おはようございます！こんにちは！こんばんは！

地域おこし協力隊の長濱です。

昨年は町民の皆さまの優しさや温かさに支えられ、何度も助けていただきました。言葉ではうまく表しきれませんが、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。いつもありがとうございます。

さて、＜今年の目標＞をひとつ宣言したいと思います。『郷土料理を作れるようになること』です！料理はあまり得意ではありませんが、少しずつ挑戦していきたいと思っています。

こちらの写真（→）は11月17日の野辺地町体験ツアーで、参加者の皆さんと一緒に作った郷土料理の写真です。

みんなで楽しく作り、そして一緒に食べる郷土料理は格別ですね！

昨年11月から『のへじ宣伝部』から、町の“暮

らしの小さな魅力”を移住定住ポータルサイトのnoteとInstagramで週1回ずつ発信しています。年末年始で帰省されている皆さまも、ぜひご家族や友人とご一緒にご覧いただき、シェアしていただけたら嬉しいです！

本年もどうぞよろしくお願いいたしますm(_ _)m



のへじ色
H P



のへじ色
note



のへじ色
Instagram

移住定住ポータルサイト各二次元コード

上野さんの地域おこし協力隊コラム

『本年もよろしくお願いします』

どーも！地域おこし協力隊の上野です。

このコラムを書いているのは12月9日。

前日の12月8日23時15分。今までに経験したことのない強い揺れに襲われました。

みなさまご無事でしょうか。

翌日の現在も余震への警戒が続いております。

みなさまが安心して新年を迎えられていることを祈っております。

この地震で「いつなにが起こるか分からない」ということを実感しました。

今年は後悔のないよう全力で生きていきたいと
思います。



もうすぐ開発中の「決明茶」が完成予定です。

**広報のへじに広告を
掲載してみませんか？**

町では、広報のへじに掲載する有料広告を募集しています。

◆規格・料金（ひと月分）

◇一号広告（縦約5cm×横約18.5cm） 16,000円

◇二号広告（縦約5cm×横約9cm） 8,000円

◆発行部数・配布先

「広報のへじ」は、町ホームページに掲載するほか、5,800部発行し、町内を中心に各家庭や公共施設、事業所などに配布します。

◆発行回数

月1回（年12回）

◆申込方法

掲載希望月の前月の1日まで、申込書と掲載を希望する規格で作成した原稿のデータをご提出ください。

※申込書は町ホームページからダウンロード可能です。

◆その他

町では、掲載する広告に一定の基準を設けています。広告掲載をお考えの方は、必ず事前に「野辺地町有料広告掲載基準」をご確認ください。

詳しくは、問合先にご連絡ください。

◆問合先

総務課（内線207）



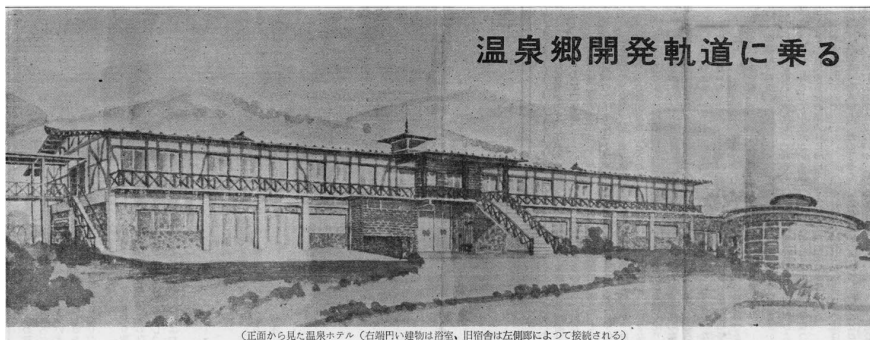
【写真①馬門温泉と乗合自動車 撮影年代：不明】
馬門温泉を出発する乗合自動車。乗合自動車は、山の麓に位置する馬門温泉と街中を結びました。



【写真②新築したホテル 撮影：1967年（昭和42）】
1963（昭和38）年に新築された馬門温泉ホテル。民間企業が経営してから宿舎が新築された。



【写真③敷地内の古民家 撮影：1973年（昭和48）】
馬門温泉敷地内にあった南部曲がり屋。手前には現存している薬師堂が見えます。



【写真④広報のへじ記事 発行：1963年（昭和38）9月号】
馬門温泉に温泉ホテルが新築されることを伝える町広報記事。当時町では、観光立町を掲げ馬門温泉郷開発の後押しをしていました。



【写真⑤敬老会のようす 撮影：1972年（昭和47）】
大人数が収容できるホテルでは、様々な会合が開かれました。結婚式や町成人式、敬老会等の会場として地域の人に利用されていました。

