



広報

つがる

2026

9月号

No. 297



夏の夜空へ鳴り響け！

青の煌めきあおもり国スポ・障スポ

2026

翔けろ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



国スポ開催まで

39日

障スポ開催まで

52日

※9月1日現在



つがる市 ネブタまつり

「つがる市ネブタまつり」が県内の先陣を切って7月26日から3日間開催されました。

初日は市民イベント広場で出陣式が行われ、10団体がネブタを披露しました。27、28日は合同運行が行われ、ネブタ、囃子、踊り、すべてが一体となって祭りを盛り上げ、多くの観客を魅了しました。

ネブタ大賞
田町町内会
『閻魔』

TSUGARUSHI NEBUTAMATSURI



特別賞
有楽町町内会
『不動明王』



市議会議長賞
蓮沼ネブタ実行委員会
『安範満伝説』

TSUGARUSHI NEBUTAMATSURI

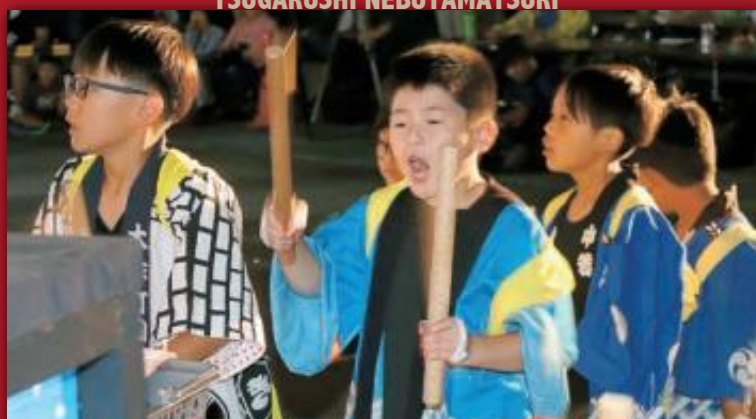


県議会議員賞
松原青年有志
『曹操』



商工会長賞
上町倭武多会
『鹿内仙人』

TSUGARUSHI NEBUTAMATSURI





建設業協会会長賞

千代町町内会
『風雲児信長』



観光物産協会会長賞

木作町町内会
『妖狐 玉藻前』

TSUGARUSHI NEBUTAMATSURI



米陸軍車力通信所長賞

范中ねぶた愛好会
『運慶』



姉妹都市協会会長賞

横町町内会
『陰陽師』

TSUGARUSHI NEBUTAMATSURI



青森みちのく銀行賞

市民ネブタ実行委員会
『島津豊久 雷鳴を斬る』



TSUGARUSHI NEBUTAMATSURI



各地で盛り上がりを見せた夏まつり ～ 車力まつり ～

第3回車力まつりが7月25・26日にフラット敷地内で開催されました。車力こども園やしげた保育園による演技でスタートし、お菓子すくいや野菜すくい、大根早おろし大会など、さまざまな催し物が観客を最後まで楽しませました。



～ メロン・スイカフェスティバル ～



第13回メロン・スイカフェスティバルが8月1日に伊藤鉱業アリーナつがるで開催されました。店頭価格より安い本市産メロン・スイカを目当てに早朝から長蛇の列ができました。市内の菓子店などが作ったメロン・スイカを使ったスイーツコーナーも、開始1時間もたずに完売するほど大盛況でした。

ステージでは、子どもたちの視線をくぎ付けにしたバルーンアートショーやスイカ早食い競争などが行われ、白熱した展開に会場は盛り上がりを見せました。



～ 盆踊り大会 ～



つがる市盆踊り大会が、8月15日にイオンモールつがる柏駐車場で2年ぶりに開催されました。

市内外から揃いの衣装や仮装をした団体をはじめ、家族連れ等約1,000人が参加し、特設のやぐらを囲み、約2時間「つがる市民音頭」や「かしわ音頭」の音楽に合わせて心ゆくまで踊りを楽しみました。



※市ホームページ（QRコード）でも集合写真などをご覧になれます。

つがる市はたちを慶ぶ会



8月15日、つがる市はたちを慶ぶ（よろこぶ）会が松の館で開催されました。式には対象者246人のうち205人が出席。人生の輝かしい門出を迎え、新たな一歩を踏み出しました。

式辞で倉光市長は「故郷を愛し、友とのつながりを大切にしながら、それぞれの場所で経験を重ね、個性と能力を存分に発揮して、充実した人生を歩んでほしい」と新成人への期待を述べました。

新成人を代表して青木海飛さんは「それぞれの夢や目標に向かって歩み、人として成長し続けられる大人になりたい」と決意を述べました。



新成人代表を務めた青木さん



司会を務めた松元雄仁さん



旧友との再会に心躍るはたちの皆さん



はたちの抱負



帯川 輝さん

将来は親の農業を継ぎたいです。手がかかる息子だったけどこれからは色々手助けをして、恩返しをしていきたいです。

秋元 乃愛さん

アイリストになるために専門学校に通っています。さまざまなことにチャレンジして、両親が誰にでも自慢できるような人になりたいです。



青の煌めきあおもり国スポ ～つがる市出身選手～

10月に開催する「青の煌めきあおもり国スポ」に出場するつがる市出身の選手をご紹介します。ぜひ会場に足を運んで応援してください！



さとう けいじゅ
佐藤 慧珠 選手

- ◆出身地：下牛潟町
- ◆出場競技：柔道（少年男子）
- ◆競技歴：10年
- ◆所属：青森北高等学校（2年）
- ◆得意技：背負い投げ

柔道競技（少年男子）は伊藤鉱業アリーナつがるで10/19(月)に試合が行われます。

大会へ向けての意気込み

持ち前の技の受けの強さを発揮し、自分の全力を出し切って、一つでも多く勝ち上がりたいです。



応援してくれる方へメッセージ

地元つがる市で柔道競技が開催されるということで、自分自身もすごく楽しみにしています。

ぜひ会場に来て、一緒に大会を盛り上げてもらえたら嬉しいです。

青森県代表として最後まで全力で頑張るので、応援よろしくお願いします！

お願い！ 稲わらを焼かないで！！

青の煌めきあおもり国スポ・障スポが10月11日から25日まで伊藤鉱業アリーナつがるで開催され、全国各地から選手や観覧者などがつがる市を訪れます。開催期間中は稲刈り後のわら焼きが毎年行われている時期です。県内外からつがる市を訪れる皆さんが不快な思いをしたり、つがる市のイメージダウンにならないよう稲わら焼却の自粛をお願いいたします。

稲わら焼きのないクリーンな環境の中で競技が行われるようご協力をお願いいたします。

つがる市開催競技

国スポ バレーボール(少年女子)

10.11(日)▶14(水)

国スポ 柔道(全種別)

10.17(土)▶19(月)

障スポ バレーボール(知的障がい者の部)

10.24(土)▶25(日)

【問い合わせ先】 青の煌めきあおもり国スポ・障スポつがる市実行委員会
(国スポ・障スポ推進室内) 電話 49-1193

バレーボール競技(成年女子)に出場する社会人チーム「青森BLOOM」から3人の選手をご紹介します!

①出身地 ②ポジション ③自身のアピールポイント ④大会への意気込みと、応援してくれる方へのメッセージ



おび かわ
帯川 葵 選手

- ①稲垣町
- ②リベロ
- ③私のレシーブから攻撃のリズムを作っていきます!
- ④レベルの高い仲間達と一緒にバレーボールができること、これまでバレーボール人生で支えてくださった方にこうして今もバレーボールをしている姿をお見せできること、そして国スポという大きな舞台で青森県代表としてプレーできること、すべてに感謝して、これまで支えてくださった方へ恩返しができるよう、青森県代表として最後まで全力で戦いたいと思います!応援よろしくお願いします!



さかい さりな
境 紗里奈 選手

- ①稲垣町
- ②セッター
- ③私のトスを見てほしいです!相手のブロッカーをたくさん翻弄できるように頑張ります!
- ④国スポという素晴らしい舞台で私のプレーしている姿をお見せできること、青森県代表として選んでいただけたことをとても嬉しく誇りに思います。私たちは平日は仕事をしているため、週末にしか集まれず、満身に練習できたわけではありませんが、それでもメンバー全員が試合に勝利できるように考えながら取り組んできました。今できる一人一人の最大限を発揮できるよう頑張りますので、温かいご声援をよろしくお願いします!



