

広  
報

# のへじ

2026  
第803号  
3月号



〔特集〕

もう受けましたか？  
がん検診・特定健診

〔表紙〕

第56回青森県小学生スキー大会兼  
2026全日本小学生選抜スキー大会  
青森県予選会(リレー男子)



# もう、受けましたか？ がん検診・特定健診

— 早期発見があなたと家族を守ります —

国内でがんは、長年にわたり死亡原因の第1位となっています。しかし、がんは早期に発見し、適切な治療を行うことで、治る可能性が高い病気でもあります。

町では、町民の皆さまの健康を守るため、各種がん検診・特定健診を実施しています。「症状がないから大丈夫」ではなく、症状がない今こそ、検（健）診が大切です。

がんの早期発見には、定期的な検診の受診が欠かせません。また、特定健診は、糖尿病や高血圧などの生活習慣病を早期に発見し、重症化を防ぐことにつながります。

今年度、まだ検（健）診を受けていない方は、3月31日まで各種がん検診・特定健診を実施していますので、この機会の受診をご検討ください。

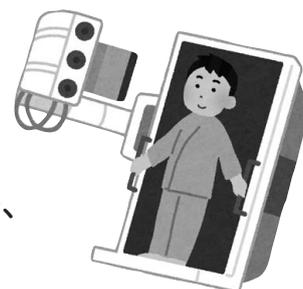
## 町が実施している検（健）診

### ◆胃がん検診

◇対象者 40歳以上の町民

◇検査内容 胃部X線検査（バリウム検査）

日本人に多いがんの一つです。早期に発見すれば治療成績が良好で、内視鏡などによる体への負担が少ない治療が可能な場合もあります。



### ◆大腸がん検診

◇対象者 40歳以上の町民

◇検査内容 便潜血検査（便に血が混じっていないか調べる検査）

男女ともに罹患数が増加傾向にあり、死亡者数も多いがんです。検診では、自覚症状が出る前の段階で異常を発見できる可能性があります。簡単な検査で受けられるため、毎年の受診が重要です。

### ◆肺がん検診

◇対象者 40歳以上の町民

◇検査内容 胸部X線検査（胸部レントゲン）

がんによる死亡原因の上位に位置しています。喫煙歴のある方は特に注意が必要ですが、喫煙をしない方でも発症することがあります。

### ◆子宮頸がん検診

◇対象者 20歳以上の町民で和暦奇数年生まれ（隔年）

◇検査内容 子宮頸部細胞診（子宮の入口の細胞を調べる検査）

子宮頸がんは、比較的若い世代でも発症するがんです。定期的な検診により、がんになる前の段階で発見・治療が可能とされています。



◆乳がん検診

◇対象者 40歳以上の町民で和暦奇数年生まれ（隔年）

◇検査内容 マンモグラフィ（乳房X線検査）

乳がんは、日本人女性が最も多くかかるがんです。早期発見により、治療の選択肢が広がり、生活への影響を抑えることができます。

◆特定健診

◇対象者 30歳以上74歳以下の町民で国民健康保険加入者

◇検査内容 血圧・身体測定、血液検査、尿検査、心電図検査、クレアチニン検査、HbA1c検査

特定健診は、生活習慣病の予防・早期発見を目的とした健診です。高血圧や糖尿病などは、自覚症状がないまま進行することが多い病気です。健診結果をもとに生活習慣を見直すことで、将来の重い病気を防ぐことにつながります。



検査料金表

医療機関名	お申込先	項目	個人負担金	検査料金
公立野辺地病院 ※子宮がん検診は月・水・木曜のみ実施 （月曜日は、毎月第2、第4に実施 可能です。）	☎64-3211 予約受付時間 10:00~16:00	特定	0円	10,120円
		胃	600円	10,054円
		大腸	300円	1,188円
		肺	200円	1,969円
		子宮	1,320円	5,170円
		乳	600円	6,182円
		骨	2,950円	4,950円
		肝	1,100円	3,740円
・戸館内科整形外科医院	☎64-2525	特定	0円	10,120円
		胃	600円	10,054円
		大腸	300円	1,188円
		肺	200円	1,969円
・えびさわクリニック	☎64-4160	特定	0円	10,120円
・ちびき病院	☎64-5100			
青森県総合健診センター	☎017-741-2336	乳	400円	5,500円
		子宮	1,320円	5,500円
八戸西健診プラザ ※子宮・乳がん検診は午後に実施	☎0178-21-1717	特定	0円	7,810円
		胃	1,000円	10,560円
		大腸	300円	1,760円
		肺	200円	2,090円
		子宮	0円	4,400円
		乳	400円	5,500円

※お申込は医療機関にお電話で直接お申込みください。

※詳しくは健康づくり課（☎64-1770）または各医療機関にお問合わせください。

## 第56回 青森県小学生スキー大会 兼 2026全日本小学生選抜スキー大会青森県予選会

青森県小学生スキー大会兼2026全日本小学生選抜スキー大会青森県予選会が2月1日、あったかハウスまかどの森で開催されました。

午前に行われた距離競技個人の部では、横浜結人選手（若葉小5年）が安定した走りを見せ、見事優勝を果たしました。

午後には、リレー競技が行われ、チーム丸となった力強い走りで見事優勝となり、会場からは大きな拍手が送られました。



男子リレー 十枝内選手(右)に繋ぐ漆戸選手(左)



5年男子 優勝 横浜 結人 選手

### 【 距離 競技 大会 記録 】 ※町関係のみ・敬称略

- ◆3年男子 2位 漆戸 楓 (若葉小)
- ◆5年男子 1位 横浜 結人 (若葉小)
- 2位 十枝内 徠晏 (若葉小)