【野辺地の馬門温泉】：馬門地区に所在する温泉。約300年前にあたる正徳・享保年間には温泉があったという。別名『鶴の湯』とも呼ばれ、その名の由来は諸説ある。温泉の経営はかつて馬門村の人たちが行っていたが、1822年（文政5）に八幡町の田中重兵衛が馬門村から借用し、宿舎や浴槽を新設し、現在も残る薬師堂を建立した。以降田中氏による経営が行われたが、昭和30年代になると民間企業が温泉を経営し、現在に至っている。

【解説】

馬門地区に所在する馬門温泉は、少なくとも江戸時代には温泉地として知られていた歴史ある温泉です。別名『鶴の湯』とも呼ばれていました。

馬門温泉が鶴の湯と呼ばれた由来は諸説あり、1863年（文久3）に亡くなった八角良温の著書によると、①湯

の中に鶴の形をした石があったことから、②木こりが山に行くと1羽の鶴が飛んでき、その場所へ行くと鶴が湯で傷を癒しており、数日湯あ

みをして、傷を癒して飛び去って行ったから、③この鶴が飛び去ったあと鶴の形をした石があったから、といういわれがあります。温泉の効能としては、1920年（大正9）発行の『青森県鉱泉誌』によると皮膚病や神経痛に効くとされています。

馬門温泉は、古くは馬門村の人達が管理していました。が、1822年（文政5）に八幡町の田中重兵衛という人物が馬門村から温泉を借用し、温泉宿の経営を始めました。

薬師堂もこの頃に建立されたようです。田中氏による経営は、昭和30年代に民間企業が経営に乗り出すまで続けられました。

野辺地町民歌に「湧きやまぬ、湧きやまぬ馬門の温泉（いでゆ）」とあるように、馬門温泉は古くからお湯を湧きだし、多くの人に利用されその身体を癒してきました。長い年月親しまれてきたこのお湯が、末永く未来の人々を癒していくことを願っています。

（文責・資料館山崎）



町の ほけん だより

問い合わせ先
健康づくり課

TEL: 64-1770 (直通)

FAX: 64-8518

* 総合健康相談 *

保健師・管理栄養士による相談です。健康についてのお悩みをお聞きします。(要予約)

◆日程 木曜日(祝日除く) ◆時間 8時半~17時
☎ 080-1142-8080 (保健師直通)

* 傾聴サロン *

こころが軽くなるおしゃべりサロンです。傾聴研修会を修了した傾聴ボランティアがお話を伺います。秘密は厳守します。

◆日程 1月7日(水)、27日(火)、
2月13日(金)、25日(水) ※申込み不要。
◆場所 健康増進センター 時間内
◆時間 13時~15時 いつでも
どうぞ。

医療相談アプリLEBER (リーバー) の利用について



令和7年10月より、町内の妊婦および18歳までのこどもがいる世帯の方(以下、対象世帯)は、医療相談アプリ「LEBER」が利用できます。24時間、何度でも医師に無料で相談することができるアプリです。

急な発熱やケガ等、病院には行くほどではないけど心配という時に、医療相談アプリ「LEBER」で相談してみませんか？

◆便利な機能

- ・24時間利用できる
- ・最速3分で返信が届く
- ・何度でも無料で相談できる
- ・対象世帯のうち、本人を含む5人まで登録できる

アプリ内には、56の診療科の医師が登録されており、24時間さまざまな相談に回答してくれます。体の不調だけでなく心の悩みや産後うつまで、幅広い分野に対応していますので、ぜひご利用ください。

※アプリの利用には登録番号が必要です。

登録番号や利用方法は、対象世帯に案内通知等でお知らせしていますのでご確認ください。

1月5日以降、対象世帯となる場合は随時、窓口等で案内します。

新型コロナウイルス感染症予防接種及び高齢者インフルエンザ予防接種について

今年度の接種期限は、令和8年1月31日(土)です。

◇指定医療機関以外で接種した場合は、償還払いの申請が必要となります。

※償還払いとは、指定医療機関以外で接種し、接種料金を全額支払った後で、健康づくり課にて申請手続きを行い、接種料金の助成を受けるものです。

償還払いの申請期限：令和8年2月27日(金) 期限厳守

※申請期限を過ぎてからの申請は受付できません。

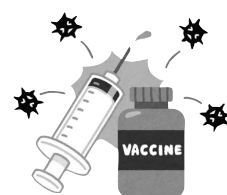
申請時必要なもの：①予防接種料金給付申請書(申請時に記入)

②接種した医療機関が発行した予防接種領収書(写し可)

③接種時作成の予診票(写し可)または予防接種済証(写し可)