の ろ かなこ
野呂 加南子 選手

- ①木造
- ②アウトサイドヒッター
- ③攻撃でも守備でもチームに貢献します!
- ④あおもり国スポが私自身選手として出場する最後の大会になります。今まで支えてくれた方や、今でも変わらず応援してくれている方に、少しでも長くコートに立ってプレーしている姿をお見せできるように全力で戦います。青森県代表として、すべてを懸けます。最後まで応援していただければ嬉しいです!



バレーボール競技(成年女子)は五所川原市民体育館で10/11(日)から開催されます。

英語で伝える楽しさを体感



7/23・24
つがる地球村

市の魅力を紹介する資料を作成する児童生徒たち

国際化に対応し、夢や志を実現できる人材を育成することを目的に、「Enjoy! English Camp at つがる地球村2026」が7月23日から1泊2日の日程で行われ、市内の小中学生20人が参加しました。

活動中は日本語を使わず、全て英語でコミュニケーションを取ることがキャンプ中のルール。参加者は、うまく話せない時にはジェスチャーを交えるなどして、一生懸命に伝えようとしていました。

森田中2年の丹代清光さんは「ほかの参加者やALTの先生たちとのコミュニケーションが楽しい。英語力を高め、外国へ行く機会があれば、現地の人と交流したい」と話しました。

科学技術との向き合い方を考える

つがる市立図書館は開館10周年を記念し、科学ジャーナリストの元村有希子氏を講師に迎え、記念講演会を開催しました。

元村氏は「『科学のトリセツ』～科学との付き合い方教えます～」と題して講演。市民ら約300人が参加し、熱心に耳を傾けました。

講演では、毎日新聞記者時代にノーベル賞や宇宙開発取材した経験を紹介。科学と技術は相互に影響を与えながら発展してきたと説明しました。一方で、科学技術の発展に伴い、原子力や環境、人工知能などをめぐるさまざまな課題が生じていることにも触れ、「科学技術の負の側面について、私たちは見逃しがちです。そうした側面にも目を向けてほしい」と話しました。また、専門家に任せにせず、適切に情報を得ながら、注意深く科学技術と向き合うよう呼びかけました。



7/26
松の館

講演する元村氏

親子で学ぶ 食育体験



7/27
松の館

キュウリのスティック漬け作りに挑戦する参加者

市では、食育活動の一環として、「親子収穫体験&料理教室」を開催しました。

参加した市内の親子6組は、はじめに木造越水地区の長谷川たか子さんの畑で、立派に育ったキュウリを収穫。子どもたちは、大きな葉の陰に隠れたキュウリを夢中で探し、「見つけた!」と笑顔を見せながら、収穫を楽しみました。

収穫を終えた親子は松の館に移動し、市食生活改善推進員の指導のもと、スティック漬けやサラダなど、キュウリを使った料理作りに挑戦。親子で協力しながら調理を進め、出来上がった料理をおいしく味わいました。

車力小5年の松橋紗良さんは「大きなキュウリを収穫できてよかった。料理は大変だったけれど、おいしくできた。また作ってみたい」と話しました。

自分で探して学ぶ 地元の特産品

しげた保育園(工藤敦子園長)の年長組8人が、シジミ漁師の松橋信幸さん(富苑町)の漁場でシジミ拾いを体験しました。

同園では、卒園した子どもの祖父である松橋さんのご厚意で4年前からシジミ拾いを体験しています。

冷たい水や湖の底の砂の感触に最初はおそろおそろ入る園児たちでしたが、だんだんと慣れてくると、拾うコツをつかみ、最後にはカゴいっぱいになるほどシジミを拾っていました。

この日参加した小林一華ちゃんは「いっぱい採れて楽しかった」、松橋侑菜ちゃんは「採ったシジミ貝は味噌汁にして食べたい」とそれぞれ感想を話してくれました。



7/31
十三湖
(富苑町)

夢中でシジミを拾う園児たち

先の大戦から81年目の夏



8/7
松の館

白菊を献花する参列者

戦没者追悼・平和祈念式が執り行われ、遺族や関係者約60人が市の戦没者1,325柱の御霊を悼み、不戦の誓いを新たにしました。

式典では、倉光市長が「過去の歴史に向き合い、戦争の悲惨さと、平和の尊さ、平和を堅持する知恵を次の世代に継承することが、私たちの責務です」と述べました。

遺族を代表して市遺族会の高橋滋会長は「過去にあった記憶が忘れ去られようとしている現状に対し、戦争がどれほど悲惨であるか伝えていくのが私たち遺族の務め」と追悼の言葉を述べました。

その後、参列者一人一人が祭壇に白菊を献花し、戦禍で尊い命を落とした戦没者に思いをはせました。

プランターメロン収穫祭開催

ダイソーイオンモールつがる柏店の入口で展示しているプランター栽培のメロンが収穫時期を迎え、もりた保育園、木造北こども園、菰槌保育園の年長児19人が、市農村青少年クラブ連絡協議会(4Hクラブ)のメンバーと一緒にメロンを収穫しました。

この日、イオンモールつがる柏のしゃこちゃんコートには、4Hクラブのメンバーが手間暇かけて栽培・管理してきたメロンの鉢がずらりと並べられ、園児たちは、4Hクラブのメンバーに教わりながら、はさみでつるを切って収穫。メロンは、1人に1玉ずつプレゼントされました。

収穫を終えた園児たちは「メロン大好き!」「早く切ってもらって食べたい!」と笑顔いっぱい話してくれました。



8/17
イオンモール
つがる柏

つるを切ってメロンを収穫する園児

児童・生徒たちが各種大会で大活躍！



①穂波小学校：三石涼太(5年)県空手道選手権大会組手小学5年生男子初級第1位 ②車力中学校：柔道部 工藤心都葉(1年)県中学校体育大会夏季大会女子個人戦57kg級第1位・全国大会出場、松橋幸志(2年)同男子個人戦50kg級第2位、木村晟大(1年)同男子個人戦50kg級第3位、鳴海春哉(2年)同男子個人戦55kg級第2位、木村碧良(1年)同女子個人戦40kg級第2位、松橋姫音(3年)同女子個人戦44kg級第2位、以上東北大会出場 ③木造中学校：柔道部粕谷蒼音(1年)同男子個人戦55kg級第3位、杉野森咲恵(2年)同女子個人戦63kg級第2位、以上東北大会出場 ④木造中学校：陸上競技部三浦陽斗(3年)同共通男子走幅跳第1位・東北・全国大会出場 ⑤Rural.B.C(バスケットボール)：東北ブロッククラブリーグ青森県予選大会第1位・東北大会出場

花火の安全な遊び方を学びました

市消防本部では、夏場に増加する花火による事故を未然に防ぐことを目的に、市内の保育施設に通う園児を対象とした「おもちゃ花火教室」を実施しました。

花火教室では、消防職員と女性防火クラブ員が寸劇を行い、安全に遊ぶためのルールを子どもたちにも分かりやすく伝えました。園庭では、園児一人ひとりが手持ち花火を体験したほか、噴出花火や打ち上げ花火を鑑賞し、子どもたちは歓声を上げながら夏の風物詩を楽しんでいました。

市消防本部では、「花火による事故を防ぐためには、大人と一緒にルールを守って遊ぶことが大切です。今回の教室を通じて、楽しい思い出とともに防火意識を育ててもらえればうれしいです」と呼びかけました。

【問い合わせ先】消防本部予防課 電話42-7744



漏水調査(個別音聴調査)実施のお知らせ

津軽広域水道企業団西北事業部では漏水の早期発見を目的に漏水調査を実施しております。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

▼内容：敷地内のメーターボックス等に専用器具を当て、漏水音を調べます

▼委託業者：フジテコム株式会社(身分証明書・作業員証を携帯しています)

※屋内への立ち入りはありません

▼期間：11月30日(月)まで(平日9時～17時の実施)

