



行政相談

行政への苦情や意見、要望などがある場合は、お気軽にご相談ください。相談は無料、秘密は厳守します。

木造会場

- ▼日時：5/28(水)10時～12時
- ▼場所：松の館 会議室C
- ▼相談委員：片山徳明

森田会場

- ▼日時：5/8(木)10時～12時
- ▼場所：森田公民館
- ▼相談委員：原田和孝

柏会場

- ▼日時：5/13(火)13時～15時
- ▼場所：柏老人福祉センター
- ▼相談委員：木村光雄

稲垣会場

- ▼日時：5/21(水)10時～15時
- ▼場所：稲垣ふれあいセンター
- ▼相談委員：佐々木富雄

車力会場

- ▼日時：5/16(金)10時～12時
- ▼場所：北消防署 2階会議室
- ▼相談委員：清野幸喜

☎ 市民課(内線266)



お知らせ



暮らしに役立つ情報などをお届けします！

市では、**災害**やクマの**目撃情報**などをより迅速に市民にお届けするほか、**ごみ分別検索機能**を利用できるLINE公式アカウントを運用しています。ぜひ、QRコードを読み取り、友だち登録をよろしくお願い致します。



つがる市役所 42-2111 (代表)

〒038-3192 つがる市木造若緑61-1



国民年金保険料・ 移動年金相談

令和7年度の国民年金保険料

令和7年度の国民年金保険料は、月額17,510円です。保険料は現金払い(納付書)のほか、口座振替、スマホアプリ等で納付できます。

また、前納することで保険料が割引になります。

保険料の納付が経済的に難しい場合は、免除・猶予制度をご利用ください。

5月の移動年金相談

年金給付に関する相談を受け付けます。ご利用の際は、弘前年金事務所に予約してください。

▼日時：5/22(木)10時～16時

▼場所：市役所2階相談室

☎ 弘前年金事務所

☎0172-27-1339



つがる縄文遺跡 案内人大募集

遺跡ボランティアガイド「つがる縄文遺跡案内人」は令和元年9月から発足し、県内外からの来訪者をお迎えして、ガイド解説を行っています。

世界文化遺産となった亀ヶ岡石器時代遺跡や田小屋野貝塚の魅力を発信する新しい仲間ぜひ加わってませんか？

▼日時：4月半ばから11月末の10時～15時(都合のつく日)

▼場所：縄文遺跡案内所(亀ヶ岡石器時代遺跡隣接地)、または市内資料館

▼対象：高校生以上の方(ガイドに登録された方は、「深掘り!縄文遺跡もの知り講座」を受講していただきます。)

※ボランティア活動ですが、交通費相当額を援助します。

※随時、ボランティアガイドの登録を受け付けています。

☎ 文化財課 ☎49-1194

広告



進学・学習指導教室

萩野学習会

通塾+オンライン=ハイブリッド授業。

新学期生受付中!

●令和7年度入試第1志望全員合格●

- ◆弘前高校
- ◆五所川原高校
- ◆木造高校
- ◆五所川原工科大学(普通)
- ◆五所川原農林高校(環境科学)

〒038-3136 つがる市木造萩野13-23(商工会館裏)

お問い合わせは Phone:0173(42)1738 / Email:hops93tp@kba.biglobe.ne.jp



対象:小学生~中学生
(国・英・数・社・理)
無料体験学習
受付中!!



広告

エアコンクリーニング

エアコンの内部をしっかりと洗浄する事で、ニオイや空気をキレイに。効きが良くなり、省エネ、節電効果も期待できます。



おそうじ本舗五所川原店

エアコンクリーニング (壁掛け・お掃除機能付き・天井埋込・室外機)
縦型洗濯機 浴室 浴室換気扇 キッチン レンジフードなど

五所川原店 フリーダイヤル0120-78-8051 担当090-8188-1165



目と耳の両方に不自由がある方を支援するための講座

盲ろう者とのコミュニケーション方法や、外出時などのサポートの仕方などを学んでいただき、盲ろう者の社会参加をお手伝いできる人材を育成します。

▼日時：6/15(日)から11/16(日)までの隔週日曜日、10時～15時(全12回48時間)

▼場所：アピオおおもり 小研修室(青森市中央三丁目17-1)

▼参加費：無料(テキスト代1,760円のみ自己負担)