- ◆男子リレー 1位
- 野辺地クロスカントリースキークラブ
- 漆戸 楓、十枝内 徠晏、横浜 結人

## 野 辺 地 町 消 防 出 初 式



1月18日、町立体育館において令和8年野辺地町消防出初式が厳かに行われ、横濱豊消防団長をはじめ、消防団員および消防署員など約120人が参加しました。

出初式は、新年にあたり消防関係者が一堂に会し、士気の高揚と防火・防災への決意を新たに重要な行事です。

式典では、町長による訓示が行われ、「危機管理体制のさらなる充実を図るとともに、今後も町民が安全で安心して暮らせるまちづくりのため、引き続き一層の精進をお願いしたい」と、消防団員並びに消防職員に対し、日頃の活動への感謝と今後の協力を呼びかけました。

## 100歳おめでとうございます



赤泊 みき さん

赤泊みきさんは野辺地町出身で、結婚後6人の子ども、10人の孫、ひ孫に恵まれました。  
働くことが好きな真面目な方で、80歳まで元気に働かれています。

立花とみゑさんは五戸町で九女として生まれ、結婚後、たくさんの子、孫、ひ孫、玄孫に恵まれました。趣味は料理で、コロッケを大量に作り、近所の方におすそ分けをして喜ばれてきたそうです。



立花 とみゑ さん

## のへじ停車場ランタンまつり



駅前商店会のメンバーらで構成された実行委員会（今井寛人実行委員長）は2月7日、のへじ停車場ランタンまつりを野辺地町観光物産PRセンターで開催しました。

会場には、雪のすべり台のほか、生バンド演奏やキッチンカーなどが出店し、たくさんの来場者がランタンによる幻想的な光を楽しみました。

## 町へのご寄附ありがとうございます



有戸はまなすふれあいセンター利用者一同（四戸巧代表）様から、同センター維持管理費として15万円をご寄附いただきました。

有効に活用させていただきます！



## 文化財を火災から守る！ 文化財防火デー



消火訓練の様子

文化財防火デーに合わせ、歴史民俗資料館は1月26日、国登録有形文化財である旧野村家住宅離れ（行在所）で防火訓練を実施しました。

当日は、消防署員の指導のもと、参加者約20名が通報訓練や初期消火訓練、消火器の正しい取扱い方法などを体験しました。

参加者は、文化財特有の構造や環境に配慮した防火対策の重要性を再確認し、日頃からの備えの大切さを学びました。

# まちの お知らせ

役場 ☎64-2111

## まちの人口

令和8年1月末現在（前月比）  
 人口 11,503名（-36）  
 男 5,395名（-21）  
 女 6,108名（-15）  
 世帯数 6,210世帯（-18）

## 無料相談案内

- 年金相談  
（年金全般に関すること）  
4月15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  
4月7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）  
3月13日（金）14時～  
4月3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）  
3月17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）

## 子ども医療費 受給資格証について

令和8年4月に新小学1年生、新中学1年生及び高校入学相当の年齢を迎える方へ申請不要で有効期限を更新した子ども医療費受給資格証を3月中旬頃に郵送します。

### ◆郵送対象者

- ①子ども医療費受給資格証（さくら色）をお持ちの方で、有効期限が令和8年3月31日までとなっている児童（18歳に到達した児童を除く）
- ②乳幼児医療費受給資格証（水色）をお持ちの方で4月から小学校へ就学する児童

### ◆その他

有効期限が到達した受給資格証をお持ちの方は、個人情報にご留意のうえ、ご自身で破棄し



## 再募集 国保・脳検診 （3月分）のお知らせ

町では、野辺地町国民健康保険の加入者を対象に国保・脳検診を実施していますが、3月募集分に若干の空きがあり申込みできます。

### ◆受付期間

3月2日（月）から

### ◆受付人数

若干名

### ◆対象者①から③全てに該当

- ①75歳未満
- ②野辺地町国民健康保険に加入している方（申込みが多数の場合は、初めて受診される方

を優先します。）

### ◆問合先

町民課（内線106）

### ◆個人負担金

3,000円

### ◆実施期間

3月（毎週火・木曜日）

### ◆実施医療機関

公立野辺地病院

次のような方は検査が受けられない場合がありますので、事前に問合先までご連絡ください。

- ①閉所恐怖症の方
- ②ペースメーカーが入っている方
- ③脳動脈クリップを埋め込んでいる方
- ④外傷や手術などで体内に金属類が入っている方
- ⑤歯科でインプラント治療されている方
- ⑥妊娠又は妊娠されている可能性がある方

### ◆申込・問合先

町民課（内線107）



## 令和8年度『出張年金相談』 の日程について（要予約）

青森年金事務所では、偶数月の第3水曜日に町中央公民館で『出張年金相談』を実施しています。令和8年度は次の日程で実施しますので、事前にご予約のうえ、ご利用ください。

### ◆日程

- ①4月15日（水）10時～15時
  - ②6月17日（水）〃〃〃
  - ③8月19日（水）〃〃〃
  - ④10月14日（水）〃〃〃
  - ⑤12月16日（水）11時～15時
  - ⑥2月17日（水）〃〃〃
- ※冬期間は1時間繰上げて開始します。

### ◆その他

①ご予約の際は基礎年金番号がわかる書類を手元において、電話をおかけください。

### ◆予約先

青森年金事務所  
☎017-734-17495

### ◆保険料納付期限

2月分  
令和8年3月31日（火）

## 児童館行事

- ◆ひなまつり会  
3日（火）16時～
- ◆支援拠点事業のへじらんど親子で遊ぼう  
講師・児童支援員  
11日（水）10時～
- ◆進級を祝う会  
14日（土）10時～
- ◆避難訓練  
18日（水）16時～
- ◆おはなし会  
28日（土）10時半～
- ◆問合先  
児童館（☎64-3106）