④振込口座通帳の表紙及び2ページ目見開きの写し

その他ご不明な点等ございましたら、健康づくり課(0175-64-1770)までお問合せください。





ふわふわ だより



問い合わせ先

健康づくり課

TEL：64-1770（直通）

：080-1142-8080（相談専用）

FAX：64-8518

* 各種相談先 *

相談名（連絡先）	実施日	対象／内容
すくすく相談 (080-1142-8080)	月～金曜日 (祝日を除く) 8時半～17時	妊婦、産婦、育児中の方、 就学前のお子さんなど。 こそだて応援コンシェル ジュ（助産師・保健師） が対応。
ことばの相談 (080-1142-8080)	※1. 事前に電話でご予約 ください。 ※2. 職員不在の際は折返 し対応させていただきます。 ※1、※2	
思春期はればれ相談 (080-1142-8080)	木曜日 (祝日を除く) 8時半～17時 ※1、※2	思春期の方、その保護者 など。 保健師による電話相談。
こども救急電話相談 ※青森県主体 (#8000または 017-722-1152)	平日：午後7時～ 翌朝午前8時 土曜：午後1時～ 翌朝午前8時 日祝：午後8時～ 翌朝午前8時	小児の急病等、家庭内での 対応や医療機関への受 診目安などの相談対応。 看護師が相談に応じます。

* すくすくアドバイス *

～3歳から始める食育実践のヒント～

この時期は体も心も大きく成長する時期ですね。好きな食べ物をどんどん増やして、なんでもおいしく食べられる環境づくりをしていきましょう。

1. あいさつしよう。

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを習慣にしましょう。

2. 生活のリズムをつけよう。

たくさん体を動かすと、おいしくご飯が食べられ、ぐっすり眠ることができます。そのように、生活のリズムをつけて、早寝早起きできるようにしましょう。

3. 食にまつわる体験をしよう。

食事の準備をすることや、簡単なお手伝いをするこは、食への関心や期待感を高めます。野菜づくりや収穫体験のような体験をとおして、嫌いなものでも関心をもって食べることができます。

4. 家族みんなで楽しく食べよう。

家族との楽しい食事は、豊かな心を育てます。テレビを消して、1日のできごとや、メニューについてなど楽しく会話しながら食べましょう。



1月の保健カレンダー



日	事業名（対象者）	開始時間	場 所	備 考
15	4か月児健診 (R7年8月5日～9月15日生まれ)	8時45分	野辺地病院 (小児科)	対象者には個別通知します。
28	10か月児健診 (R7年3月生まれ)	13時20分	健康増進 センター	個別通知はしておりません。 広報で確認し母子健康手帳とバス タオルをお持ちください。
	1歳児健診 (R6年11月・12月生まれ)	13時半		
	みんなのこども相談 (出生～就学前まで)	14時		前日までに申込が必要です。

※予防接種の接種忘れや接種スケジュール等のご相談は、健康づくり課までお問合せください。

母子健康手帳は毎週火・木曜日に発行します。ご希望日の3日前までにご予約の上、
役場健康づくり課までお越しください。

ご予約はお電話またはこちらの
QRコードから受け付けております



町の掲示板



野辺地町委託事業

🍊 オレンジメモリーカフェ はまなす 🍊

認知症カフェは認知症の方やその家族はもちろん、地域住民、介護・医療の専門職等、誰もが気軽に参加できます。「今後のために、認知症について知りたい」という方も大歓迎です。ぜひご参加ください。

◆日時 1月16日（金）13時半～15時

◆内容 ・ミニ講話「体を動かそう！」
講師 野辺地町地域包括支援センター
・新年会・相談コーナー

◆場所 馬門公民館

◆参加費 無料

◆対象 野辺地町に住所を有している方

◆注意事項 ①参加を希望する方は電話で事前予約をお願いします。

②当日はマスク着用のご協力をお願いいたします。

◆問合先 社会福祉法人 福祉の里
介護老人保健施設 のへじ

☎65-2333

お知らせ

募集

上北地方教育・福祉事務組合職員

◆募集人員

◆受験資格

◆受付期間

◆申込手続

栄養士又は管理栄養士資格を有する方 1名

詳細については、職員募集要項をご確認ください。

1月5日（月）～30日（金）

職員募集要項及び受験申込書の入手方法について

1. 問合先で直接入手

2. 問合先ホームページでダウンロード

3. 郵送で請求する場合は、問合先に請求してください。

◆問合先

上北地方教育・福祉事務組合 事務局庶務課

〒039-2571 青森県上北郡七戸町字蛇坂55-8 ☎0176-62-5154

五十嵐大桜くん（泰朋）浜町

おたんじょう
おめでとう

（11月受付分）町民課

「戸籍の窓」には、当町に届けられた出生と死亡について、掲載されていますが、個人のプライバシーに関する事柄なので、掲載を希望しない場合は、届け出の際にお申し出ください。