▼対象地域：木造、森田、柏地区内の一部の世帯

《留意事項》

- ・メーターボックスの上に荷物や植木鉢等がある場合は、移動のご協力をお願いします
- ・ご不在の場合でも、敷地内(屋外)に入り調査を行う場合があります
- ・漏水が疑われる場合は、後日ご連絡いたします

【問い合わせ先】津軽広域水道企業団西北事業部 工務課 電話25-2077



詳細はHPをご覧ください

大型自動車等通行止めのお知らせ

橋梁補修工事のため、県道五所川原車力線「車力橋」において大型自動車等通行止めとなります(車両総重量8t以上通行止め)。ご通行される皆さまには長期にわたり、ご不便をおかけします。迂回路は牛潟橋か富范橋をご利用されますよう、ご協力をお願いします。

▼期間：令和8年12月16日まで(予定)

▼時間：終日 ※数日間の夜間作業があります(全面通行止め)



【問い合わせ先】西北県土整備事務所 道路施設課 電話0173-34-2111

有 料 広 告

人 と 街 の 夢 に ア ク セ ス

A-BITS

株式会社 エービットツ
http://www.a-bits.co.jp/



地域おこし協力隊が着任！



菊地 尚美さん

稲垣町出身
趣味：ボウリング、カメラ

地域おこし協力隊とは、人口減少や高齢化などの進行が著しい地方において、地域外から人材を受け入れ、地域が抱える課題の解決や地域活性化などに取り組みながら、その地域への定住・定着を図ることを目標とした制度です。

8月1日付けで新たに着任した隊員をご紹介します。

菊地尚美さんは地域おこし協力隊として、関東圏とつがる市を行き来しながら、移住希望者への情報提供や相談対応、受け入れ体制の調整を行い、UIJターンにつながる人の流れづくりをしていきます。また、つがる市の地域おこし協力隊の魅力発信にも取り組みます。

田舎で何もないうつがる市が嫌で大学進学と同時に地元を離れたが、コロナ禍にアルバイト先でつがる市産のトマトを見かけたことがきっかけで、何もなかったと思っていた地元の食材に自分が支えられていたことに気づき、つがる市への思いが変わったという菊地さん。「つがる市を離れた人が「また帰りたい」と思える理由を増やしたい」「つがる市の魅力を発信し、UIJターンの支援を通じて、人が来て、人が戻る循環作りに関わりたい」と考え、協力隊に応募しました。

協力隊として一歩目を踏み出した菊地さんは「地域の現役世代と若い世代が関わりやすい環境を整え、今と未来の担い手が自然に増えていく流れを作りたい」と意気込みを語りました。

野良猫への餌やりはやめましょう

野良猫に餌を与えると周辺に住みつく野良猫の数が増加し、糞尿被害など近隣住民に迷惑がかかります。餌を与えることによって、繁殖能力が増したくさんの子猫が生まれます。猫は年に2～3回の出産が可能で1回の出産で3～8匹の子猫が生まれます。1頭のメス猫から1年後には20頭以上、2年後には80頭以上に殖えることが可能です。生き残ることができる猫は少なく、交通事故などで多くが命を落としてしまいます。こうした不幸な野良猫を増やさないためにも野良猫に餌を与えないでください。

飼い主のいない猫の不妊去勢手術に関する事業について

県では地域猫活動として以下の事業を支援しています。

- ・地域住民及び地域猫活動団体を対象とした説明会の開催
- ・活動団体が実施する地域猫活動で管理される猫の不妊去勢手術（無料）

地域猫活動団体とは、不妊去勢された野良猫の計画的な世話（餌やり、糞尿の処理）をするボランティアグループです。活動団体には、2世帯以上が必要です。活動団体を作りたい方は、まず青森県動物愛護センターにご相談ください。

詳細および申請書様式については、青森県動物愛護センターホームページにてご確認ください。

【問い合わせ先】青森県動物愛護センター 電話017-726-6100



有 料 広 告

MUSBELL

うちの子も **結婚** できました！

独身のお子様の結婚相談

0120-138-026

青森市花畑1-17-10 さんさビル7階 通話料無料 営業時間：10時～19時 定休日：第2・第4水曜日

有 料 広 告

塗替え予定のお客様必見！

屋根・外壁「よみがえり」計画を！

下塗り強化 がっちりガード

ぜひ、お家のメンテナンスを！塗り替えの目安は、屋根は5年～7年、外壁は10年前後です。

自慢の手塗り仕上げで特別価格にて施工！

当社はここがちがう！ 診断・お見積り無料

高所作業車2台導入で、高い所、こう配のある屋根等で大活躍します。14mものびます☺

足場も自分たちで組むため安く施工できます。

【ご連絡先】090-2023-2226（担当木村まで）

五所川原塗装工業会 有限**秋元塗装** 会社 五所川原市大字野里字野岸29の5

インフルエンザ 予防接種費用を助成します

実施期間 10月1日(木)～令和9年1月31日(日)

インフルエンザに感染すると、高熱や頭痛、倦怠感のほか、気管支炎や肺炎を引き起こし、まれに脳炎・脳症など重い症状になることがあります。重症化を防ぐためにも、ワクチンの接種が有効です。注射や点鼻などのワクチンの種類や接種時期をよく検討し、予防接種を受けましょう。

	中学生以下の方	高齢者の方
対 象 者	接種日現在、つがる市に住民登録している生後6カ月から中学生までのお子さん ※対象者には、9月末までに「つがる市子どもインフルエンザ予防接種予診票」等を送付します。	令和8年12月31日時点で65歳以上の方または60歳以上65歳未満の方（心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害を有する方に限ります。） ※対象者には、9月末までに予診票を送付します。
接種費用 助成回数	市が接種費用の全額を負担しますので、 無料で接種を受けられます。 ▼注射ワクチンの場合：2回（接種日時点で13歳未満の方）。1回（接種日時点で13歳以上の方）。 ▼点鼻ワクチンの場合：1回（接種日時点で2歳以上の方）	接種費用のうち、 1,000円を自己負担。 なお、生活保護を受給している方は、医療受給者証を提示することで、無料で接種を受けられます。 ▼1人につき1回限りです。
接種方法	接種を受けるインフルエンザ予防接種指定医療施設へ事前に予約をしてください（予約が不要な場合もありますので、事前に医療施設にご確認ください）。指定医療施設以外で接種した場合は、助成対象外になります。接種当日は、次の①～④を必ずご持参ください。①母子健康手帳 ②「保険証」または「医療受給証」 ③「つがる市乳幼児医療費受給資格証」または「つがる市すこやか医療費受給資格証」 ④つがる市子どもインフルエンザ予防接種予診票（持参しない場合は助成対象外）	ほぼ全ての実施医療機関で予約必須となっています。実施医療機関によって受付方法が異なりますので、予診票に同封された実施医療機関一覧表をご確認ください。接種当日は、次の①～④を必ずご持参ください。 ①予診票 ②予防接種済証 ③本人確認書類 ④自己負担額（1,000円）または医療受給者証



新型コロナ 予防接種費用を助成します

実施期間 10月1日(木)～令和9年2月28日(日)

新型コロナウイルスに感染すると、高熱、下痢、味覚障害などさまざまな症状が表れ、重症化したり、症状が長引いたりすることがあります。ワクチンを接種することで、重症化予防が期待できます。

対 象 者	令和8年12月31日時点で65歳以上の方または60歳以上65歳未満の方（心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害を有する方に限ります。）
接種費用 助成回数	接種費用のうち、 5,000円を自己負担。 なお、生活保護を受給している方は、医療受給者証を提示することで、無料で接種を受けられます。 ▼1人につき1回限りです。
接種方法	ほぼ全ての実施医療機関で予約必須となっています。実施医療機関によって受付方法が異なりますので、予診票に同封された実施医療機関一覧表をご確認ください。接種当日は、次の①～④を必ずご持参ください。①予診票 ②予防接種済証 ③本人確認書類 ④自己負担額（5,000円）または医療受給者証

【問い合わせ先】健康推進課（市民健康づくりセンター内） 電話23-4311

青森県商工会連合会職員採用試験

■試験会場：青森県火災共済会館3階(青森市新町2-8-26)