## スポーツ施設を無料開放します

町内小中学校の春休み期間中、スポーツ施設を無料開放します。ぜひご利用ください。なお、利用の際は、受付を済ませてから入館するようお願いいたします。

### ◆屋内温水プール

#### ◆対象

町内在住の小・中学生

※安全面を考慮し、付き添う保護者も対象となります。

#### ◆期間

3月27日(金)～4月5日(日)

※プール利用のみ無料です。

#### ◆その他

利用時間は開館時間内としますが、小・中学生は18時には帰宅するようにしてください。18時以降に来館する場合は、保護者同伴で利用してください。

### ◆町立体育館・青少年体育センター

#### ◆対象(一般利用者)

ウォーキングやランニングを目的に利用する方

#### ◆期間

3月27日(金)～4月5日(日)

#### ◆利用時間

1日2時間まで

#### ◆その他

競技場を使用している個人・

団体等がある場合は、利用場所が制限されますので、ご了承ください。

### ◆問合せ先

◆社会教育・スポーツ課

☎64-2119 (直通)

◆屋内温水プール

☎64-9777

◆町立体育館

☎64-1459

◆青少年体育センター

☎64-9657



## 町の計画(案)への ご意見を募集します

### ◆意見募集期間

3月1日～3月30日

### ◆案件

野辺地町耐震改修促進計画

### ◆意見を提出できる方

◆町内に住所を有する者

◆町内に事務所又は事業所を有する個人及び法人その他の団体

◆町内の事務所又は事業所に勤務する者

◆町内の学校に在学する者

◆本町に対して納税義務を有する者又は寄附を行う者

◆パブリックコメント手続に係る事案に利害関係を有する者

### ◆意見の提出方法

直接持参、郵送、FAX、電子メール

電子メール

### ◆提出先

建設水道課

FAX 64-7510

電子メール

kensetu@town.noheji.g.jp

## 募集

### 令和8年度「野辺地町 シルバー人材センター」

町在住の原則60歳以上の方はどなたでも会員登録できます。現在、男女30名の方が就業しています

### ◆目的

長年培った知識・経験・技能を生かし就業することにより、健康で生きがいのある生活の実現と活力ある地域社会づくりに貢献する

### ◆仕事の内容

主として、草取り、草刈り、清掃、各種福祉サービス、除排雪等です

### ◆配分金

一時間当たり1,100円

### ◆申込期限

3月16日(月)

### ◆説明会日時

3月23日(月) 10時～

### ◆場所

健康増進センター

### ◆申込・問合せ先

野辺地町社会福祉協議会

(健康増進センター内)

☎64-0401

## 個人住民税の 特別徴収について

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・徴収をしているため、「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おります。

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及び従業員の方は、何卒ご理解とご協力をお願いします。

まだ実施されていない事業主の方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

## 「地域おこし協力隊活動報告会」を開催します！

都市部から移住し、町の地域活動に取り組み「地域おこし協力隊」として活躍している隊員の活動報告会を開催します。当日は長濱順子さん(情報発信分野・1年目)と上野実さん(地域振興分野・1年目)が活動内容を報告します。

多くの方のご来場が今後の活動の励みになります。ぜひご参加ください。

### ◆日時

3月23日(月)

13時半～15時

### ◆会場

役場1階町民ホール

※事前予約不要・参加費無料

### ◆問合せ先

企画財政課(内線216)



愛車の住所変更も忘れずに

毎年自動車税種別割の納税通知書は、原則としてその年の4月1日現在の運輸支局に登録されている住所（車検証に記載されている住所）にお送りしています。

お引越など住所が変わった場合は、運輸支局で「車検証の住所の変更登録」を忘れずに行ってください。この変更登録を怠ると、自動車税種別割の納税通知書も変更後の住所に送られることとなります。なお、住民票の異動手続きだけでは車検証の住所は変更されません。

やむを得ず、令和8年3月末日までに車検証の住所の変更登録ができない場合は、電話又はFAXにより、上北県事務所までご連絡ください。FAXにより届出される場合に必要の様式は、青森県庁ホームページにある「県税・市町村税インフォメーション」内の「自動車税種別割住所変更届」よりダウンロードすることができます。

また、青森県庁ホームページにある「青森県電子申請・届出システム」内の「自動車税住所変更届」からも新しい住所の届出が可能です。

◆問合先

◇自動車税種別割について

・上北県事務所納税管理課  
☎0176-22-8111  
(内線211-214)

FAX 0176-22-8135

◇自動車の登録手続きについて

・東北運輸局青森運輸支局  
☎050-5540-2008

・東北運輸局青森運輸支局  
八戸自動車検査登録事務所  
☎050-5540-2009



「春休み子ども食堂×男女共同参画」コラボ事業参加者募集!

ちくむ野Open主催「春休み子ども食堂」と町「男女共同参画事業」コラボ企画の参加者を募集します。

みんなで一緒に昼食を作り、交流を楽しみながら「食」への学びを深めませんか。ぜひ、お気軽にご参加ください。

◇日時 3月30日(月) 9時~14時

◇場所 野辺地町社会福祉協議会(健康増進センター内)

◆募集内容・定員等

◇子ども食堂

小学生20名(先着順。定員になり次第締切)

◇男女共同参画

どなたでも(性別・年齢を問いません)

◆実施内容

参加者同士の交流、レクリエーション、昼食づくり等

◆参加料

無料

◆持ち物

エプロン、水筒、内履き

◆申込先・問合先

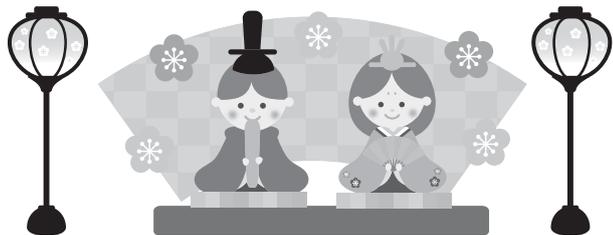
◇子ども食堂

野辺地町社会福祉協議会  
☎64-0401

※アレルギーの有無をお知らせください

◇男女共同参画

企画財政課(内線217)



