

広
報

のへじ

2024
第787号
11月号



〔表紙・特集〕：2024 のへじにぎわい商工まつり



Noheji Town 未来につなげる幸せのまち のへじ

特集

2024のへじ
にぎわいの商工まつり

野辺地町商工会（松山隆志会長）が9月14日・15日の2日間、2024のへじにぎわいの商工まつりを開催しました。

14日の前夜祭では、愛宕公園を会場として商工会青年部によるセレモニーや野辺地町消防団による「まとい振り」、八甲田太鼓による「太鼓演奏」が披露されたほか、花火の打ち上げも行われ、会場は歓声に包まれました。

15日は会場を中央公民館に移し、商工まつりが開催され、キッチンカーや露店ブースでの食品販売、ステージイベントでは、NPO法人野辺地空手道会による「演武」や歌謡ショーなど様々な催しが行われ、大勢の家族連れなどで賑わいました。

また、野辺地町商工会青年部と埼玉県久喜市商工会青年部により、相互交流による地域の活性化を図ることを目的とした「友好青年部」の締結式が行われました。



- ①野辺地町商工会青年部と久喜市商工会青年部による「友好青年部の協定」
- ②八甲田太鼓による「太鼓演奏」
- ③野辺地町消防団による「まとい振り」
- ④ヴァンラーレ八戸 蓼田選手 リフティング競争 他





①



②



③



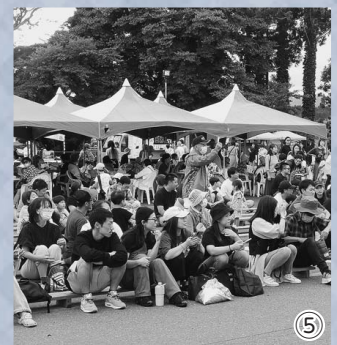
④



⑨



⑥



⑤



⑧



⑦



⑩

- ①野辺地カトリック幼稚園 ②スタジオ クラウド
- ③スプリングウェイブ ④花形一彦ショー
- ⑤2024のへじにぎわい商工まつり様子
- ⑥あすなろレディース ⑦北野 好美歌謡ショー
- ⑧NPO法人野辺地空手道会演武 ⑨高所作業車 乗車体験会
- ⑩白バイ・パトカー記念撮影会

秋の火災予防運動防火セレモニー



鼓笛隊演奏を行った年長児たち

野辺地消防署が秋の火災予防運動防火セレモニーを10月11日、サンデー野辺地店駐車場で実施しました。

セレモニーでは、野辺地カトリック幼稚園幼年消防クラブ員が鼓笛隊演奏を披露したほか、ポンプ操法では、元気な掛け声とともに入場して放水訓練を行いました。

園児たちは防火の誓いを述べ、来場した方々に火災予防を呼び掛けました。

館鼻岸壁朝市に出店しました



野辺地町ブースの様子

(一財)野辺地町観光協会が、10月6日に八戸市で行われた館鼻岸壁朝市の「うまい森 青いもりコーナー」に出店しました。

津軽、下北、上北エリアの7市町村が朝市の一画にブースを構え、自慢のグルメや人気スイーツなどの販売を行ったもので、夜明け前から多くの買い物客がブースを訪れ、賑わいました。

町へのご寄附ありがとうございました



上十三法人会野辺地支部様から、町内小中学校のスポーツ振興のために3万円。



「小さな親切」運動青森県本部から、町の社会福祉事業貢献のために車椅子1台。

100歳おめでとうございます

角谷 キクエ さん

角谷キクエさんは天間林村出身で、結婚後は野辺地町で暮らし、4人の子ども、9人の孫、10人以上のひ孫たちに恵まれました。

現在は高齢者施設に入所していますが、60歳ごろまでは漁師として働かれていたそうです。

端村 ツヨ さん

端村ツヨさんは八戸市出身で、結婚後は野辺地町で暮らし、4人の子ども、4人の孫、1人のひ孫に恵まれました。

長生きの秘訣として「自分でできることは自分でやる」と話していました。

◆問合せ
◇青森県後期高齢者医療広域連

12月2日以降、連携されたマイナ保険証や有効な被保険者証をお持ちでない方には、申請不要で資格確認書が交付され、引き続き医療を受けることができます。
詳細については、問合先までお問い合わせください。

現行の被保険者証はマイナンバーカードでの保険証利用を基本とする仕組みに移行し、12月2日から現行の被保険者証は新規発行されなくなります。
※12月1日までに発行された被保険者証は最長で令和7年7月31日まで有効です。

後期高齢者医療被保険者の皆さまへ



まちの お知らせ

役場 ☎64-2111

まちの人口

令和6年9月末現在（前月比）
人口 11,901名（-10）
男 5,575名（0）
女 6,326名（-10）
世帯数 6,310世帯（+1）

無料相談案内

- 年金相談
（年金全般に関すること）
12月18日（水）10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）
12月3日（火）10時～15時
中央公民館
相談担当：人権擁護委員
◆問合先 介護・福祉課
☎64-2111
- 弁護士無料相談
（民事・一般に関すること）
12月6日（金）14時～
健康増進センター（変更しました）
◆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）
11月19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
- 電話介護相談
月～金曜（祝日を除く）
9時～16時
野辺地町地域包括支援センター
☎72-1018/72-1023

再募集 国保・脳検診 （11～12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・脳検診を実施しておりますが、11～12月募集分に若干の空きがあり申込みできます。
◆受付期間
11月1日（金）から

◆町民課（内線105）
◆マイナ保険証利用に関する問合先
◆マイナンバー総合フリーダイヤル
☎0120-95-0178
◆受付時間
平日 9時～20時
土日祝 9時半～17時半

※電話での申込みも可能です。
◆受付人数 若干名
◆対象者 ①～③全てに該当
①75歳未満の方
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。）
③保険税の滞納のない世帯の方
◆個人負担金 3,000円
◆実施期間 11～12月（毎週火・木曜日）
◆実施医療機関 公立野辺地病院
※場合によっては、検査が受けられない場合がありますので、事前に問合先まで連絡ください。
◆申込・問合先 町民課（内線107）

11月11日は「ねんきん月間」、 11月30日は「いいみらい」 は「年金の日」です！



日本年金機構では、厚生労働省と協力して、毎年11月を「ねんきん月間」と位置付け、国民の皆さまに公的年金制度に対する理解を深めていただくための取組を行っています。
また、「ねんきんネット」等を活用して、高齢期の生活設計に思いを巡らせていただく日として、11月30日（いいみらい）を「年金の日」としています。
この機会に、ご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。
※「ねんきんネット」をご利用いただくと、パソコンやス

スマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、次のような様々な機能がご利用いただけます。
◆将来の年金見込額の計算、電子版「ねんきん定期便」の閲覧や受給に関する各種通知書の確認など
ご利用方法には、以下の2つの方法があります。
◆マイナポータルからログイン
◆日本年金機構のホームページからログイン
詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。
◆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
10月分
令和6年12月2日（月）

農業用使用済プラスチックを収集します

「野辺地町農業用プラスチック適正処理協議会」では、農業用プラスチック（ハウス用ビニール、マルチ用ポリ、肥料袋、農薬空き容器、育苗箱、パオパオラップ類、ながいもネット等）の適正処理のため、次のとおり収集を行います。

◆収集場所

野辺地野菜集出荷施設（字有戸鳥井平213-1）へ持参してください。

◆搬入日時

11月5日（火）
9時～12時

◆処理料金（税込）

◆PE製品 22円/kg

◆PP製品 30・25円/kg

◆支払方法

◆農協口座からの引き落とし
（農協の口座番号・口座名義が分かるもの・通帳印を持参）

◆搬入の仕方

◆PE製品とPP製品は分けて搬入する。
◆土等を落して乾かし、異物が混入しないようにする。
◆マルチ、ビニール、ラップ類は飛ばないように1～2か所を結束し、手で持ち上げられる程度にする。（総量10kg

（15kg）
◆農薬等のプラスチックボトルは完全に使い切った状態で水洗いして、ポリ系のごみ袋に入れる。

◆問合先

◆産業振興課（内線219）
◆JAゆうき青森野辺地営農センター
☎64-0024

開始2周年記念!! あおりマッチングシステム AIであう登録料半額キャンペーン!

AIであう2周年を記念し、利用登録料を半額にするキャンペーンを実施します!

（青森県運営「AIであう」は結婚を希望する方の出会いを応援するマッチングシステムです。）

◆対象期間

10月1日～
令和7年3月31日
（期間中に支払いを完了する方が対象です。）

◆登録料

◆弘前市以外の県内居住者（通常）1万円→5千円
◆弘前市及び県外在住者（通常）1万2千円→6千円

◆問合先

あおり出会いサポートセンター



町税等（令和7年度課税分）の口座振替推進キャンペーンを実施中です!

町税等の納付は、口座振替（口座からの自動引き落とし）を利用することにより、金融機関等に出向いたり、現金を持ち歩いたりする必要がありません。また、一回の申込みで納期毎、毎年口座振替が継続する安全・安心、便利、確実な納付方法です。

町では、この利用を推進しています。

固定資産税、町県民税（普通徴収）、国民健康保険税（普通徴収）について、令和7年3月までに口座振替を申込済みで、対象条件を満たした方に「のへじ共通商品券等五百円分」をプレゼントします。

是非この機会に、お申込みください。

◆申込・問合先

税務会計課（内線132）

農業用免税軽油の免税証交付申請手続きについて

農業用免税軽油の免税証（令和7年3月からの使用分）の交

付申請を受け付けます。

◆申請受付について

◆受付期間

11月22日（金）まで（土・日・祝日を除く）

◆受付場所

青森県十和田合同庁舎（十和田市西十二番町20-12）

1階 上北地域県民局県税部
◆受付時間
8時45分から16時

販売店を通じて申請する場合は、販売店の受付期間に遅れることのないよう早めの手続きをお願いします。受付期間を過ぎると、免税証の交付が遅れる場合があります。

◆申請の際に準備いただく書類

◆耕作証明書

◆交付されている免税軽油使用者証

※初めて申請される方、使用機械に変更がある方については、別途ご用意いただく書類がありますので、お問い合わせください。

◆問合先

上北地域県民局県税部課税課
0176-2218111
（内線209）

野辺地陸奥湾風力発電所に係る環境影響評価報告書の縦覧のお知らせ

野辺地風力開発株式会社は運営している「野辺地陸奥湾風力発電所」に関して、環境影響評価法に基づき事後調査の結果をとりまとめた「環境影響評価報告書」を以下のとおり縦覧します。

◆縦覧書類

野辺地陸奥湾風力発電所環境影響評価報告書

◆縦覧場所

野辺地町企画財政課

◆縦覧期間

令和6年11月1日（金）～12月2日（月）（土・日・祝日を除く開庁時間）

◆問合先

野辺地風力開発株式会社
〒150-0043
東京都渋谷区道玄坂1-21-1

株式会社リエネ
担当…小田

☎03-6455-3819

（土・日曜日及び祝日を除く、午前9時半から18時まで）



ブロック塀等耐震改修促進
支援事業補助金のご案内

町では、地震発生時におけるブロック塀等の倒壊等による災害を未然に防止し、また町内の道路の通学路及び避難路における通行人の安全を確保するため、転倒及び倒壊の危険性のあるブロック塀等の撤去等に対する補助を実施しています。

詳細については問合先までお問い合わせいただくか、町ホームページをご覧ください。

補助対象

通学路及び避難路沿いの危険ブロック塀等の耐震診断、撤去工事、建替え（撤去・新設）工事、改修工事

補助金額

- ① かつた費用の合計
- ② 塀の延長メートル単価
- ③ ①と②のいずれか少ない額に3分の2を乗じて得た額（ただし、上限24万円）となります。

申込期限

令和6年11月30日（土）まで

問合先

建設水道課

（内線224、225）

※ブロック塀等の倒壊により、通行人等へ被害をもたらした

場合、所有者の責任が問われることがあります。町ホームページ掲載の「ブロック塀の点検のチェックポイント」などを活用し、維持管理を含めた安全点検を行っていただくようお願いいたします。



募集

木造住宅耐震診断

町では、震災に強いまちづくりを推進するため、一定の条件を満たす木造住宅の所有者が耐震診断を希望する場合に、専門的知識を有する耐震診断員を派遣し、耐震診断を行います。

対象住宅

町内にあり、昭和56年5月31日以前に建築された木造の戸建て住宅（専用又は併用住宅）であって現在居住されているもの。

詳細については問合先までお問い合わせいただくか、町ホームページをご覧ください。

※過去に、この事業を利用して耐震診断等を受けている場合は利用できません。

個人負担額

次の表のとおりとなります。

申込期限

11月30日（土）

延べ床面積	個人負担金
200㎡以下	11,000円
200㎡超～250㎡以下	32,000円
250㎡超～300㎡以下	53,000円
300㎡超～350㎡以下	75,000円
350㎡超～400㎡以下	96,000円

問合先

建設水道課

（内線224、225）

令和7年 野辺地町二十歳を祝う会（旧・成人式）のお知らせ

日時

令和7年1月12日（日）

受付 13時～

開式 14時～

対象者

- ① 平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの方
- ※ 当該に住所を有する方には、郵送で御案内します。

町外に住所がある方で、当町の二十歳を祝う会に出席を希望される方は、11月29日（金）までに問合先にご連絡ください。間違いが生じないようにするため、お名前は正確な表記をお伝えください。