▼対象：一般県民(手話・点字・介助技術など未経験の方も受講できます)

▼定員：8人(年齢・障害の有無は不問、情報保障有り)

▼申込方法：青森県盲ろう者支援会ホームページ(QRコード)から申込書をダウンロードの上、必要事項をご記入し、郵送、FAX、メールのいずれかでお申し込みください。



▼申込期限：5/23(金)

問 青森県盲ろう者支援会

☎・FAX 0172-34-1850

メール

k-jin1053@cronos.ocn.ne.jp

ホームページ

<http://w3a.in/mourou/>



こころの相談

眠れない、気分が落ち込む、心身の不調やストレス、悩みなどを抱えている方は、一人で悩まずにお話してください。ご本人だけでなく、ご家族からの相談にも応じます。

▼日時：4/25(金)10時～15時

▼場所：市民健康づくりセンター 指導室

▼申し込み：前日までに電話でお申し込みください。

問 健康推進課(市民健康づくりセンター内)☎23-4311



「認知症カフェ」に参加してみませんか

認知症の方やそのご家族、関心をお持ちの方など、さまざまな方が集い、認知症について情報交換したり、介護についての悩みごとを相談できる憩いの場です。

つがる市民「みんなのカフェ」

▼日時：4/18(金)13時～15時

▼場所：松の館 視聴覚室

▼対象：介護が必要な本人や家族、認知症や介護に関心のある市民、認知症の人と家族の会会員、医療・介護専門職など

▼内容：つどい

▼運営：認知症の人と家族の会

問 家族の会世話人 秋田谷

☎090-3648-4322

かしわ「オレンジカフェ」

▼日時：4/25(金)12時半～14時

▼場所：柏老人福祉センター大広間

▼対象：どなたでも参加できます

▼内容：ゆったり茶話会など

▼参加費：お一人100円(お菓子や飲み物代として)

問 つがる市柏在宅介護支援センター

☎25-2115

つがる市社会福祉協議会柏支所

☎25-2468



カラテ体験教室

カラテの基本を初心者向けに生徒と一緒にいきます。一般、親子での参加も大歓迎です。

▼日時：4/28(月)19時～20時

▼場所：伊藤鉱業アリーナつがる 武道場

▼参加費：無料

▼持ち物：汗拭きタオル、運動着 ※裸足で行います。

※申し込み不要、当日参加OK。

▼指導：極真空手青森支部

師範代・坂本

問 極真空手青森支部

師範代 坂本 剛

☎090-9030-8570



献血にご協力ください

▼日時：4/20(日)、5/11(日) 各日10時～12時、13時半～16時

▼場所：イオンモールつがる柏



山火事を防止しましょう

県では4月1日から6月10日までを「山火事防止運動強化期間」と定め、山火事防止を呼び掛けています。春の季節を迎え、山菜採り、ハイキングなど森林を利用する機会が多くなりますが、特に春の野山は乾燥し、山火事が発生しやすくなっていますので、次のことに注意してください。

▼枯れ草など火災が起こりやすい場所ではたき火をしない。

▼強風時や乾燥注意報が出ているときは、農作業などにおける火の取り扱いに十分注意し、周囲にも知らせ1人で行わない。また、完全に消火するまではその場から離れない。

▼タバコ火は必ず消し、絶対投げ捨てない。

※山火事の発生原因は、たき火やたばこの不始末などが多いことから、火の取り扱いに十分注意してください。

問 農林水産課(内線421)



宮下知事と対話する「#あおばな」実施団体募集

宮下知事が出向いて県民の皆さまの声をお聴きする、県民対話集会「#あおばな」の実施団体を募集します。

▼対象：県内所在の10人程度の参加者が見込まれる団体等

▼募集期間：5月16日(金)～30日(金)

▼実施期間：7月14日(月)～9月28日(日)

▼実施期間：専用応募フォームから申し込み

問 青森県総務部広報

広聴課

☎017-734-9138



税

自動車税種別割の 口座振替

県では、自動車税種別割の口座振替の申し込みを受け付けています。

令和7年度分から口座振替を希望される方は納税者本人の通帳と預金届出印を持参の上、**4/30(水)までに**、取扱金融機関または青森県西北県税事務所にお申し込みください。