■試験日時：10月23日(金)10時～

■募集期間：10月9日(金)まで

募集項目	新規大卒用	一般用	新規高卒用
応募資格	次の(1)から(4)のいずれも満たしている者		
	(1)学校教育法における大学(短期大学を含む)を令和9年3月31日までに卒業見込みのものであり、令和9年4月1日時点で40歳以下の者	(1)学校教育法における高等学校を卒業したものであり、令和9年4月1日現在で40歳以下の者	(1)学校教育法における高等学校を卒業した者(令和9年3月卒業見込みの者を含む)であり、令和9年4月1日現在で40歳以下の者
	(2)普通自動車運転免許を有する者、または令和9年3月31日までに同免許を取得可能な者		
	(3)令和9年4月1日より県内商工会、または県商工会連合会で勤務できる者		
	(4)簿記3級以上の資格を有する者、または採用後1年以内に同資格を取得できる者		

■採用日：令和9年4月1日

※申し込み方法および試験内容など詳しい内容についてはホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】青森県商工会連合会 電話017-734-3394



受講者
大募集



講習参加者には、もれなく
住宅用火災警報器を
プレゼント!!
(1世帯につき1個)



住宅防火講習会

市消防本部予防課では、市民の皆さんの防火意識の向上を図るため、住宅防火講習会を開催いたします。多くの皆さんの受講をお待ちしています。

【講習内容】

- ・住宅防火のポイント
- ・住宅用火災警報器の設置や維持管理
- ・消火器の取り扱い
- ・その他火災予防全般に関すること

※住宅用火災警報器・住宅用消火器は、一般社団法人全国消防機器協会から無償提供いただいたものです。

さらに
抽選で10名様に
住宅用消火器が当たる!!

参加無料
50名様
申込先着順

日時 10月17日(土) 10時～11時
(開場 9時30分)

会場 松の館 交流ホール

対象者 市内在住の方(特に高齢者や身体に障害がある方、そのご家族)

駐車場 松の館駐車場または伊藤鉱業アリーナつがる駐車場をご利用ください。

申込先・お問い合わせ 市消防本部 予防課 42-7744 お申し込みの際は、お名前・住所・電話番号をご連絡ください。

申込期間 9月10日(木)～9月24日(木) 平日9時～16時

「つがる市へ着任して1年が経ちました！」

ノヴァ・スキッパー

2025年8月初旬、私は初めて青森に降り立ちました。来日して最初の三日間は東京でオリエンテーションを受けました。東京は猛暑でしたが、青森空港から外に出た瞬間、「なんて涼しくて気持ちいいだろう!」と感動したのを覚えています。また、この地域の景色の美しさにも感動しました。

空港からつがる市へ向かう道中、車の窓から見える景色に思わず何度も「わあ」と声を上げていました。私が長年住んでいたアメリカのテネシー州も山や農場が多い場所ですが、それでも津軽平野の広々とした風景には心を奪われました。

この一年で、少しずつつがる市の魅力に触れることができました。亀ヶ岡石器時代遺跡で開催された縄文祭りでは、地域の歴史を身近に感じました。雪の中で訪れた高山稲荷神社の千本鳥居も、とても幻想的で忘れられない景色です。また、市内保育園へ訪問する「ふれあい事業」では、元気いっぱいの子どもたちにアメリカの文化を紹介しながら一緒に楽しい時間を過ごすことは仕事にしては楽しすぎる素敵な時間でした。

普段の暮らしの中にも、つがる市の温かさを感じる場面があります。三浦食堂でおいしいご飯とセットで出てくる漬物のおかわりをたくさんいただいたり、高橋钣金塗装で車のメンテナンス中に楽しい話を聞いたり、イオンモールで買い物のついでに季節限定の商品や催しを見つけたり、小さ

な楽しみがたくさんあります。季節が変わるたびに違う表情を見せる景色も、この一年でもっと好きになりました。

「もう津軽弁は覚えた?」とよく聞かれますが、答えは「まだ勉強中」です。言葉を覚えることも、土地を知ることも、もう少し時間がかかりそうですが、毎日の暮らしの中で少しずつ、新しいつがる市を知り、このまちが少しずつ身近な場所になってきたことを実感しています。これからの一年で、まだ知らないつがる市の魅力にたくさん出会えることを楽しみにしています。



二年目の私! くるくるした髪型、似合いますか?

子育て支援ミーティング

開催日	講師および内容
10月 6日(火)	【講師】青森県西北教育事務所 【内容】スクールソーシャルワーカー・スクールカウンセラーの業務
10月29日(木)	【講師】青森県発達障がい者支援センター「わかば」 【内容】「わかば」の業務
11月10日(火)	【講師】市教育委員会 指導課 【内容】指導課の業務



▼場所：松の館 会議室B ▼時間：各回10時～11時 ▼定員：各回10人(先着順)

▼対象：不登校や行き渋り等のある小学生から高校生の保護者

▼申し込み：9月30日(水)までに子育て健康課に電話でお申し込みください。

(3回コースとなっていますが、参加できる日だけでも構いません)

《留意事項》

- 1 話し合われた個人に関する内容については外部に出さないようにお願いします。
- 2 わずかな話し合いもありますが、話せる範囲または聞いているだけでも大丈夫です。
- 3 申し込み時に氏名・連絡先(電話番号)をお聞きます。

【問い合わせ先】子育て健康課 電話42-2111(内線300)



市ホームページ

9月は「世界アルツハイマー月間」です

国際アルツハイマー協会(ADI:108の国と地域が加盟)が、世界保健機関(WHO)と共同で、認知症への正しい理解が進むことを目的に、世界中で認知症の啓発活動を行っています。市内では、9月30日まで、17時~21時の間、下記施設等を認知症支援のイメージカラーであるオレンジ色にライトアップします。

- ◆ 范中桜並木通り ◆ JR木造駅舎遮光器土偶モニュメント(9月21日(月)~23日(水)のみ)
- ◆ 旧制木造中学校講堂 ◆ 伊藤鉱業アリーナつがる ◆ 銀杏ヶ丘公園(つがる市建設業協会社会貢献事業)

▼ 認知症や地域の高齢者に関する相談窓口 介護、医療、福祉の専門職が相談に応じます。

つがる市地域包括支援センター【電話69-7117】 所在地：稲垣町豊川宮川42番地3

開所日時：月曜日~金曜日(土日祝日、12月31日~1月3日は休所)8時15分~17時

▼ 認知症高齢者の方等を介護しているご家族へ

認知症高齢者の方やその疑いがある方は、記憶力や判断力が低下し、道や場所を間違えるなど、家に戻れなくなる場合があります。市では、認知症による行方不明の未然防止やご家族(自宅などで介護する)の負担軽減のための取り組みを行っています。

1. 見守り・SOSネットワーク(認知症高齢者等の事前登録)事業

- ・ 事前に身体的特徴や写真などを登録できます。
- ・ 事前登録情報を元に、地域関係者の見守りや警察の捜索や地域の発見活動を早期に開始できるメリットがあります。
- ・ 登録後、登録番号を記載した見守りグッズ(キーホルダーなど)を配布します。

2. GPS端末機の利用料助成事業

- ・ 市が指定するGPS端末機の利用料の一部を助成します。
- ・ GPS端末機を使うと、インターネットを通じて、認知症の方の居場所を探索することができます。
- ・ GPS端末機の利用にあたっては、事業者とご家族の契約が必要です。
- ・ 申請前の契約は助成対象になりませんのでご注意ください。

【問い合わせ先】介護課 電話42-2111(内線243)

令和8年社会生活基本調査を実施します

総務省統計局(青森県)では、10月20日現在で社会生活基本調査を実施します。

この調査は、1日のうちのどのくらいの時間を仕事や家事、地域での活動などに費やしているか、また、過去1年間の自由時間にどのような活動を行ったかを調査し、仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の推進、少子高齢化対策などの政策に必要な基礎資料を得ることを目的としています。

10月上旬から中旬にかけて、調査員が伺いましたら、趣旨をご理解いただき、ご回答をお願いします。

▼ 対象：木造筒木坂地区、森田町山田地区、豊富町千貫地区の世帯の中から無作為に選定します。

【問い合わせ先】県統計分析課人口労働統計グループ 電話017-734-9169



有 料 広 告

事業計画策定セミナー開催について

補助金の申請には事業計画策定が必須です。商工会では事業者の皆様が、これから事業計画を作成していく際に必要な知識や手法を習得できるよう、本セミナーで解説します。また翌週には希望者を対象に事業計画策定の個別相談会を開催しますので、奮ってご参加ください。