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
一般幹部候補生	一般 令和8年4月1日現在22歳以上26歳未満の方 (修士課程修了者は28歳未満の方)	令和8年3月から開始予定	<1次試験> 令和8年4月予定※ <2次試験> 令和8年5月予定※ <3次試験>(飛行要員のみ) 令和8年6月予定※	[幹部任官後] 大学修了者 修士課程修了以外 月額:296,100円 修士課程修了以外 月額:304,700円 院卒者試験合格者 月額:314,900円	別途連絡します。
	飛行				
歯科・薬剤科幹部候補生	専門の大卒(見込含) 令和8年4月1日現在20歳以上30歳未満の方 (薬剤科は20歳以上28歳未満の方)		<1次試験> 令和8年4月予定※ <2次試験> 令和8年5月予定※		
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	令和8年3月から開始予定	別途連絡します。	[初任給] 月額:224,600円(高卒) 月額:239,600円(大卒)	
自衛官候補生(任期制)		年間を通じて行っております。			
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。)	令和8年1月22日 ~令和8年3月30日	令和8年4月1日~19日※	[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	
	一般 18歳以上52歳未満の方				
※ 試験日については、別途指定されます。 ※ 処遇については、令和7年1月現在のものです。					
細部につきましては下記へ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				個別相談QR  ★ 個別に相談に応じます。QRコードからお申し込みできます。	
 三沢募集案内所instagram JEITAL.MISAWA					



# みんなの教室受講生募集のお知らせ

◆申請・問合せ先 中央公民館 ☎64-3054

中央公民館では、令和8年度のみみんなの教室受講生を募集しています。

- ◆対象者 町内外の方、年齢不問
- ◆申込方法 募集チラシに申込書がついています。ご記入のうえ会費を添えてお申し込みください。
- ◆締切日 4月15日(水)  
(※一度締め切りますが、それ以降も申し込み可能です。)
- ◆会費 1,000円(1教室)
  - ・途中での退会等による受講料等の返金はできません。
  - ・各教室により別途会費が発生する場合があります。(講師料や材料費等)

教室名	日時	教室名	日時
ヨガ(昼)	毎週 月曜日 13:30~	籐手芸	毎週 水曜日 9:30~
レクリエーションダンス	毎週 木曜日 19:00~	琴	第2・4木曜日 13:00~
ハワイアンフラ(1部)	1・2・3 金曜日 13:00~	大正琴(初級)	第1・3火曜日 10:00~
ハワイアンフラ(2部)	1・2・3 金曜日 14:45~	社交ダンス	毎週 土曜日 13:00~
3B体操(木曜)	月4回木曜日 13:00~	尺八	毎週 火曜日 13:00~
3B体操(金曜)	月3回金曜日 10:00~	囲碁・将棋	毎週 土曜日 13:00~
ハワイアンフラ(夜)	月3回月曜日 19:00~	絵画	第2・4日曜日 9:30~
エアロビクス	1・2・3 金曜日 19:00~	生け花	第3 金曜日 13:30~
楽しいダンスとヨガ	毎週 水曜日 10:00~	ひしざし	第1・3水曜日 13:00~
ヨガ(夜)	毎週 木曜日 18:30~	短歌	第2 火曜日 13:30~
コーラス	第1・3火曜日 18:00~	茶道	第1・3木曜日 17:30~
太極拳	毎週 月曜日 19:00~	筋膜ほぐし	第1・3木曜日 10:00~
着付け	第2・4金曜日 18:30~	俳句	第2 土曜日 9:30~
洋裁	第1・3火曜日 13:00~	パッチワーク	第2・4木曜日 10:00~
3B体操(夜)	月4回水曜日 19:00~	祭り日	第2・4月曜日 19:00~
料理	第1・3水曜日 9:00~	フォークダンス	毎週 月曜日 10:00~



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

## ◆◆ ゴルフSP NOHEJI ◆◆

町内初のシュミレーションゴルフ練習場をオープン!!!

最新マシン導入で運動不足解消・技術向上など  
初心者から上級者までお気軽にお越し下さい。

ご利用は午前9時から事前のご予約をお願い致します。  
料金 2時間 2,000円 体験 1時間 1,000円 (試打ちも出来ます)  
※電話お問い合わせ先 0175-64-7431 (野辺地産業振興協会内)



## 中学校部活動の地域展開に向けた取組を進めています

◆問合せ先 野辺地町教育委員会 ☎64-2119

野辺地町教育委員会では、国の方針に基づき、令和8年度から中学校部活動を段階的に「地域クラブ活動」へ展開（移行）していきます。

### ◆部活動の地域展開ってなに？

これまで学校の教員が中心となって担ってきた部活動の運営や指導を、新たに地域のクラブや団体の活動に展開することです。

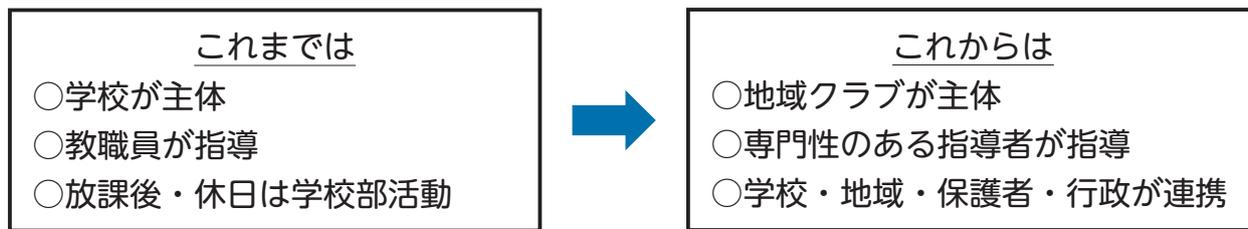
既存の少年団や団体が中学生を受け入れることで、少子化が進んでも生徒がスポーツや文化芸術活動を継続できる機会を確保します。