費用

写真代として、当日1,000円徴収します。（希望者のみ）

問合先

中央公民館 ☎64-3054

園児を募集します

カトリック幼稚園では、令和7年度入園を希望する幼児の入園願書受付を開始します。

入園希望の方は、入園願書を園にて配布していますのでご記入の上お申込みください。

受付期間

11月1日（金）～随時

受付場所

カトリック幼稚園

特色

- ① 文部科学省で定めている学校教育基本法に基づいた教育内容を実施
- ② 預かり保育、子育て支援（満3歳未満の子ども）の実施
- ③ 夏休み、冬休み、春休みの長期休業日の特別保育、土曜保育実施
- ④ 通園バス、給食あり
- ⑤ その他、園の特色があります

定員

35名

法人名

学校法人東北カトリック学園

理事長

園部 英俊

教育目標

◇「友達を思いやり、神に喜ばれる子どもになるう」を目標に優しい心、明るい心、感じ

る心を育てます。

◇生活の中で様々な経験を通して、創造性豊かで主体的に活動できる子どもの育成に努めます。

保育時間

7時半～18時

問合先

野辺地カトリック幼稚園
野辺地町字野辺地318番地1

☎64-3470

FAX 72-8090

児童館行事

支援拠点事業のへじらんど

親子ヨガ

講師：ヨガインストラクター
新山奈穂氏

13日（水）10時～11時半

千支リーフ作り期間

11月20日（水）～

12月8日（日）

避難訓練

21日（木）16時～

問合先

児童館（☎64-3106）



マイナンバーカード休日交付窓口を開設

11月10日（日）、12月8日（日）、1月26日（日） 9時～12時
※電子証明書の更新も受付します。



冬期間の水道利用について

◆問合先 建設水道課水道事業担当（内線126、127、128）

◆冬期間の推定水量について

冬期間は積雪により水道メーターの検針ができませんので、1月から4月までの水道料金は推定水量で請求し、4月中旬の検針（5月請求分）で精算します。料金は、毎年1月にお届けする「冬期間の推定による水道料金のお知らせ」をご確認ください。

なお、長期間留守にする場合や家族の増減により水量が変わると思われる方は問合先までお知らせください。



◆水道使用異動届をお忘れなく

転入、転居、転出等の際には異動届を提出してください。提出がないと、水道料金が引き続き請求されることもありますのでご注意ください。



◆水道の凍結にご注意ください

冬期間は、蛇口や給水管などの凍結による故障や事故が多くなります。

また、水抜栓・湯沸器あるいはボイラー等の水抜操作の誤りで、5月の精算時に多額の水道料金が請求されることがありますのでご注意ください。

◆節水にご協力ください

毎年、年末は水の使用が集中します。水の使用が集中すると、水の供給が追い付かなくなることも考えられますので、大掃除や洗車を30日・31日に集中させないなど節水にご協力をお願いします。



❁ 町指定水道工事店（町内） ❁

工事店名	電話番号	工事店名	電話番号
(有) 豊伸工業	64-6162	(有) サイジョー	64-3261
(有) 山村電水	64-4805	エム・アック工業	64-7127
柏葉電設工業	64-3913	ケース設備計画	64-2309
(有) 興和電気商会	64-2102	Koo's コーズサービス	64-7676
(有) 齊藤水道設備工業	64-2492	(有) 古沢清掃社	64-2959
(株) NEM	64-6988		



防災無線を用いた「緊急地震速報訓練」及び「情報伝達試験」のお知らせ

◆問合先 防災管財課（内線209）

◆第2回緊急地震速報訓練

全国瞬時警報システム（J-アラート）による緊急地震速報を、町民の皆さまにお伝えする訓練放送を実施します。

実施日：11月5日（火）10時頃

※気象・地震活動の状況等によっては、中止することがあります。



◆第3回全国一斉情報伝達試験

J-アラートによる国からの緊急情報が、正常に流れるかを確認するためのテスト放送を実施します。

実施日：11月20日（水）11時頃

※気象・地震活動の状況等によっては、中止することがあります。



「防災ウィーク」に伴う町防災訓練実施のお知らせ

◆問合先 防災管財課（内線209）

県では、11月5日（火）「津波防災の日」から24日（日）までを「防災ウィーク」として、県民一斉の訓練や防災に関する取組を行っていただくための期間としています。

その一環として、町内において11月15日（金）9時に防災無線で訓練放送を流しますので、この機会に地震や津波から身を守る行動について、自宅や職場等で考えてみましょう。

また、同日に町の防災訓練を実施します。10時から町立体育館にて防災備品の展示や拡張現実を用いた災害体験（以下、「災害体験AR」）、応急手当講習、自衛隊による炊き出しを行います。どなたでも見学可能ですので、是非、ご来場ください。

◆訓練日時 11月15日（金） 9時～13時

◆訓練実施項目

◇新道地区避難訓練（9時～10時）

※駐車場等の関係上、車で来場しての見学はご遠慮ください。

◇災害体験AR（10時～13時）

※ARとは現実の景色にCGなどを重ね合わせ、実存するように見える技術です。今回は体育館が浸水した状況を体験できます。

◇防災備品、備蓄品展示（10時～13時）

◇陸上自衛隊による炊き出し訓練（10時～13時）

◇消防署員による応急手当講習（10時半～11時半）

※応急手当講習への参加を希望される方は11月11日（月）までに問合先へ

電話でお申込みください。

◇炊き出し（カレー）試食（11時半～13時） ※なくなり次第終了

◆実施場所

①新道地区：避難訓練 ②町立体育館：災害体験AR、防災備品展示等

◆お知らせ

訓練当日に訓練用の防災行政無線が放送されますので、実際の災害とお間違えのないようご注意ください。



募集 令和7年度 北部上北広域事務組合会計年度任用職員

令和7年4月1日以降に採用する、北部上北広域事務組合会計年度任用職員の採用試験を下記により行います。

1 募集職務名及び業務内容

応募区分	職務名	業務内容	フルタイム・パートタイムの別
事務区分	①事務手	一般事務業務	フルタイム・パートタイム
	②医療事務手	医療事務業務	フルタイム・パートタイム
	③医師事務作業補助	医師事務作業補助業務	フルタイム・パートタイム
	④介護支援専門員	ケアマネジメント業務	フルタイム
医療区分	①臨床検査技師	臨床検査業務	フルタイム・パートタイム
	②診療放射線技師	診療放射線業務	フルタイム・パートタイム
	③看護師	看護業務	フルタイム・パートタイム
	④准看護師	准看護業務	フルタイム・パートタイム
技能区分	①介護福祉士	看護補助業務（介護業務含む）	フルタイム
	②看護補助員	看護補助業務	フルタイム・パートタイム
	③運転技能員	リサイクル業務・病院業務	フルタイム
	④技能員	火葬業務	フルタイム