開催日時 10月14日(水)14:00~16:00
開催場所 つがる市商工会2階大会議室
お問合せ先 つがる市商工会
TEL 42-2449(経営セミナー担当)



申込QRコード

事業計画策定個別相談会開催について

事業計画を策定し、今後の経営の発展や各種補助金申請を検討している事業者の皆様を対象とした、事業計画個別相談会を実施します。対象事業所数は3事業所限定となりますので、希望される事業所におかれましては早めにお申し込みください。

開催日時 10月22日(木)10:00~16:00
開催場所 つがる市商工会2階会議室
お問合せ先 つがる市商工会
TEL 42-2449(経営セミナー担当)



申込QRコード

秋の全国交通安全運動

9月21日(月)～9月30日(水)

〈運動の重点〉

- ◆歩行者の安全な道路横断方法等の実践と反射材用品や明るい目立つ色の衣服等の着用促進
- ◆ながらスマホや飲酒運転等の根絶と夕暮れ時の早めのライト点灯やハイビームの活用促進
- ◆自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進



～つがる市交通安全のつどい～

▼日時：9月18日(金)17時～17時50分 ▼場所：イオンモールつがる柏 1階 シャコちゃんコート

▼プログラム：①オープニングセレモニー ②メッセージの伝達 ③交通安全誓いのことば

※終了後、交通安全運動出動式(駐車場内)

【問い合わせ先】市交通安全対策協議会(防災危機管理課内) 電話42-2111(内線344)

地域おこし 協力隊です！

市に移住し、斬新な視点で地域おこしに取り組む隊員たちが、市の魅力や日々の活動などを報告します。

今月の隊員は

沢田 靖 隊員

今年の4月に地域おこし協力隊に着任し、「メロンの水耕栽培」というミッションに挑んでいる沢田です。

今、ガラス温室の中には、みずみずしく大玉に育ったメロンが実っています。出荷を1週間後に控え、一足先に試食をしてみたところ、口いっぱい甘さと潤いが広がる本当に美味しいメロンに仕上がっています。

思えば4月、小さな種をまいたときは「土を使わない水耕栽培で、本当にメロンができるのだろうか」と不思議でなりません。農業経験のない私にとって、苗の育て方や病気・害虫への対応、日々の作業タイミングは全く未知の世界。液肥の調整、水温や室温・湿度の管理、時には自動開閉窓の修理や換気システムの設定まで、慣れない装置の管理には何度も頭を悩ませました。それでもここまで来られたのは、温かく熱心に手を引いてくださった師匠や関係者の方々の指導があったからです。

初夏には朝から夕方まで何週間も続く受粉作業に追われ、夏バテ気味にもなりました。育苗から栽培管理、誘引、病虫害駆除、そして手順やデータの整理まで、目まぐるしく過ぎる充実した日々。その中で、県外市議の方々の視察や小学生の見学、メディアの取材、農業関係や設備業者など、本当に多くの方がハウスを訪れてくださいました。この挑戦が、地域にとっていかに高い関心を集める大切な分野であるかを肌で感じ、身が引き締まる思いです。

今回育てたのは、赤肉の「レノンハート」と、青肉の「タカミ系新種」のメロンです。4kg以上、20cmを超える大玉もあります。ふるさと納税や、東京・神楽坂のアンテナショップなどでの販売を予定していますが、何よりつがる市の皆さんにぜひ味わっていただきたい自慢の出来栄です。

メロン出荷式やメロンスイカフェスティバルといった、

地域総出で盛り上がる温かい文化に触れ、この街がさらに大好きになりました。

私たちの挑戦は、ここで終わりません。次は温泉熱を利用したガラス温室で、9月から仕込み、冬に食べられるメロンの栽培に挑戦します。寒さが厳しく、日射量も落ちる冬場にしっかりと育ってくれるか不安は尽きませんが、それ以上に大きなやりがいを感じます。

これからも水耕栽培の可能性を広げ、つがる市の新しい魅力として多くの人に美味しいメロンを届けられるよう、一步一步がんばります。ハウスで見かけた際は、ぜひ気軽に声をかけてくださいね。



大きくておいしいメロンが育ちました

健康推進課からのお知らせ



【問い合わせ先】
健康推進課（市民健康づくりセンター内）
電話23-4311

ストレッチ教室

体が硬いと感じることはありませんか。筋肉が硬くなると柔軟性が失われてケガをしやすくなったり血流が悪くなったりします。

まずはストレッチからはじめましょう！

運動初心者向けのメニューになっていますので、お気軽にご参加ください。

▼日時：10月23日（金）13時半～14時半

▼場所：市民健康づくりセンター

▼申し込み開始：開催日の1週間前

▼持ち物：汗拭きタオル・運動着・飲み物・ヨガマット（ない方はバスタオル）

栄養・食事相談を実施します

「痩せたい」「血圧が高め」「血糖値が高くなってきた」「コレステロールが高い」など、栄養や食事に関する相談に栄養士が個別で応じます。（30分程度）

▼日時：9月25日（金）9時～11時半、13時半～15時半

▼場所：市民健康づくりセンター

▼申し込み：1週間前までに電話または窓口でお申し込みください。

健診結果相談会に参加しませんか

健診結果を確認した時、「青い文字なら病院に行かなくて良いの？」「eGFRって何の事かわからない」「毎年同じところが引かかる…」など、結果について疑問に思うことはありませんか。

疑問を解決して、せっかくの健診結果を健康づくりに活かしましょう！ぜひ、保健師へお気軽にご相談ください。当日は健診結果通知書やお薬手帳をご持参ください。

▼日時：9月29日（火）9時半～15時半

※1人につき30分程度

▼場所：市民健康づくりセンター

▼対象：令和8年度健診を受けた市民（会社の健診や人間ドックの結果も可）

▼定員：40名

▼申し込み：電話または予約サイト（QRコード）で前日までに申し込みください。



エクササイズ教室

運動指導員の先生と一緒に運動してみませんか。

「軽め」「普通」「強め」の3つの強度でさまざまなエクササイズ運動を実施します。

▼日時：軽め 10月5日（月）

強め 9月28日（月）

各日13時半～14時半

▼場所：市民健康づくりセンター

▼持ち物：汗拭きタオル・運動着運動靴（外履き）・飲み物・ヨガマット（ない方はバスタオル）

※申し込み不要



こころの相談

こころが辛い時、保健師がお話をお聞きます。ご本人だけでなく、ご家族のことでも大丈夫です。必要であれば、状況に合った別の窓口をご紹介しますこともできます。すぐに解決しないことでも、話すだけでこころが軽くなるかもしれません。

▼日時：9月15日（火）、10月20日（火）

各日10時～15時

▼場所：市民健康づくりセンター

▼申し込み：前日までに電話でお申し込みください。



こころの
相談窓口

献血にご協力ください

あなたの献血が、誰かの生きる力になります。

▼日時：10月12日（月）10時～12時、13時半～16時

▼場所：イオンモールつがる柏

ご協力いただいた方には、粗品を差し上げます。

市税等の納付
は納期内に
お願いします

9月は
右記の納期限と
なっています。

「固定資産税3期・国民健康保険税3期・後期高齢者医療保険料3期・介護保険料3期・住宅使用料・公共下水道使用料・農業集落排水施設使用料・公共下水道受益者負担金3期の納期限です。

納期限および口座振替日は9月30日（水）です。

口座振替で納付している方は、口座残高の確認をお願いします。

【問い合わせ先】収納課 電話42-2111（内線229）

禁煙相談を利用しませんか

「禁煙を誰かに応援してほしい」「禁煙を始めたいけど、きっかけがない」「今すぐ禁煙する気はないけど、どうする方法があるか話だけ聞いてみたい」など、禁煙に興味のある方はいらっしゃいませんか。相談者の中には、その後禁煙外来を利用し禁煙に成功した方が何人もいらっしゃいます。相談に訪れたからといって、その場で禁煙を決意しなくても大丈夫です。あなたの禁煙や健康について、保健師と一緒に考えます。