### ◆なぜ、地域展開するの？

生徒数の減少により、部活動をこれまでと同様の体制で運営することが難しくなってきています。また、部活動顧問を務める教職員の多忙化や長時間労働が指摘されています。

これらの課題を踏まえて、地域全体で子どもたちを支える新しい仕組みに変えていきます。

### ◆何が変わるの？



### ◆認定地域クラブとは

町が定める要件（適切な活動時間・指導体制、活動中の安全の確保がなされていることなど）を満たし、中学生を受け入れる団体のことです。受け入れ体制が整ったクラブから、町で順次認定していきます。

認定地域クラブに生徒が参加する場合は、それぞれのクラブで定める会費等（練習や大会参加費用、保険料など）を支払う必要があります。

また、活動時間・場所はクラブによって異なります。

認定地域クラブとなる予定の団体（令和8年度～）

競技名	クラブ名
剣道	野辺地剣友会
サッカー	野辺地サッカークラブ
軟式野球	北部上北 S P I R I T S
ハンドボール	野辺地ハンドボールスポーツ少年団（野辺地ジュニア）
柔道	野辺地柔道クラブ
ソフトテニス	野辺地町ソフトテニスジュニア
空手道	N P O 法人野辺地空手道会

部活動の地域展開について詳しくはこちら →  
部活動改革ポータルサイト



[https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop01/list/1372413\\_00003.htm](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop01/list/1372413_00003.htm)



## 灯油等購入費支援助成金のお知らせ

◆問合せ先 介護・福祉課（内線147）

町では、県が実施する「令和7年度青森県生活困窮者に対する灯油購入費助成事業費補助金」を活用して、灯油等購入費助成商品券を配布します。

### ◆配布対象世帯

- ア 令和8年1月1日時点において、野辺地町の住民基本台帳に登録されていること。
  - イ 世帯全員の令和7年度の市町村民税が非課税である世帯。
- ア・イいずれにも該当する世帯が対象となります。

### ◆配布額

- ・1世帯当たり5,000円分（のへじ共通商品券1,000円を5枚）

### ◆配布方法

- ・対象世帯の世帯主に対して、商品券を簡易書留にて郵送しています。
- ※町であらかじめ配布対象世帯と把握できた世帯については、2月上旬から順次発送しています。

### ◆利用可能店舗

- ・同封する「のへじ共通商品券加盟店」の一覧（水色の用紙）をご覧ください。

### ◆申請が必要な場合

- ①町であらかじめ対象と把握できなかった世帯  
※令和7年度の市町村民税が未申告の世帯等
- ②対象者の入院等の事情により、配布した商品券の受け取りがされず、ご家族等が代理で受け取る場合

### ◆申請方法

◇上記①に該当する世帯については、役場税務会計課で申告を行い、世帯全員の令和7年度の市町村民税が非課税であった場合、役場介護・福祉課の窓口で申請してください。その際は、対象者の身分証明証の写しが必要となります。

◇上記②に該当する場合については、役場介護・福祉課の窓口で申請してください。その際は、対象者と申請者の身分証明証の写しが必要となります。

### ◆申請の期限

令和8年3月31日（火）



## 歴史講座「津軽と南部の山車祭礼・祭り囃子講座」を開催します

◆問合せ先 歴史民俗資料館 ☎64-9494

令和5年度から野辺地の祭り囃子に関する調査を行っている下田雄次氏を講師に招き、野辺地の祭り囃子や祇園囃子に似ている囃子を奏する県内の祭りを紹介する歴史講座を開催します。

講座では、下田氏の調査内容を基に、野辺地の祭り囃子の特徴や類似する囃子等について、実演や音源を使い解説します。また、津軽の京祭りと呼ばれる鱒ヶ沢町「白八幡宮大祭」について、鱒ヶ沢町の学芸員が紹介します。ご興味のある方はぜひお越しください。

- 日 時 3月14日（土） 13時半～15時
- 講 師 青森県文化財保護審議会委員 下田 雄次  
鱒ヶ沢町教育委員会総括学芸員 中田 書矢
- 場 所 中央公民館 ホール
- 対 象 どなたでも
- 参加等 参加無料・申込み不要
- 定 員 なし



【講師の下田氏】

野辺地町立図書館  
二次元コード



# としよだより

(3月)



☎64-2195

**今月の休館日**  
2日(月)、9日(月)、23日(月)、30日(月)、31日(火)  
※31日は、館内整理のため休館します。

**出前おはなし会 in 児童館**  
“おはなしおじさん”が、来るよ！絵本の読み聞かせや手遊びなど行います。ぜひ、ご参加ください。申込み不要。  
日時 3月28日(土) 10時30分～  
場所 児童館  
読み手 秋田 敏博氏 (青森大学教授) ほか

※3月20日(金)春分の日は、祝日開館を行います。

**●英会話クラブ**  
4・11・18・25日(水) 14時半～16時  
(中央公民館)  
**●朗読の会「秋桜」**  
12日(木) 10時～  
定例会(中央公民館)



【図書イベント】

**おはなし工房**  
日時 3月21日(土) 14時15分～  
場所 視聴覚室(図書館2階)  
内容 読み聞かせとカレンダー付小物入れ作り  
対象 4～12歳  
※幼児は、保護者同伴。  
定員 8名 ※要申込み  
参加料 無料  
申込先 図書館