2 任用期間

令和7年4月1日から令和8年3月31日まで
（勤務実績に応じて再度の任用を行う場合あり。）

3 応募期間

送付又は持参のいずれも、令和6年11月1日（金）8時30分から令和6年12月2日（月）17時まで（必着）

※持参の場合の受付時間は、平日の8時30分から17時まで
（土曜日、日曜日及び祝日等の閉庁日は受付不可）

4 応募先

◆野辺地地区斎場、クリーン・ペア・はまなす

〒039-3113 上北郡野辺地町字田狭沢40番地9

北部上北広域事務組合 事務局総務課 会計年度任用職員募集担当 宛

◆公立野辺地病院

〒039-3141 上北郡野辺地町字鳴沢9番地12

北部上北広域事務組合 公立野辺地病院総務課

会計年度任用職員募集担当 宛

5 その他

その他詳しい内容については、北部上北広域事務組合ホームページ内の募集要項をご覧ください。
になるか、直接下記問合先へご連絡ください。

6 問合先

◆北部上北広域事務組合事務局総務課 ☎64-1066

（会計年度任用職員募集担当）

ホームページアドレス：<http://hokubukamikita.org>

◆公立野辺地病院総務課 ☎64-3211 （会計年度任用職員募集担当）

ホームページアドレス：<http://hospital-noheji-aomori.jp>



高齢者・障がい者の除雪に関するお知らせ

◆問合せ先 介護・福祉課（内線114）

町では「要援護者除雪対策事業」を実施します。限りある除雪作業員の貴重な支援の手が対象者の皆さんに行き渡るよう、下記事項をご理解の上、利用申込してください。

1. ご理解いただきたいこと

- ①事業の対象は、「玄関から道路（表通り）」までの生活道路の除雪です。
- ②10cm以上の降雪があった日の「朝から昼過ぎの間」に「原則1回」除雪を行います。
- ③「屋根から落ちた雪」は片付けません。
- ④玄関から道路までの除雪を行います。
- ⑤「除雪を支援してくれる人が町内に誰もいない方」が対象です。
- ⑥作業員は、除雪訪問を通じて対象者の皆さんの安否を確認しています。

以上をご理解の上、利用を希望する方は、下記「2. 利用申込みについて」を確認し申込してください。

2. 利用申込みについて

- ◆実施期間 12月上旬～3月下旬
- ◆対象世帯 除雪作業に従事できる子ども等が町内に居住しておらず、次の①～③のいずれかに該当する世帯
 - ①町民税が非課税の概ね65歳以上の高齢者のみの世帯
 - ②町民税が非課税の障害者手帳を有する障がい者のみの世帯
 - ③町民税が非課税の概ね65歳以上の高齢者と、町民税が非課税の障害者手帳を有する障がい者のみで構成される世帯

※ただし、上記①から③に該当する世帯のうち、申請者の前年の収入が148万円未満であること。申込み受付後に審査し、利用の可否を通知します。
- ◆利用料金 1回30分まで150円、60分までは300円
- ◆申込期間 11月1日（金）～11月18日（月）**期間厳守**
- ◆申込先 介護・福祉課（内線114）



要援護者除雪対策事業 除雪作業員募集

玄関から道路（表通り）までの除雪が困難な高齢者・障がい者宅の除雪を行う作業員を下記のとおり募集します。

- ◆募集人員 20名程度
- ◆作業内容 スノードンプ等による手作業での除雪
- ◆応募資格 健康で、野辺地町在住の方
- ◆雇用期間 12月上旬～3月下旬
- ◆就業日 降雪状況による
- ◆時間帯 朝から昼過ぎ（※除雪車による除雪終了以降）
- ◆賃金 時給1,500円（受持ち手当1件当り月1,000円、自家用車燃料代月3,000円別途支給）
※降雪状況等により、ひと月の賃金が10,000円に満たない場合は、原則10,000円（最低保証）を支給します。
- ◆締切 11月18日（月）まで ※ただし人数不足の場合は随時募集
- ◆申込先 野辺地町社会福祉協議会 ☎64-0401



知っておきましょう「成年後見制度」その1

～成年後見の種類～

その2は12月号に掲載します。

～成年後見制度とは～

認知症・知的障がい・精神障がい等の理由により判断能力が不十分になった人が、財産管理や契約で不利益にならないよう、支援する制度です。

◆相談件数

	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
高齢者	7件	11件	6件	20件	20件
障がい者	0件	6件	4件	3件	6件
合計	7件	17件	10件	23件	26件

※相談内容は、虐待支援や金銭管理の不安などさまざまです。

◆こんなときは制度の利用を考えましょう

- ◇最近もの忘れがひどくなってきたので、お金の管理が不安になってきた
- ◇認知症でひとり暮らしの親を悪質商法などから守りたい
- ◇自分たちがいなくなった後、知的障がいのある子どもの将来が心配
- ◇今は元気だが、将来的に認知症になるなどの不安がある

など

◆成年後見の種類

成年後見制度には大きく分けて「法定後見制度」と「任意後見制度」の2種類あります。

①法定後見制度

後見

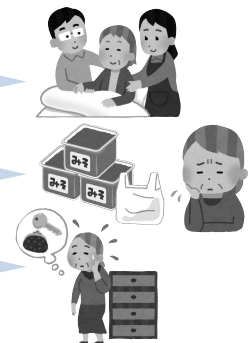
ほとんど判断ができない人
・一人では、ほとんど何もできない など

保佐

判断能力が著しく不十分な人
・買い物など、日常生活で支障が出ることが多い など

補助

判断能力が不十分な人
・もの忘れが多くなった など



②任意後見制度

将来、認知症になったときや知的障がいのある子どもの将来が心配といった場合、「将来、誰に、どのように支援してもらいたいのか」という内容を決めて、備えておくために契約することができます。

自分や家族などの状況を見直し、心配があるときはぜひご相談ください。

◆相談窓口

野辺地町地域包括支援センター（公立野辺地病院内） ☎72-1018又は72-1023
三沢・上北広域権利擁護支援センター ☎0176-27-0044
野辺地町介護・福祉課 ☎64-2111（内線111）

11月10日は、無電柱化の日。

あなたの街の防災力を高めるためにも
「無電柱化」、みんなで考えよう。



国土交通省



無電柱化事業の詳細については、
国土交通省のホームページを
ご覧ください。

無電柱化 国土省 検索



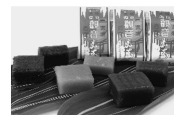


旧野村家住宅離れ（行在所）夜間特別公開を開催します

◆問合せ先 歴史民俗資料館 ☎64-9494

野辺地町教育委員会では、文化の日（明治天皇の誕生日）に合わせ、国登録有形文化財・日本遺産構成文化財である旧野村家住宅離れ（行在所）の夜間特別公開を行います。皆さまのご来場をお待ちしています。