▼日時：平日9時～16時(事前予約制) ▼場所：市民健康づくりセンター ▼対象：喫煙習慣のある市民
▼申し込み：電話でお申し込みください。

禁煙補助薬を使ってみませんか

禁煙は、ひたすら我慢をするよりも、禁煙補助薬を使用することで辛さを和らげることが出来ます。令和7年度から2年連続、チャレンジした10名全員が禁煙に成功しました。女性の参加者も増えています。

禁煙補助薬ニコチネルパッチ(21,000円分)を使って、一緒に禁煙を始めませんか。補助薬代について、自己負担はありません。

一連の流れ

1. 電話で申し込み時、持病の有無や条件に該当するかどうかを確認
2. 市民健康づくりセンターにて、保健師と面談
3. 指定の薬局に行き、薬剤師に持病や常用薬を申告
4. ニコチネルパッチ使用可能と判断された場合、禁煙と同時に使用開始
5. 禁煙開始～約4カ月間、定期的に保健師とやりとりする

▼対象：下記①～④の条件全てに該当する市民の方

- ①20歳から64歳まで(昭和37年4月2日以降生まれ)の方
 - ②令和8年11月中旬までに禁煙を開始する意志がある方
 - ③保健師との面談(禁煙開始時と4カ月後の計2回)が可能な方
 - ④定期的な電話連絡(5分程度・計4回)に応じることが可能な方
- ※持病によってはパッチを使用できない場合があります。

▼申し込み期間：10月21日(水)13時～
11月 4日(水)17時

※申し込みが5人に達した時点で締め切ります。

▼場所：市民健康づくりセンター

▼申し込み：電話でお申し込みください。



保健協力員の活動を紹介します！

「がん治療をしている人たちに届けたい」という思いから、抗がん剤治療の副作用に対し、外見をカバーするだけでなく、冷えや衝撃から頭皮を保護する役割を持つ「ケア帽子」や胸元をさりげなく隠すことができる「スヌード」を保健協力員が作成しています。

希望に応じて子どもや男性のサイズに合わせて作成することもできます。

作成された帽子やスヌードは健康推進課または市役所国保年金課窓口にて配布していますのでお気軽にお問い合わせください。



有 料 広 告

STIHL 刈払機下取りキャンペーン中!
壊れていても他社製品でもどんな刈払機でも3,000円～下取り

(株)長内土木造園

造園工事一式 ○設計 ○施行 ○管理業務
○整枝剪定 ○伐採 ○草刈り

〒038-3304 青森県つがる市下車力町盛野83
TEL.0173-56-3131 FAX.0173-56-3132

有 料 広 告

現地確認 見積り無料 **屋根・外壁の塗り替え**

屋根塗装	屋根の葺き替え
外壁塗装	外壁の張り替え

前田昭仁(写真左) ●一般建設業 青森県知事許可(般-29)第400424号 ◆ホームページはGoogle

屋根・外壁リフォーム専門店 アートリフォーム(株) 五所川原市七ツ館51-29

電話は今すぐ、こちらから **0173-33-4713**
お電話は担当 前田まで『増改築相談員のいるお店』

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します。



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：10/28(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：10/9(金)9時半～11時半
▼場所：森田公民館
▼相談委員：原田和孝

柏会場

▼日時：10/6(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：10/21(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：10/16(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)



通話録音装置の設置について

市では、職員の接遇意識向上と適正な業務執行を確保するため、通話録音装置を設置します。すべての通話を録音するものではなく、録音の必要性を精査し、必要であると判断した場合のみ録音します。

市役所本庁舎・松の館に電話をかけると、音声メッセージが流れた後に電話が繋がりますので、そのままお待ちください。

また、松の館のみ設置作業日は電話が繋がりませんので、ご了承ください。

▼作業日：9/19(土)

▼運用開始日：9/21(月)

☎ 管財課(内線334)



「木造フォト遊」写真展開催

「木造フォト遊」は写真技術の向上と、市民文化の交流、振興、発展に寄与することを目的に、平成27年4月に設立した写真仲間の会です。21回目の写真展を開催します。

▼日時：9/18(金)～22(火)
9時～16時

▼場所：松の館ギャラリーホール

☎ 木造フォト遊

会長 渡辺典睦 ☎42-2046



つがる市民講座開催

『初めての墓じまい入門』
～何から始める？

費用・手続き・流れを優しく解説～

▼日時：9/30(水)18時～19時

▼場所：松の館 視聴覚室

▼講師：浄土宗専求院 村井麻矢氏

▼参加費：無料

▼申し込み：電話または予約サイト(QRコード)で前日までにお申し込みください。

(先着50人)

☎ 社会教育スポーツ課
☎49-1200



合同訓練を実施します

県防災ヘリコプター「しらかみ」と、つがる市消防本部との合同訓練を下記のとおり実施します。当日は防災ヘリが訓練場所周辺を飛行することにより騒音が発生しますが、ご理解とご協力をお願いいたします。なお、安全配慮のため一般の見学はできません。

▼日時：10/6(火)9時～12時

※災害発生時、悪天候の場合は中止

▼場所：岩木川河川公園(稲垣町豊川藤ヶ酒地内)

▼参加機関：県防災航空隊、市消防本部

☎ 消防本部警防課 ☎42-7745

有 料 広 告

入会条件

① つがる市民 ② 事業所がつがる市にある法人・個人

入会金・年会費

入会金：10,000円 / 年会費：3,000円

販売手数料

・お弁当 10.5%
・お総菜

※冷蔵庫を使用しないもの

・野菜 15.5%
・山菜
・果物
・花
・菓子などの加工品

※冷蔵庫を使用しないもの

冷蔵庫を 17.5%
使用する商品

商品の集荷

農繁期や、高齢で免許を返納してしまった等で出荷が困難な場合は、1回につき300円、でご自宅まで集荷に伺います。

申し込み・お問い合わせ

つがる市農産物直売所 TEL: 0173-25-2865 (担当：成田)

その他ご不明な点等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

つがる市農産物直売所 ～ 出荷会員募集 ～

つがる市農産物直売所では、ご自慢の商品を出荷して下さる方を募集しています！





「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：9/18(金)13時～15時
- ▼場所：松の館 会議室B
- ▼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：昔のおやつ作り、つどい
- ▼運営：認知症の人と家族の会
- ☎ 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：9/25(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：「地域福祉のお話」など
- ▼参加費：お一人100円(お菓子や飲み物代として)
- ☎ 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



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、9/24(木)までに電話で申し込みください。

臨時窓口：9/27(日)8時半～12時
※場所は市役所1階市民課窓口

☎ 市民課(内線262、265、266)



国民年金の電子申請・ 移動年金相談

国民年金の電子申請について

マイナポータルでいつでも資格取得、免除等の電子申請ができます。窓口での手続きよりも手軽に申請することができ、結果もマイナポータル上で確認できます。ご利用にはマイナンバーカードが必要です。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。



10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：10/22(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
(自動音声案内の後、5番)



乳幼児の 口腔機能講座

乳幼児期はお口の機能が大きく発達する大切な時期です。「食べる」「飲む」「話す」などの口腔機能の発達や、健やかな成長につながる生活習慣・関わり方について歯科医師からわかりやすくお話しします。お子さんのお口の発達について一緒に学びましょう。

▼日時：10/1(木)10時15分～11時半

▼場所：市民健康づくりセンター

▼対象：未就学児の保護者・祖父母、妊婦さんとそのパートナー

▼定員：先着15組

▼申し込み：9/25(金)までに「母子モ」アプリまたは電話でお申し込みください。

☎ 子育て健康課(内線306)



労働相談会

個々の労働者と事業主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：①10/4(日)10時～12時
②10/6(火)13時半～15時半

▼場所：①弘前市総合学習センター(弘前市大字末広4-10-1)

②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、事業者

▼申し込み：電話で予約を受け付けています。(事前予約優先)

☎ 青森県労働委員会事務局
☎ 017-734-9836



「国際交流フェア」を 開催します!

毎年恒例のお楽しみイベントが今年も開催されます!今回のテーマは「ハロウィン」。県内の国際交流員(CIR)と外国語指導助手(ALT)が海外料理をふるまうほか、ゲームやクラフト制作などお楽しみが盛りだくさん!