「小物入れ」

図書館おすすめの到着本(入荷予定本)	
書名	著者名
時の家(第174回芥川賞受賞)	鳥山まこと
最後の皇帝と謎解きを(第24回「このミス」大賞)	犬丸幸平
生きとるわ	又吉直樹
神の蝶、舞う果て	上橋菜穂子
本の展示	
2025年受賞作あれこれ	1(日)～29(日)
ひなまつりの本展	1(日)～29(日)

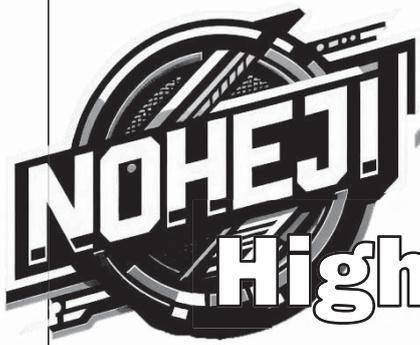
**二次元コードによる資料の貸出を始めました**  
ご自身のスマートフォンに二次元コードを表示すると、利用者カードを持参しなくても資料を借りることができます。二次元コードの表示には、事前登録とマイメニューからのログインが必要となります。

**蔵書点検に伴う休館のお知らせ**  
蔵書点検の実施に伴い、下記の期間休館します。返却される図書をお持ちの方は、正面玄関脇の図書返却口にお返しください。  
なお、青森県立図書館「オンライン貸出」及び「遠隔地返却図書」の取扱いは、休止します。  
【休館期間】 3月9日(月)～3月19日(木)

**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8年1月末の交通人身事故発生状況(野辺地警察署)

区分	令和8年						昨年			前年比		
	1月中(単月)			1月末(累計)			1月末(累計)					
	発	死	傷	発	死	傷	発	死	傷	発	死	傷
町村別	生	者	者	生	者	者	生	者	者	生	者	者
野辺地町	1	0	1	1	0	1	0	0	0	+1	+0	+1
横浜町	0	0	0	0	0	0	1	0	2	-1	+0	-2
六ヶ所村	5	0	7	5	0	7	2	0	2	+3	+0	+5
合計	6	0	8	6	0	8	3	0	4	+3	+0	+4



# 野辺地高等学校だより



3月号

いいぞオ～

## スポーツ大会

かん



2月6日(金)、本校第一体育館において校内スポーツ大会を実施しました。ハンドボール、卓球、フットサル、ポッチャ、ディスクゲッター、バドミントンの6種目で熱戦が繰り広げられました。当日は生徒会の生徒が準備や運営を支えてくれたおかげで、全体がスムーズに進行しました。先生方も各競技に参加し、会場は大いに盛り上がりました。得点が入るたびに応援の生徒たちが声援を送り、選手たちの力強いプレーを後押ししていました。競技を通して、仲間を応援する姿や全力で取り組む姿が多く見られ、笑顔あふれる一日となりました。



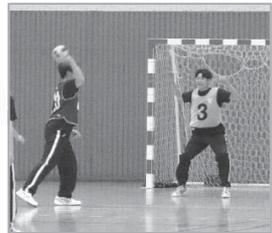
フットサル



卓球



ハンドボール



シュート!



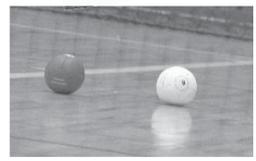
ハイチーズ!



ディスクゲッター



ポッチャ



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

## 町長コラム

### 『未来につなげる幸せを創る』

#### NO54. 「万一の備えをお願いします」

こんにちは。町長の野村です。

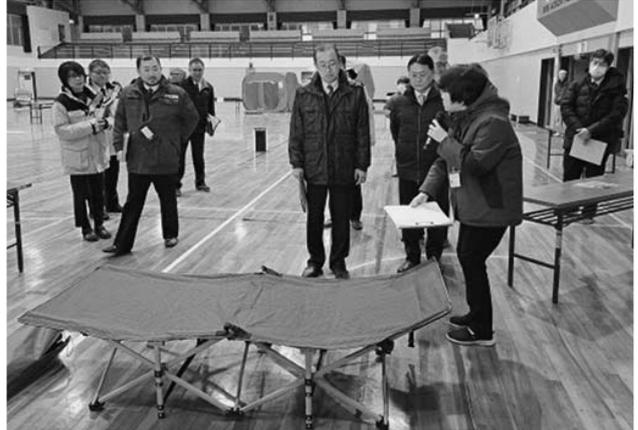
2011年3月11日発生の東日本大震災から15年となります。亡くなられた方、未だ行方不明の方は2万2千人以上、今なお避難生活をされている方は2万7千人余りという未曾有の大災害です。歴史として風化させることなく語り継いでいかななくてはなりません。

野辺地町でも昨年12月の青森県東方沖地震や災害級の大雪と自然災害にはあらがうことは難しく、被害をできるだけ少なくすることが大切です。

町では昨年、国の交付金を活用して避難所の設営用資機材を購入しました。水循環型シャワー設備、簡易組立トイレ、折り畳みベッド、ペット用可動式ゲージなど少しでも快適に過ごすことがで

きるようにと考えました。

でも、とても重要なのは不断の訓練です。先の大震災での教訓として、訓練した以上のことはできないと言っています。町、自治会、職場、学校等での避難訓練に積極的に参加し、万一の備えをお願いします。