- ◆開催場所 野辺地町役場 敷地内
旧野村家住宅離れ（行在所）
- ◆日時 11月3日（日・祝日）
16時半～19時半
- ◆内容 灯ろうによる庭園ライトアップ、
祇園囃子の演奏、鰯ヶ沢・深浦町
のお菓子販売、縄文くららグッ
ズ・飲食物（テイクアウト）販売
※詳細は資料館内のポスターを
ご確認ください。
- ◆入場料 無料
- ◆諸注意 ・車でお越しの方は、中央公民館
駐車場をご利用ください。
・祇園囃子演奏は庭園から鑑賞く
ださい。



【昨年度のようす・販売品写真】



歴史講座「野辺地のお祭りの囃子について」を開催します

◆問合せ先 歴史民俗資料館 ☎64-9494

令和5年度から野辺地町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、祭り囃子に関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、町の囃子の特徴や鰯ヶ沢の囃子との類似点・相違点について、実演や音源を使い解説します。また、県内外の似ている祭り囃子について紹介しますので、ご興味のある方はぜひお越しください。

- 日時 12月1日（日） 13時半～14時半
- 講師 青森県文化財保護審議会委員 下田 雄次
- 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】

60歳からの
助けに人生

お仕事の一例や
会員さんの声は
こちら



※青森県高齢者就業促進事業・高齢者活躍人材確保育成事業
（公益社団法人青森県シルバー人材センター連合会）

シニア世代の皆様へ

“ちょこっと仕事”で
もっと健康! もっと笑顔!!

野辺地町シルバー人材センター

野辺地町字前田5-2
健康増進センター内

☎0175-64-0401

青の煌めきあおもり国スポ・障スポ2026

情報支援ボランティア募集中

2026年に青森県で開催する国スポ・障スポにおいて手話や筆談で聴覚障がい者へ情報支援を行うボランティアを募集しています！

応募要件

12歳以上（2026年4月1日時点）で国スポ・障スポの活動日に参加可能な方（応募時点で18歳未満の方は保護者の同意が必要です。）
手話については、手話学習経験者または手話学習中の方
筆談については、要約筆記学習経験者または筆談に関心のある方
※活動日は、活動対象期間(2026年5月30日～10月26日)で別途決定します。

活動内容

国スポ・障スポに参加する聴覚障がい者等に手話や筆談により情報提供およびコミュニケーション支援を行います。
(主な活動場所：開・閉会式会場、総合案内所、障スポ各競技会場等)

その他

活動時等の保険加入
活動内容に応じて衣服や装備品・昼食支給予定



問合せ先



青の煌めきあおもり国スポ・障スポ実行委員会事務局
青森市長島1-1-1 青森県庁内
☎ 017-722-1111（内線：3332）✉ syospo@pref.aomori.lg.jp
情報支援ボランティア養成事業担当事務局
〒030-0944 青森市筒井字ハツ橋76-9（一般社団法人青森県ろうあ協会内）
☎ 017-728-2275 ✉ jouvora2026_afd@wine.ocn.ne.jp

HPはこちらから▶▶▶



令和6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
自衛官候補生 (任期制)		18歳以上33歳未満の方	年間を通じて行っております。	別途連絡します。	[初任給] 月額：198,800円～（高卒） 月額：209,500円～（大卒）	別途連絡 します。
一般曹候補生		18歳以上33歳未満の方	令和 6 年10月 1 日 ～11月28日	< 1 次試験 > 令和 6 年12月 7 日～12日 ※ 1 < 2 次試験 > 令和 7 年 1 月 6 日～13日 ※ 1	[初任給] 月額：198,800円～（高卒） 月額：209,500円～（大卒）	
陸上自衛隊 高等工科学学校 生徒	推薦	男子で中卒（見込含）17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者	令和 6 年10月 1 日 ～11月29日	令和 6 年 1 月11日～13日 ※ 1	[生徒手当] 月額：117,900円	
	一般	男子で中卒（見込含）17歳未満の者	令和 6 年10月 1 日 ～令和 7 年 1 月16日	< 1 次試験 > 令和 7 年 1 月25日 < 2 次試験 > 令和 7 年 2 月15日 ※ 1		
※ 1 試験日については、いずれか 1 日を指定されます。 ◎ 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 6 年 1 月現在のものです。					 31EITAL.MISAWA  ⇒ イベント情報はここから。 三沢募集案内所 instagram ⇒ 個別相談はここから。 QRコードから申し込み	
〒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） 防衛省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						

野辺地町立図書館
QRコード

としょだより

(11月)

☎64-2195

4 質の高い教育を
みんなに

図書館イベント



◆英会話クラブ

6・13・27日(水)

15時～16時(中央公民館)

※13日、27日講師

ALT(外国語指導助手)

◆雑誌の無料譲渡会

11月10日(日)まで

予定数量に達し次第終了します。

◆朗読の会「秋桜」

14日(木) 10時～

定例会

(中央公民館)

◆おはなしサークル

「虹色の会」

23日(土) 13時半

定例会

(視聴覚室)

◆秋の読書deスタンプラリー

30日(土)まで

今月の休館日

5日(火)、11日(月)、

18日(月)、25日(月)、

29日(金)

※29日(金)館内整理日の

ため休館

おはなし工房

絵本の読み聞かせと工作会を行います。

[日 時] 11月16日(土) 14時15分～

[場 所] 2階視聴覚室

[対 象] 4～12歳

※小学生未満は、保護者が同伴してください。

[参加料] 無料

[定 員] 8名 ※要申込み

[申込先] 図書館

☎64-2195

図書館おすすめの新着本(入荷予定本)

書 名	著 者 名
歌集花の回廊	五十嵐 敦 子
迷惑な終活	内 館 牧 子
新しい恋愛	高 瀬 隼 子
死はすぐそばに	アンソニー・ホロヴィッツ

本の展示

秋の夜長におすすめミステリーの本展

1日(金)～28日(木)

ミニギャラリー

昭和あの日の野辺地町③

昭和に撮影された近隣市町村の様子10点を展示します。

1日(金)～28日(木)