仮装をしてご来場いただいた方にはお菓子をプレゼントします。ぜひご家族やお友達と一緒に遊びに来てください!

▼日時：10/4(日)13時～16時

▼場所：松の館 交流ホール

▼主催：つがる市姉妹都市協会

☎ 地域創生課(内線351)



有 料 広 告

一級塗装
技能士のお店



三栄塗装工業(有)

- 一般建設業 県知事許可(般-27)第017671号 ●五所川原塗装工業会会員
- 日本塗装技術研究会会員 <https://nittogiken.net>

屋根・外壁塗装は
お任せください!

その他何でも
ご相談ください

- ▶鉄骨・階段塗装
- ▶木部塗装
- ▶ベランダ防水

お見積り・
現地調査 無料!

まずはお気軽にご相談ください!

0173-42-3818

三栄塗装工業
Instagram



☎ つがる市木造林宮津12番地3

有 料 広 告

内職者募集中!

すきま
時間に

在宅
ワーク

自動車用ゴム製品の外観チェック作業

- ・応募資格：18歳～50歳くらいの方で週15時間程度作業可能な方
- ・給 与：歩合制(作業した量に応じてお支払いいたします)

【目安】1日3～6時間で月1万円～7万円(月10万円以上可能)

お問
合せ 株式会社ポリマー青森
〒038-2816
つがる市森田町森田月見野370

☎ 0173-23-0152(受付：平日9～17時)
✉ naishoku@miyasaka-p-a.co.jp
～内職希望とお伝えください～



食育推進事業 「第2階料理教室」 参加者募集!

▼メニュー：さつまいもごはん、なめこの味噌汁、ごま豆腐、いなり焼き、フルーツ寒天

▼日時：10/20(火)9時～13時
受け付け8時45分

▼場所：松の館 調理室

▼対象：つがる市内在住の方

▼定員：16人(申し込み多数の場合は抽選)

▼申し込み：10/9(金)までに電話でお申し込みください。

▼持ち物：三角巾、エプロン、参加料(1人500円)

問 農林水産課(内線422)

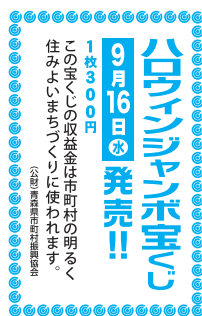


最高裁判決を踏まえた 保護費の追加給付

国の最高裁判決に基づき、過去の生活扶助基準改定に伴う差額分を追加給付します。対象は平成25年8月～令和8年3月に受給歴がある世帯等です。現在受給中の方は手続き不要ですが、過去に受給していた方は申請が必要です。詳細は市HPが窓口でご確認ください。

▼申し込み：令和9年3月31日(水)までに窓口へ持参または郵送

問 保護課(内線523)



こども誰でも通園制度

こども誰でも通園制度は、保護者の就労などの要件を問わず、保育所等に通っていないお子さんが時間単位で通園できる制度です。

▼対象：0歳6カ月～満3歳未満(3歳の誕生日の前々日まで利用可能)で、保育所、幼稚園、認定こども園、小規模保育事業所などに在籍していない子ども

▼対象施設：◆認定こども園木造西幼稚園(木造越水駒田6-1)

◆幼保連携型認定かしわこども園(柏桑野木田浅井45-1)

◆保育所型認定かしわあつぷるこども園(柏鷺坂清見9-5)

▼利用料：1時間当たり基本300円とし、利用料は施設ごとに異なります。※給食費やおやつ代など、別途実費負担が必要な場合があります。

▼申し込み：制度の利用には、乳児等支援給付認定を受ける必要があります。

- ①こども誰でも通園制度総合支援システムポータルサイト(つうえんポータル)にアクセスし、利用申請する
- ②利用申請の内容を市で確認後、認定証・アカウントを発行
- ③事前面談：システムから、利用したい施設へ事前面談の予約
- ④利用予約：システムから、利用したい施設の利用日を選択し、予約(初回は事前面談実施後)

※詳細は市ホームページをご覧ください。



問 子育て健康課(内線302)



使用済み小型 二次電池の回収 について

市では、使用済み小型二次電池の回収を行っています。膨張した等の理由により、販売店で回収できなかったものも対象となります。市民課環境衛生係で回収します。窓口までご持参ください。

回収できるもの

リチウム蓄電池、ニカド電池、ニッケル水素電池、密閉型鉛蓄電池、その他種別の特定が困難な二次電池

回収できないもの

使い切りタイプ電池(リチウム一次電池、乾電池)は回収対象外です。また、つがる市民が排出するものが対象であり、市外の方や事業者排出のものは対象外となります。

※詳しくは市ホームページをご確認ください。



問 市民課(内線267)



木造駅前 縄文ふえす2026 ～JOMON COME ON!!～

約1万年間、大きな争いがなかった平和な時代を楽しみながら、今の時代につなぐイベントです。

火起こしや、しゃこちゃんキーホルダー作りなど、子どもから大人まで楽しめる体験コーナーや、飲食店・キッチンカーもやって来ます。

ぜひ遊びに来てください!



▼日時：9/27(日)10時～18時

▼場所：木造駅前縄文公園(雨天決行)

問 じょうもんズ 徳田
☎67-4540



有 料 広 告

法律相談は弁護士会へ

青森県弁護士会所属の地元の弁護士事務所が弁護士の相談が迅速に受けられます。

受付時間／平日午前9時から午後5時
相談料／30分 5,000円(税別)

※但し法テラスの扶助が利用できる場合無料

午前中に電話→当日15時～17時相談可能
それ以外の場合→弁護士を紹介します!

今すぐあなたの
助けになりたい

お申込・お問合せは 青森県弁護士会 弘前支部まで (TEL.0172-33-7834)

広告募集中!

「広報つがる」への広告、
「市ホームページ」へのバナー広告を
募集しています。

◆詳しくは、市ホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】秘書政策課 電話23-3265



「稲わら」や「もみ殻」は貴重な有機資源です



【問い合わせ先】農林水産課 電話42-2111(内線413)

稲わらやもみ殻は、土づくりのための秋すき込みや堆肥としての使用、飼料用や敷わらとして畜産農家へ提供するなど、さまざまな場面で効果的に活用できます。

稲わら等の農作物残渣を焼却すると、地球温暖化の原因となる温室効果ガスが排出されるほか、臭いや煙により、近隣住民の健康被害を引き起こす可能性もあります。

貴重な有機資源である「稲わら」や「もみ殻」は、焼却せずに環境に優しい米づくりに努めましょう!

クロスワードに挑戦!

タテとヨコの問題を解いて、AからFの文字を並べて言葉を作ってみよう!

ヒント スイカやナガイモの産地として有名な丘陵地帯

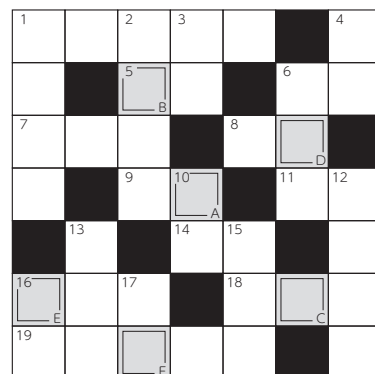
【タテの問題】

- 1 9月の大型連休のこと、__ウィーク
- 2 釣った魚の形を紙に写し取ったもの
- 3 「thursday」は__曜日
- 4 __が赤くなると医者者が青くなる
- 6 __を売る。火に__を注ぐ。水と__
- 10 最下位のこと
- 12 アコヤガイなどが作り出す宝石
- 13 元素記号「C」。ダイヤモンドの主成分
- 15 2で割り切れない整数
- 16 そばやうどんを盛り付けるのに使う、編んで作られた器
- 17 結婚25周年は「__婚式」



【ヨコの問題】

- 1 つがる市農産物直売所で売られているお餅
- 5 不足、不満を満たしたいと思う心。食__、物__、睡眠__
- 6 読書の? 芸術の? スポーツの?
- 7 ジャンプして移動する昆虫。オンブ__、トノサマ__
- 8 白い根菜。別名はスズナ。漢字で書くと「蕪」
- 9 待ち焦がれるさま、__を長くして待つ
- 11 __植物⇄被子植物
- 14 役に立つ道具。文明の__
- 16 唐揚げに似ている北海道のご当地グルメ
- 18 アラビア__、ローマ__、漢__
- 19 フィリピン最大の島。首都マニラもあります