津島内閣府副大臣と青森県による町防災資機材視察の様子

## 長濱さんの地域おこし協力隊コラム

### 『雪とろフェスで感じた、冬の楽しさ♪』

皆さん、おはようございます！こんにちは！こんばんは！

毎日毎日、雪・雪・雪・・・晴れ間を期待して天気予報をついチェックしてしまう毎日です。。

そんな冬の1日、1月25日（日）に開催された雪とろフェスに参加いたしました！

当日は雪が降ったり、時折晴れ間がのぞいたり、まさに野辺地らしい冬の天候でした。

会場では、ソリ遊びや雪山を駆け回ったり、雪玉を作ったり雪穴を掘ったりと、子どもたちが寒さを忘れて雪の中でも元気いっぱい遊ぶ姿が見られました。その姿を見て、自分の子ども時代を思い出し、元気をもらうひとときでした。

また、会場で焼いてもらった焼きマッシュマロは、外はカリッと中はトロ〜リ。とてもおいしく心も体も温まりました。

来年参加される方には、ぜひ味わってほしい一品です。

会場内では、宝探しが楽しめるクエストのほか、ソリレース、スノーモービル体験、サウナ体験、キッチンカーの出店、かまくら、イグルー展示など、盛りだくさんの内容で、一日中楽しみました。今年参加できなかった方も、来年はぜひ「雪とろフェス」に遊び来て、冬の楽しさを体感してみてください！



司会・MCのjuriさんと♪

## 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日までに、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）





# 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 火・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 3月11日(水)、24日(火)

◆場所 健康増進センター

◆時間 13時~15時

※申込み不要。  
時間内に  
いつでも  
どうぞ。

## 3月は自殺予防対策強化です ~変化に気づいたら、まずは声かけを~

国では月別自殺者数の最も多い3月を自殺対策強化月間と定め、国、県、市町村、関係機関等が連携し、誰も追込まれることのない社会の実現に向け、自殺予防の取り組みを実施しています。

町では、総合健康相談事業、傾聴サロン、ふわふわことばの推進、関係機関との会議など、さまざまな事業を展開し、こころの健康づくりを支援しています。

繁忙期、異動、就職、進学、引っ越しと何かと忙しくなる季節となります。

疲れをためず、悩みは抱えこまず、早めの休養と周囲への相談、専門機関の各種事業を上手に活用し、こころ穏やかに新年度をむかえましょう。

## ◆令和7年度各事業が終了します◆

### ■特定健診・がん検診・後期高齢者健診

3月末で各事業が終了となります。3月末まで受診できますので、受診券を紛失された場合は、健康づくり課で再発行できますので、お問合せいただくか直接お越しください。

## ○厚生労働省からのお知らせです○

ハンセン病元患者のご家族へ  
~対象となる方々に「補償金」を支給します。  
秘密は守られます。~

○秘密は守られますので、まずはお電話でご相談ください。

○この補償金は、法に基づき、ハンセン病元患者家族の被った精神的苦痛を慰謝するためのものです。

○補償金額：180万円又は130万円

※一部同居等の要件あり

○請求期限：令和11年11月21日まで

厚生労働省補償金相談窓口

電話番号：03-3595-2262

受付時間：10時~16時

(土日祝、年末年始除く)

ハンセン病問題を正しく理解し、偏見や差別のない社会の実現を目指しましょう。

ハンセン病 厚労省

検索

## ☆献血へのご協力ありがとうございました! ☆

皆さまのおかげで165名の方にご協力をいただきました。集められた血液は、病気やけがで輸血を必要としている方々に届けられます。多くの命を救うためにも皆さまの継続的なご協力をよろしくお祈いします。

## 献血協力事業所募集中

献血にご協力いただける団体・企業を募集しています!

県内の血液が不足しています。ご協力いただける場合は、青森県赤十字血液センター (TEL: 017-741-1511) までお問い合わせください。





# 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月1日～7日は「子ども予防接種週間」です。

この期間は入園や入学を控えたお父さまが、必要な予防接種を済ませているか確認し、健康な新生活をスタートさせるための準備期間です。

集団生活が始まると、病気にかかるリスクが高まります。予防接種は、お子さま自身を病気から守るだけではなく、周りのお友だちへの感染を防ぐためにも非常に重要です。



◎お手元の母子健康手帳を今一度確認しましょう！

## ～ 受けるポイント ～

ワクチンの接種年齢は、病気にかかりやすい時期と安全に接種でき、高い効果が得られる年齢を考慮して決められています。

受けるポイントは【**受けられる時期がきたらすぐ受ける**】です。

かかってからでは遅いので、早めに予約し、体調の良いときに受けましょう。



## 3月の保健カレンダー



日	事業名（対象者）	開始時間	場所	備考
5	4か月児健診 (R7年10月6日～11月5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。
9	3歳児健診 (R4年7月6日～9月30日生まれ)	9時		対象者には個別通知します。
18	10か月児健診 (R7年5月生まれ)	13時20分	健康増進 センター	個別通知はしていません。 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。 前日までに申込が必要です。
	1歳児健診 (R7年1・2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		

※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うえ、役場健康づくり課までお越しください。

ご予約はお電話又はこちらのQRコードから受け付けております



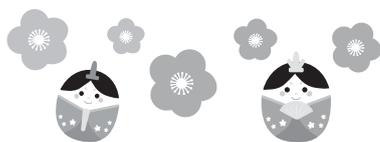
# 町の掲示板



## 「町民と議会と意見交換会」開催

町民の皆さまのご参加お待ちしております。

- ◆主催 野辺地町議会
- ◆日時等 3月21日（土）10時～12時  
第1部 テーマによる意見交換  
第2部 一対一で議員との懇談
- ◆場所 中央公民館 1階ホール
- ◆内容 和気あいあいと意見交換した内容については、議会で調査を行い、町に要望可能なものは議会から要望いたします。
- ◆問合せ先 野辺地町議会事務局  
☎64-2111  
(内線301、302)