秋のドキドキおはなし会

読み聞かせやエプロンシアターなど、おはなしサークル「虹色の会」によるおはなし会を行います。

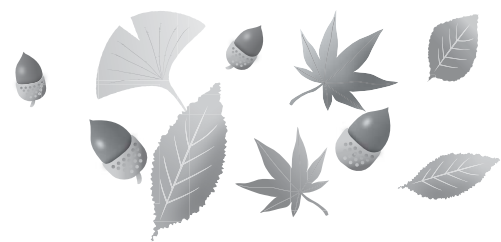
日 時: 11月9日(土) 14時～15時

場 所: 2階視聴覚室

対 象: 幼児、小学生

※小学生未満は、保護者が同伴してください。

参加料: 無料



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6年9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6年						昨年			前年比		
	9月中(単月)			9月末(累計)			9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	7	0	9	10	0	14	-3	+0	-5
横 浜 町	0	0	0	8	1	9	8	1	9	+0	+0	+0
六ヶ所村	2	0	2	10	0	10	8	1	28	+2	-1	-18
合 計	4	0	4	25	1	28	26	2	51	-1	-1	-23



【写真①深浦町の茶飯】
写真の茶飯は、深浦町の文化財担当者宅のもの。具材に人参、椎茸等が見えます。栗の甘露煮も入っており、甘い汁も一緒に炊き込むそうです。

深浦町食生活改善推進委員会の「地産地消レシピ」

深浦町食生活改善推進委員会は、平成29年度「地産地消レシピ検討会」を行い、地元産材の人参・ふき・竹の子・椎茸・カワラケツメイを利用したレシピを作成しました。この機会に作って食べてみてください。

【かやく茶めしの作り方】

●材料 (茶碗10杯分)

茶 飯：もち米 2合、うるち米 2合、砂糖 大さじ4、酒 大さじ1、塩 小さじ1/2、カワラケツメイ茶 (カワラケツメイの葉 20g、水 720ml)

具 材：ふき 150g、竹の子 150g、ごぼう 50g、人参 50g、干し椎茸 2枚、小揚げ 2枚
調味料：しょう油 大さじ3(54g)、日本酒 大さじ3(50g)、本みりん 大さじ1(18g)、干し椎茸もどし汁 1カップ

●作り方

- ①もち米とうるち米を混ぜ合わせてとぎ、ザルにあけておきます。
- ②乾燥させたカワラケツメイの葉を5〜10cmくらいに切ってから鍋で空煎りし、茶葉を作り、鍋に水と共に加えて煮出し、お茶に茶殻や粉などが混じらないようにしっかりこしておきます。
- ③竹の子とふきは斜めうす切り、人参とごぼうはササガキ、干し椎茸は戻してうす切りにし、油揚げは両端を短くして水けをしぼり、1cm幅に切ります。



かやく茶めしの具材



かやく茶めしの出来上がり

【写真②茶飯のレシピ】
広報ふかうら2018 (平成30) 年5月号に掲載された茶飯のレシピ。レシピは各家庭で異なり、各々の家で昔から受け継がれている味があるそうです。



【写真③野辺地町のカワラケツメイの茶がゆ】



【写真④・⑤小学校でのカワラケツメイ収穫体験】
(一財) 野辺地町観光協会では、町内小学校でカワラケツメイの栽培から収穫までの体験活動を毎年行っています。

左写真：若葉小学校/右写真：野辺地小学校

【解説】
野辺地の郷土料理・茶がゆで使用されるカワラケツメイは、北前船によって伝えられたものといわれています。カワラケツメイは、本州・四国・九州と広く育成が分布しており、各地で漢方や健康茶として利用されています。北前船により野辺地と交易があった香川県塩飽諸島ではハブ茶と呼ばれ飲用されています。

カワラケツメイは県内では当町のほか、北前船寄港地の深浦町で確認されています。深浦町でも北前船によって伝わったといわれており、古くから畑で栽培し、お茶や「茶飯」という料理に使用しています。茶飯は、もち米とうるち米に根菜等の炊き込みご飯の具材を加え、煮出したカワラケツメイのお茶と醤油や砂糖等で炊いた炊き込みご飯です。津軽地方の赤飯のように甘みが強いことが特徴です。茶飯はいつ頃から食べられていたか不明ですが、現在でも深浦地区の一部家庭の祝いの席で振舞われています。また、深浦町の産直施設でも、カワラケツメイ

の茶葉や茶飯が販売されています。このほか、当町で食べられている郷土料理・けいらんも食べられているそうです。当町と深浦町は、県内でも離れている地域であり、盛岡藩と弘前藩と藩が異なる港町でした。しかし北前船という目線でみると意外と共通点が多いのかもしれない。地域に残っている文化から、北前船の広域的な交易や人の移動、文化の伝播を知ることができそうです。

(文責：資料館 山崎)

【野辺地と深浦のカワラケツメイ】：日本各地に育成分布しているカワラケツメイは、青森県内では野辺地町・深浦町で確認されており、どちらも北前船により伝わったという共通点がある。両町は寒い地域のため茶の木が育たないことからお茶として代用し、地域に根付いたと考えられている。野辺地町では茶がゆの茶葉として活用し、深浦町では甘い炊き込みご飯に入れるお茶として活用されている。どちらも北前船寄港地で受け継がれている独自の食文化。

町長コラム

『未来につなげる幸せを創る』

NO40.「スポーツの秋」

こんにちは、町長の野村です。

スポーツの秋。とは言え一年中大活躍の子どもたち。空手、レスリング、ハンドボール競技などここでは書ききれませんが、出場の大会は東京や大阪のほか、九州・四国地方など全国に及んでいます。

10月6日には野辺地町長杯空手道大会が野辺地町立体育館で開催され、出場選手は青森県内だけでなく岩手県からもご参加いただき迫力ある演武を見せてくれました。

同じ日の野球場では子どもたちの熱演に負けないくらいの、おじさんたち(m(_)_m)の激闘がありました。青森県熟年野球選手権大会において、

壮熟の部で野辺地野球クラブが初優勝したのです。30回を迎えた大会の快挙となりました。

報告に来ていただいた監督さんの興奮した話しぶりから素晴らしい試合を繰り広げたことを感じ取ることができました。熱いのは子どもだけではないのです。

皆さんもゆく秋をスポーツで楽しみませんか。



野辺地野球クラブと町長(左)

地域おこし協力隊コラム

その③ 『野辺地町の一次産業に感動してん』

皆さんまいどです。
地域おこし協力隊の横井さくらです。

先日弘前大学から、起業したい方に向けての講演をご依頼いただいて行ってきたでえ。

私が開発してPR中の(野辺地のホタテ・長芋・米を使う)冷凍グラタンとコロツク始めたきっかけを主にお話してきました。

4年前に大阪から野辺地町にきた時、それまで全然知らなかった漁師さんや農家さんの作業を間近で初めて見て、すごいっ！とめっちゃ感動しました！こんなに大変な思いして育ててるんやでえと、私みたいに1次産業が身近にない人たちに教えたら、絶対感動するわ〜！と考えてた所に、町の方々の優しくお茶目で実直な所も感じて、皆さんと一緒にあったら楽しくて！それで、真剣