応募方法: ハガキかQRコードからご応募ください。QRコードの場合は、Googleへのログインが必要です。

記入事項: 答え、住所、氏名、年齢、広報つがるに対する感想などを必ずご記入ください。

応募先: 〒038-3192

つがる市役所 秘書政策課宛

正解者の中から抽選で5人に「トマトジュース のんでみへんが!」をプレゼントします。(毎月25日必着)



8月号の答えは「シンデンヒマツリ」でした。69名様より応募していただきました。

当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。



伊藤鉱業アリーナつがる



おすすめプログラム紹介

■ヨガ(人気プログラム)

▼開催日：毎週火曜日 10:00~11:00

▼場所：多目的室

▼定員：25人

▼料金：1回500円(券売機でご購入ください)

<プログラム内容>

肩こり腰痛、冷え、むくみ、不眠やイライラなど体質だからと諦めていませんか？なんとなく抱えているその不調、ヨガと中医学の知識で内側から改善することができますよ。通うたびに元気になる、心も身体もまるごとケア。日々のリフレッシュとしてヨガへ参加してみませんか？



■ボディアタック(新プログラム)

▼開催日：毎週火曜日 20:05~20:50

▼場所：多目的室

▼定員：25人

▼料金：1回450円(券売機でご購入ください)

<プログラム内容>

高強度な有酸素運動、自重筋力トレーニング、スポーツの動きを組み合わせたレスミルズが提供する全身フィットネスプログラムです。ハインテンシティでハインパクト「高衝撃」エクササイズであることで一層のトレーニング効果を得られ、より高いワークアウトを望んでいる方に最適です。



■マットピラティス(新プログラム)

▼開催日：毎週月・木曜日 9:30~10:15

毎週月曜日 19:15~20:00

▼場所：多目的室

▼定員：20人

▼料金：1回1,500円(券売機でご購入ください)

<プログラム内容>

いつまでも自分の足で歩きたい、姿勢を良くしたい、転びたくない、肩こり腰痛を改善したい、健康寿命をのばしたい方におすすめです。60代~70代、10年後も自分の足で歩くために無理なく続けられるピラティスで姿勢、筋力、バランス力を整えましょう。



■リフォーマーピラティス(新プログラム)

▼開催日：毎週月・木曜日 10:30~11:15

▼場所：多目的室

▼定員：6人

▼料金：1回3,000円(券売機でご購入ください)

<プログラム内容>

有酸素とピラティスのいいとこどりでガッツリ汗をかきたい方、お待ちしております！リフォーマージャンプでしっかり身体を動かしたい方は、まずはマットピラティスで呼吸や姿勢などの基本を身につけていただくことで、リフォーマーの効果をより感じやすくなります。

※各種プログラムの申し込みは、下記へ電話または、窓口で受け付けています。

※天候等で急きょプログラムが中止となる場合もありますので、予めご了承ください。



〒038-3138 青森県つがる市木造若緑64番地

●電話：0173-23-3231 ●開館時間：9時~21時 ●9月の休館日：9月24日(木)



つがる市立図書館

TSUGARU CITY LIBRARY

イベント

※参加無料・申込不要

※都合により日程・開催場所等が変更になる場合あり

おはなしひろば 【つがる市読み聞かせ隊】

★毎月第3日曜日11時～ セミナー・学習室
10月18日(日)

おはなし会 【図書館スタッフ】

★ハロウィンスペシャル10時30分～ セミナー・学習室
10月31日(土)

絵本や紙芝居などの読み聞かせをしています。
0歳からでも参加できますので、お気軽にお越しください。

お知らせ

■設備工事による臨時休館■

設備工事により、下記の期間を休館させていただきます。
本の返却はブックポストをご利用ください。

また、本来は9月28日(月)を休館予定としていましたが、通常通り開館します。ご不便をおかけしますが、ご理解の程よろしくお願ひいたします。

令和8年9月14日(月)～17日(木)計4日間

◆バリアフリー映画上映会◆ 『重力ピエロ』

【日時】10月3日(土)
14時上映開始(開場13時30分)

【会場】セミナー・学習室

【定員】先着30名

【申込】9月18日(金)10時より
当館カウンターまたは電話にて受付開始

【原作】伊坂 幸太郎

【監督】森 淳一

【出演】加瀬 亮/岡田 将生

二人の兄弟が連続放火事件と現場に残されたグラフィックアートとの関連を調べていく。すると、ある真実が明らかになっていく…。

★バリアフリー映画とは、目や耳が不自由な方も楽しめる日本語字幕と音声ガイド付きの映画です。

おすすめの本

※本の表紙の画像は、各出版社の使用規程に基づいて掲載



タイトル：かぎ針で編む花束ブランケット
編：日本文芸社
出版社：日本文芸社

◆内容紹介◆

贈り物にぴったりの、くるっと丸めると華やかな花束になるかぎ針編みのブランケットを紹介する。花束風のマフラーやショール、バッグ、コースターなどの小物の編み方も掲載。



タイトル：葵の紋を継ぎまして。
著：山岸 美喜
出版社：KADOKAWA

◆内容紹介◆

女性が当主になること、先祖が日本の歴史の重要人物であること。徳川慶喜家初の女性当主が、「家じまい」に向けた奮闘を、家族に伝わる記憶や、徳川慶喜にまつわる逸話とともに綴る。



タイトル：ベンチのゆうれい
作：マージョリー・ワインマン・シャーマット
訳：小宮 由 絵：早川 世詩男
出版社：岩波書店

◆内容紹介◆

夜になると公園のベンチに現れるふたりのゆうれい、ベンジャミンとジャスミン。ある夜、たいくつだったふたりは、かつてこのベンチでおこったできごとのお話することに…。たのしいお話のはじまりはじまり。



タイトル：しんぱいこうさぎとむりのともだち
作：ブリッタ・テッケントラップ
絵：三原 泉
出版社：BL出版

◆内容紹介◆

こうさぎは、いつもしんぱいです。どうしよう、風で木が倒れたら？どうしよう、かくれんぼで見つけてもらえなかったら？こうさぎは、巣穴に閉じこもってしまいますが…。小さい子どもの不安な気持ちによりそう絵本。



〒038-3107 青森県つがる市柏稲盛幾世41番地 (イオンモールつがる柏内)

●電話：0173-25-3131 ●開館時間：10時～20時 ●9月の休館日：14日(月)～17日(木)



我が家の アイドル

9月生まれの子ども
(令和8年8月現在)

	男の子	女の子
1歳	2人	3人
2歳	4人	2人
3歳	5人	4人



いずみ や え に
泉谷 縁丹ちゃん
3歳 (柏下古川)



おお や る い
大谷 琉偉くん
3歳 (森田町上相野)



き わら え い すけ
木村 瑛介くん
3歳 (柏上古川)



さ どう ま い
佐藤 茉衣ちゃん
1歳 (木造桜川)



さん の へ こ こ み
三戸 琥己美ちゃん
3歳 (木造永田)



すぎ も り つ き
杉森 月祈ちゃん
2歳 (木造藤田)



そう ま し ょ う き
相馬 翔季くん
3歳 (木造浮巢)



た わ ら ゆ い
田村 結衣ちゃん
1歳 (木造追広)



ひ ら か わ ゆ と ら
平川 夢虎くん
1歳 (柏桑野木田)

11月生まれ 写真募集中

令和8年11月に1、2、3歳の誕生日を迎える市内在住の子の写真を募集しています。締め切りは今月の末日。詳しくはホームページをご覧ください。

【応募・問い合わせ先】

〒038-3192 つがる市秘書政策課
メール koho@city.tsugaru.lg.jp



ホームページは
こちらから



メールでの応募は
こちらから

電話23-3265 (課直通)

姉妹都市交流で相互理解を深める



市内の小学6年生が7/29~7/31、5年生が8/5~8/7の日程で白老町を訪問しました。同町で盛んなキンボールスポーツ体験やアイヌの伝統楽器「ムックリ」作りなどを通して、姉妹都市交流について見聞を広げました。