※すでに口座振替を申し込まれている方でも、自動車の買い換えやナンバー変更により申込内容が変更となった場合は再度申し込みが必要です。

※口座振替の場合、口座振替済通知書および自動車税種別割納税証明書が送付されません。車検更新の際は、運輸支局等において納付確認を電子的に行うことができるため、納税証明書の提示を省略できますが、振替後すぐに車検を受ける場合には、納税証明書が必要となる場合があります。

詳細は県ホームページ(QRコード)をご覧ください。



**問 青森県西北県税事務所
納税管理課
☎34-2111(内線205)**

マイナンバーカード 休日窓口

マイナンバーカードの受け取りだけでなく申請もできます。無料で顔写真を撮影するほか、申請書の記入も職員がサポートします。

予約は、4/24(木)までに電話で申し込みください。

臨時窓口：4/27(日)8時半～12時
※場所は市役所1階市民課窓口

問 市民課(内線262、265、266)



認定農業者協議会へ 加入しませんか

認定農業者協議会は、市内の認定農業者等で組織された協議会です。

県内外での視察研修や講演会など会員の経営に役立つ事業を実施しています。認定農業者であればいつでも協議会に加入できますので、加入希望、お問い合わせ等ございましたら、下記連絡先までご連絡ください。

▼年会費：3,000円

▼対象者：市内の認定農業者

▼申し込み：農林水産課窓口で会費を納入

問 農林水産課(内線417)



ふれあい農園で野菜 などを栽培してみま せんか

市では、ふれあい農園を設置しています。非農家の方で、野菜や花などを自分で作付けしたい方を募集します。農具等は貸し出します。

▼利用期間：5/1(木)～11/30(日)

▼場所：森田町大館八重菊地内(森田集落農園内)

▼利用料金：1区画3,600円

▼対象：非農家の方

▼募集区画：44区画

▼申込期間：4/11(金)～4/18(金)

※区画に空きがある場合は、申込期間以降でも随時受け付けします。

▼申込方法：森田高齢農業者生きがいセンターの窓口でお申し込みください。

**問 森田高齢農業者生きがいセンター
☎26-2191**



市内小中学校における 隔週水曜日午前授業 の実施について

市内各小中学校において、教職員の業務負担の軽減を図り、授業改善のための時間や児童生徒に向き合う時間を十分確保するため、「学校における働き方改革」を進めています。

市教育委員会では、教職員一人一人が心身の健康を保持し、誇りとやりがいをもって職務に専念できる環境を整えることで、市内小中学校の児童生徒に対する効果的な教育活動を展開することを目的に、今年度から「原則、隔週水曜日午前授業」を実施しています。保護者および地域の皆さまに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。

問 教育総務課 ☎49-1201



労働相談会

個々の労働者と事業者との間に生じた労働問題(解雇・賃金引き下げ・長時間労働・パワハラなど)について、県労働委員会委員が相談に応じます。相談は無料、秘密は厳守します。

▼日時：4/20(日)10時～12時、
5/13(火)13時半～15時半

▼場所：県労働委員会(青森市新町2-2-11東奥日報新町ビル4階)

▼対象：県内の労働者、事業主

▼申し込み：電話で予約を受け付けています。(事前予約優先)

**問 青森県労働委員会事務局
☎017-734-9832**

広 告

青森県唯一の首と腰の専門整体院



アイリーカイロ
整体院

〈ご新規様限定〉
お試し 部分整体コース 2,500円
(カウンセリング+施術40分)
首の痛み/首こり/肩こり/腰痛

五所川原市大町501-5 トカトントンスクエア2F TEL0173-23-4024
営業時間 [月/火/木/金]10:00～19:30 [水]10:00～15:00
[土/祝]10:00～18:00

広 告

～小型犬専門店～ 自宅ドッグサロン ワンデイ

3/10 NEW OPEN!

〔シャンプーのみ〕税込

- チワワ(スムース)他… ￥2,500
- シーズー他… ￥3,500
- トイプードル他… ￥4,000

〔シャンプー＆カット〕税込

- チワワ(ロング)他… ￥4,000
- シーズー他… ￥5,000
- トイプードル他… ￥5,500

電話 **080-2821-0888**

住所 青森県つがる市柏 ※自宅のため詳細はご予約時
イオンモールつがる柏から車で約5分(3.5km)

ご予約 QRコード LINEがスムーズ! (LINE) (Instagram)