戸籍の窓

おくやみ申し上げ
ごめいふくを
祈ります。

老人憩いの湯



有戸地区はまなす
ふれあいセンター

◆開設日：1月5日、8日、
15日、19日、22日、
26日、29日

◆時間：10時半～14時45分

青の煌めきあおもり国スポ

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

開催まで

9か月

青の煌めきあおもり国スポ 野辺地町
2026年9月4日～9月7日





◆問合先
上十三・十和田湖広域定住自立圏
観光推進協議会事務局（十和田市商工観光課内）
☎0176-51-6771



定住自立圏観光ガイド
QRコード

圏域内のイベント
やモデルコースな
どの情報を公開し
ています。

★上北圏域連携イベント

◆Day1：青の煌めき国スポ・障スポ応援フェス
Day2：魅力発見！まるっと上北フェア

・日 時 1月10日（土）、11日（日）
午前11時から16時

・場 所 イオンモール下田 1F 西コート

・内 容 上北圏域9市町村の魅力を堪能できる2日間です！
ぜひご来場ください！

10日：国スポ・障スポPRダンス、競技体験、
ゆるキャラ大集合など

11日：市町村PR、物販ブース、ゆるキャラ大集合など

・問合先 青森県上北地域連携事務所 地域支援課
☎0176-22-8194



Instagram二次元コードは
こちらから



町のカレンダー

町税等の未納は延滞金が加算される場合があります
ので、納期限内に納付しましょう。

日 曜	行 事 名
1 木	役場休務 ～1月4日まで
2 金	
3 土	
4 日	
5 月	新年祝賀会
6 火	
7 水	児：こま回し大会 傾聴サロン
8 木	図：朗読の会 児：思い出制作
9 金	相：弁護士
10 土	
11 日	二十歳を祝う会
12 月	
13 火	
14 水	
15 木	健：4か月児

日 曜	行 事 名
16 金	
17 土	図：おはなし工房
18 日	消防出初式 青森県ジュニアクロスカントリースキー大会
19 月	
20 火	相：行政 児：避難訓練
21 水	
22 木	
23 金	
24 土	
25 日	休日開庁（マイナンバーカード交付など）
26 月	
27 火	傾聴サロン
28 水	健：10か月・1歳児 相：みんなの子ども相談
29 木	
30 金	図：館内整理（休館） 児：支援拠点事業
31 土	

※ 図：図書館 め：納期限
健：健診児 児：児童館 相：相談

※2/2 め：町県民税（随時）
国保・後期・介護（7期）

まちのアルバム

農地守り隊による「草刈会」



ぼくたち わたしたちの
歯 ピカピカ だよ♪



つば 坪 まひろ 茉優さん



つば 坪 ゆうほ 優歩さん

3歳児健診で虫歯ゼロのお子さんを掲載しています



農地守り隊(野辺地町耕作放棄地対策協議会)が11月17日、町内の耕作放棄地の再生利用、解消及び発生防止等を目的とした有戸・木明地区小沢平と馬門・川目地区一ノ渡の遊休農地の「草刈会」を実施しました。



おいしい! 減る脂~♪
カンタン料理
その135



管理栄養士
新井山 静

鮭のホイル焼き

【管理栄養士のコメント】

マヨネーズにみそとごまの風味がきいて、子どもにも人気な味付けです。生のたらので作っても、おいしいです。



【栄養価 1人分】

エネルギー 190kcal たんぱく質 19.3g 脂質 12.0g 炭水化物 2.4g 塩分相当量 0.8g

材料 3人分

- ・生鮭 3切れ
- ・しめじ 30g
- ・アスパラ 3本
- みそ 小さじ2
- A マヨネーズ 大さじ2
- すりごま 小さじ1.5

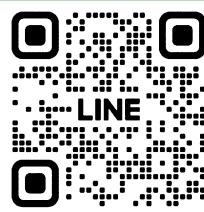
作り方

1. しめじは小房にわける。アスパラは、斜め薄切りにする。
2. Aの材料をあわせておく。
3. アルミホイルを1人分30cmに切り、3枚用意する。
4. 3に鮭の皮目を下にしてのせ、1とAを鮭の上に乗せつつむ。
5. フライパンに4を入れ、水を1cm注ぎふたをし、弱火で12~3分蒸し焼きにする。

* 令和7年度食生活改善推進員会親子クッキング事業より

野辺地町公式LINE
友だち募集中!

野辺地町公式LINE
ID: @noheji_town



二次元コード