## 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。

- ◆日時 3月19日（木）  
13時半～15時
- ◆内容 ・ミニ講話「体を動かそう」  
講師 老健のへじ リハビリ室  
・作品作り・相談コーナー
- ◆場所 有戸はまなすふれあいセンター
- ◆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。
- ◆問合せ先 社会福祉法人 福祉の里  
介護老人保健施設 のへじ  
☎65-2333

村山 暖ちゃん(優人)金沢町

小又 笑蘭ちゃん(海斗)新道

## おたんじょう おめでとう

(1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。

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| 松舘 栄治さん(52)金沢町  | 丹代 健さん(85)上袋町  |
| 大山 弘さん(86)新道    | 野澤 亮子さん(80)下袋町 |
| 吉田 一さん(82)駅前1   | 横濱 洋之さん(90)えぼし |
| 日野澤はるるさん(86)目ノ越 | 岡本レイ子さん(101)浜町 |
| 吉田 一さん(82)駅前1   | 吉田 アイさん(101)浜町 |
| 松舘 栄治さん(52)金沢町  | 野坂れい子さん(95)金沢町 |
| 大山 弘さん(86)新道    | 山村アキエさん(94)金沢町 |
| 吉田 一さん(82)駅前1   | 関 和子さん(98)新道   |
| 日野澤はるるさん(86)目ノ越 |                |
| 丹代 健さん(85)上袋町   |                |
| 野澤 亮子さん(80)下袋町  |                |
| 横濱 洋之さん(90)えぼし  |                |
| 岡本レイ子さん(101)浜町  |                |
| 吉田 アイさん(101)浜町  |                |
| 野坂れい子さん(95)金沢町  |                |
| 山村アキエさん(94)金沢町  |                |
| 関 和子さん(98)新道    |                |

## 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：3月2日、5日、9日、12日、16日、19日、23日、26日、30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 7か月  
青の煌めきあおもり国スポ 野辺地町  
2026年9月4日(土)～9月7日(月)





◆問合せ  
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。

★小坂町

◆康楽館衣装体験〈冬季限定〉

・日時 令和7年12月13日（土）～令和8年3月29日（日）  
9時～16時

・場所 明治の芝居小屋「康楽館」

・内容 明治の芝居小屋として知られる「康楽館」では、冬季限定企画として、当時の雰囲気味わえる衣装体験を実施します。華やかな衣装に身を包み、歴史ある館内で記念撮影や見学を楽しめる人気の体験です。所要時間は約30分。事前予約制となっており、利用日の3日前までに申し込みが必要です。さらに、康楽館施設見学や鉱山事務所施設見学とセットになったお得なプランも用意されており、世代を問わず楽しめます。冬の思い出づくりに、ぜひお越しください。

・問合せ 明治の芝居小屋「康楽館」☎0186-29-3732  
<https://kosaka-mco.com/pages/354/#block1750>



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 日	
2 月	
3 火	児：ひな祭り会
4 水	3月定例会
5 木	3月定例会 健：4か月児
6 金	3月定例会
7 土	
8 日	休日開庁（マイナンバーカード交付など）
9 月	健：3歳児 図書館休館（～3月19日まで）
10 火	
11 水	傾聴サロン 児：支援拠点事業のへじらんど
12 木	野辺地中学校卒業式
13 金	相：弁護士
14 土	歴史講座 児：進級を祝う会
15 日	

日 曜	行 事 名
16 月	
17 火	相：行政
18 水	健：10か月児、1歳児 相：みんなのこども相談 児：避難訓練
19 木	野辺地小学校卒業式
20 金	春分の日
21 土	図：おはなし工房
22 日	
23 月	地域おこし協力隊活動報告会
24 火	若葉小学校卒業式 傾聴サロン
25 水	
26 木	
27 金	スポーツ施設無料開放（～4月5日まで）
28 土	児：おはなし会
29 日	
30 月	春休み子ども食堂×男女共同参画コラボ事業
31 火	図：館内整理（休館） メ：町県民税（随時） 国保・後期・介護（随時）

※ 図：図書館 メ：納期限  
健：健診児 児：児童館 相：相談



# まちのアルバム

## のへじ停車場ランタンまつり



ぼくたち わたしたちの  
歯 ピカピカ だよ♪



なるみ りゅうと  
鳴海 隆斗さん



たちばな たいじ  
立花 大士さん



しみずめ ここも  
清水目 心桃さん

3歳児健診で虫歯ゼロ  
お子さんを掲載しています



おいしい! 減る脂~♪  
カンタン料理

その136



管理栄養士  
新井山静

## 八杯(はちはい)豆腐

【管理栄養士のコメント】

八杯豆腐は、野辺地町の郷土料理で「あまりのおいさ  
に八杯(たくさん)おかわりしてしまう」「一丁の豆腐で  
八杯作れるから」などが名前の由来とされています。

【栄養価 1人分】

エネルギー 35kcal たんぱく質 2.6g 脂質 1.5g 炭水化物 2.3g 塩分相当量 0.4g

材料 3人分

- ・だし汁 400ml
- ・生しいたけ 3枚
- ・しょうゆ 小さじ2
- ・水溶き片栗粉 適宜
- ・絹ごし豆腐 1/3丁
- ・もみのり 少々
- ・ねぎ 好みで

作り方

1. 昆布と干し椎茸でだしをとる。
  2. 生しいたけは薄切りにし、だし汁で煮る。
  3. 2に醤油を入れ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
  4. 3に細長く切った豆腐を入れ温める。
  5. 4をお椀にもり、もみのりを入れる。
  6. お好みでねぎを添える。
- ※すりおろした長芋を入れる食べ方など、家庭によって  
様々な食べ方があります。  
\*令和7年上北保健所管内食改研修会にて作成。

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