にPRしたいなあ。

ずっと関わっていきたいから町の素材にこだわって商品開発してみよう！思ったんがきっかけですもん。野辺地町やなかったら商品開発してへん思います。

野辺地町の皆さんえらいおおきにやでえ。



いつも皆と楽しくPR！写真：館鼻岸壁朝市

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)



町の ほけん だより

問い合わせ先

健康づくり課

TEL: 64-1770

* 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 11月27日(水)、
12月24日(火)

※申込み不要。

◆場 所 健康増進センター

時間内にいつでも

◆時 間 13時～15時

どうぞ。

新型コロナウイルス感染症予防接種のお知らせ

町では、新型コロナウイルス感染症予防接種料金の一部を助成します。

この予防接種は、ご本人が希望する場合に行います。

対 象 者：①昭和34年9月30日以前に生まれ、町に住所を有する方

【対象者には10月上旬に案内を郵送しています】

②60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身近の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方

※該当する方は、お問い合わせください。

実施期間：10月15日～令和7年1月31日

接種場所：(公立野辺地病院、戸館内科整形外科医院、えびさわクリニック、のへじクリニック)

接 種 額：2,000円(一人当たり13,300円を助成します)

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

健康づくりワークショップ“減塩塾”のお知らせ

野辺地町で受診の多い高血圧の予防と改善をテーマに、“減塩塾”を下記の内容で開催します。

	月 日	時 間	講 義	調理実習
1回目	11月13日(水)	10～12時	高血圧と生活習慣病	減塩のポイント
2回目	11月26日(火)	//	高血圧予防と改善のポイント	野菜の取り入れ方

○定 員：各回先着12名です。開催日の1週間前で締め切ります。

○場 所：健康増進センター

○参加料：300円(おつりのないようお願いします。)★健康づくりポイント制度の対象です。

○持ち物：筆記用具 エプロン 三角巾(バンダナ等でも可) 健康手帳

※自宅で作った汁物の塩分測定ができます。ご希望の方は、お持ちください。

※調理したものは、お持ち帰りになります。

○対象者：ご興味のある方は、どなたでもご参加いただけます。

(保険証の区分や年齢制限はありません。)



野辺地町こそだて応援ステーション

ふわふわだより

問い合わせ先

健康づくり課

直通TEL：64-1770

相談専用：080-1142-8080

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。 場合があります。	
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。

11月は

児童虐待防止推進月間
です。

～189（いちはやく）

「だれか」じゃなくて「あなた」から～

厚生労働省では、毎年11月を「児童虐待防止推進月間」と定め、家庭や学校、地域等の社会全般にわたり、児童虐待問題に対して深い関心と正しい知識の理解を得ることができるよう、広報・啓発活動などを行っています。

子どもたちの笑顔を守るため、地域で全体で虐待予防に取り組んでいきましょう。

「児童虐待かも」と思ったらすぐに
お電話を

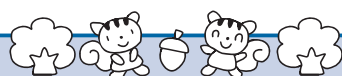
いち はやく
☎ 1 8 9

（お近くの児童相談所につながります）

子育て中の不安やつらい気持ちを一人で抱え込まず誰かに話しましょう。あなたのまわりには、利用できる様々な制度や支援があります。

こそだて応援コンシェルジュ（保健師・助産師等）へお気軽にご相談ください。

☎ 080-1142-8080



11月の保健カレンダー



日	事業名（対象者）	開始時間	場 所	備 考
7	4か月児健診 (R6年6月4日～7月7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
18	3歳児健診 (R3年2月3日～6月2日生まれ)	9時	健康増進 センター	対象者には個別通知します
19	5歳児健診 (R元年9月1日～11月21日生まれ)	13時50分	健康増進 センター	対象者には個別通知します
20	10か月児健診 (R6年1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。 前日までに申込みが必要です。
	1歳児健診 (R5年10月・11月生まれ)	13時30分		
	みんなのこども相談 (出生～就学前まで)	13時40分		

※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・木曜日に健康づくり課にて発行します。事前にご予約の上、お越しください。

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。

◆日時 11月21日（木） 13時半～15時

◆内容 講話：「安心・安全に暮らすために」
講師：青森県野辺地警察署
生活安全課
・作品作り ・相談コーナー

◆場所 有戸地区はまなすふれあいセンター

◆参加費 無料

◆対象 野辺地町の方ならどなたでも

◆注意事項

- ①電話で事前予約をお願いします。
- ②当日はマスクを着用してください。
- ③入口で健康チェックと検温を行い、場合によって参加をご遠慮いただくこともあります。

◆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

野辺地町初心者水泳教室

野辺地町水泳協会では、町民を対象に初心者水泳教室を開催します。

初心者はもちろんのこと、自由形以外の泳法を覚えたい方も是非参加ください。

◆日時 11月17日（日）、24日（日）
13時～15時

◆場所 サン・ビレッジのへじ

◆参加費 200円

◆対象 18歳以上の町民

◆定員 20名

◆締切 11月13日（水）

◆注意事項

プール使用料は参加者負担となります。

◆主催 野辺地町水泳協会

◆問合先 サン・ビレッジのへじ

☎64-9777

広報のへじ10月号において記載内容に誤りがありました。お詫びして訂正します。

8P『まちの人口』

◆女 6,336名（-26）

◆世帯数 6,309名（-9）

戸籍の窓

「戸籍の窓」には、当町に届けられた出生と死亡について、掲載しています。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。

（9月受付分）町民課

おたんじょう
おめでとう

相内 那月くん（洸）城内

田村 誠愛くん（誠）松ノ木平

おくやみ申し上げ
ごめいふくを
祈ります。

大丸 武美さん（90）下袋町

柴崎 徳美さん（87）馬門2

洞内 道子さん（88）下袋町

長濱力ノ子さん（81）新道

竹村 久男さん（86）下袋町

熊澤留太郎さん（96）中袋町

江刺家文雄さん（66）下町一区

野坂 トワさん（99）金沢町

木村 行廣さん（77）駅前2

川端 千枝さん（80）馬門1

吉田ミサヲさん（85）新道

老人憩いの湯



老人福祉センター

◆開設日：11月5日（火）、11日（月）、
18日（月）、25日（月）

◆時間：10時～14時

有戸地区はまなす
ふれあいセンター

◆開設日：11月7日、11日、14日、
18日、21日、25日、
28日

◆時間：10時半～14時45分

※送迎はありませんのでご注意ください。
また、ご利用の際は感染症対策にご協力ください。



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。

定住自立圏観光ガイド
QRコード

◆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

★十和田市

◆福祉フェアとわだ

- ・日 時 11月9日(土) 10時～14時
- ・場 所 イオンスーパーセンター十和田店
専門店舗共有スペース店
- ・内 容 共生社会の実現に向けて障がい者などに対する理解を深めることを目的に、福祉施設などの紹介や活動内容の揭示、生産物の販売を行います。
- ・問合先 十和田市生活福祉課 ☎0176-51-6718

★秋田県小坂町

◆クリスマスマーケット in 小坂 2024

- ・日 時 12月21日(土) 16時～20時
※冬花火 19時～
12月22日(日) 15時～19時半
※冬花火 19時～
- ・場 所 小坂鉱山事務所・天使館周辺
- ・内 容 12月1日～25日の期間中の土、日曜は小坂鉱山事務所のライトアップ。キッチンカーや「ワイナリー創業祭」も開催。
- ・問合先 鹿角コミュニティFM株式会社
☎0186-25-8739

★六戸町

◆メイプルタウンイルミネーション

- ・日 時 11月1日(金)～2025年2月28日(金)
- ・場 所 六戸町立図書館前「いこいの広場」
- ・内 容 地域みんなの手でイルミネーションの飾り付けを行いました。メイプルタウンイルミネーション、ぜひ見に来てください。
- ・問合先 メイプルタウンイルミネーション設置実行委員会
☎0176-55-5511

★六ヶ所村

◆47th TingTingコンサート

- ・日 時 11月8日(金) 14時半開演（14時開場）
- ・場 所 六ヶ所村文化交流プラザスワン
- ・内 容 中国琵琶が奏でる悠久の調べ皆さまもご存じの名曲の数々と興味深いお話で楽しいひと時をお贈りいたします。
- ・料 金 前売券 500円（80席限定）
当 日 1,000円
- ・問合先 六ヶ所村文化交流プラザ ☎0175-72-3400

◆山崎パニラの活弁大絵巻 in 六ヶ所村

- ・日 時 11月16日(土) 14時半開演（14時開場）
- ・場 所 六ヶ所村文化交流プラザスワン
- ・内 容 大正琴やピアノの弾き語りという史上初のスタイルで活弁界に新風を吹き込み、新しい話芸として注目を集めているかつ弁士・山崎パニラ。ご年配の方はもとより、お子様も楽しめる公演です。
- ・前売券 2,000円
- ・当日券 3,000円
- ・問合先 六ヶ所村文化交流プラザ ☎0175-72-3400

★三沢市

◆シニア夫婦で聞く老後のマネー＆ライフプラン

- ・日 時 11月19日(火) 13時半～15時
受付開始13時
- ・場 所 三沢市公会堂 3階 第8集会室
- ・内 容 【前半】相続や介護に向けての対策
【後半】老後の資産形成
- ・申 込 電話またはFAX／①氏名②連絡先③お住まいの市町村名を11月14日(木)までに問合先までお知らせ下さい。QRコードからもお申し込みできます。
- ・問合先 三沢市役所 広報広聴課（☎0176-53-5111）
（内線215／214・FAX0176-52-5655）

★七戸町

◆縄文 地球を守っていきます隊 なりきり縄文人募集

- ・日 時 11月23日(土) 午前の部：10時半～12時
午後の部：13時半～15時
- ・場 所 ニツ森貝塚館（旧天間東小学校）
- ・内 容 当時の暮らしを想像しながら学ぶ体験型プログラムです。縄文服を着て、飾りをつけ、タイムスリップ気分です！
- ・問合先 メールアドレス：kaizuka@town.shichinohe.lg.jp
☎0176-68-2612 ニツ森貝塚館 担当：鎌本



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	金	
2	土	野辺地町文化祭
3	日	文化の日 旧野村家住宅離れ（行在所）夜間特別公開 野辺地町文化祭
4	月	
5	火	Jアラート 緊急地震速報訓練
6	水	
7	木	健：4か月
8	金	
9	土	図：秋のドキドキおはなし会
10	日	図：雑誌の無料譲渡会 休日開庁（マイナンバーカード交付など）
11	月	
12	火	
13	水	健康づくりワークショップ“減塩塾” 児：親子ヨガ
14	木	
15	金	防災訓練

日	曜	行 事 名
16	土	図：おはなし工房
17	日	
18	月	健：3歳児
19	火	健：5歳児 相：行政
20	水	Jアラート 全国一斉情報伝達試験 健：10か月・1歳児健診
21	木	児：避難訓練
22	金	
23	土	勤労感謝の日 図：おはなしサークル
24	日	
25	月	
26	火	健康づくりワークショップ“減塩塾”
27	水	傾聴サロン
28	木	
29	金	図：館内整理（休館）
30	土	

※ メ：固定資産税（4期）及び国保・後期・介護（5期）は12月2日締め切りです。

※ 図：図書館 メ：納期限
健：健診児 児：児童館 相：相談

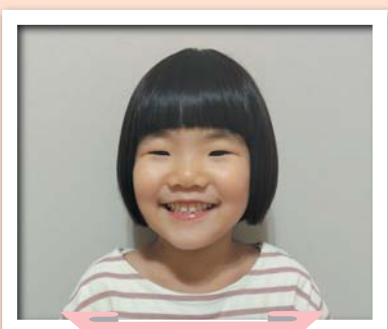
ぼくたち わたしたちの
歯 ピカピカ だよ♪



ふじ や れい
藤谷 玲偉さん



こいずみ かい
小泉 權士さん



おお やま あん
大山 杏さん

3歳児健診で虫歯ゼロの
お子さんを掲載しています



まちのアルバム



郷土の味を楽しむ会



「郷土の味を楽しむ会」が10月13日、中央公民館で開催され、町内外から約80名が参加しました。

会場では、野辺地町商工会女性部（村木亜弓部長）が調理したホタテの味噌貝焼きやけいらんなど11品目がテーブルに並びました。

参加者は、野坂幸子氏による昔語りを聞きながら郷土料理に舌鼓を打ちました。



おいしい! 減る脂〜♪ カンタン料理

その125



管理栄養士
新井山 静

かぼちゃのきんぴら

【管理栄養士のコメント】

かぼちゃに含まれるβ-カロテンは、実以上に皮に多く含まれているといわれていますので、皮付きのまま調理することをおすすめです。

【栄養価 1人分】

エネルギー 90kcal たんぱく質 1.9g 脂質 3.0g 炭水化物 15.3g 塩分相当量 0.5g

材料 2人分

- ・かぼちゃ 120g
- ・にんじん 中1/4本（約25g）
- ・ピーマン 1/2個
- ・ごま油 小さじ1
- ・酒 小さじ1
- ・しょうゆ 小さじ1
- ・みりん 小さじ1/2
- ・白ごま 小さじ1

作り方

1. かぼちゃ、にんじん、ピーマンはせんざりにする。
2. フライパンにゴマ油を熱し、にんじん、かぼちゃの順に炒め酒を振り入れ、火が通ったらピーマンを加える。
3. 2にしょうゆとみりんを入れて味をからませる。
4. 器に盛り付け、白ごまをふる。