

KAZUNO

広報かづの
9 月号 2023.9.1
(令和5年)
No.989



雨中の激走——



毛馬内盆踊り

優雅に舞う

昨 年11月にユネスコ無形文化遺産に登録された「風流踊り」の一つで、本市で傳承されている「毛馬内盆踊り」(毛馬内の盆踊)が8月21日から23日まで、毛馬内こもせ通りで開催されました。3年ぶりの開催となった昨年は2日間のみの開催でしたが、今年は4年ぶりの通常開催。

昔ながらのこもせが連なる町通りにはかがり火がたかれ、太鼓と笛の囃子で踊る「大の坂」、無伴奏で唄のみで踊る「甚句」が順に披露され、訪れた観客は、優雅な踊りに魅了されていました。また、踊りの列に入って一緒に踊る観客の姿も見られ、多くの人々が盆踊りを楽しみました。東京から訪れた女性は「バチをしなせながら太鼓をたたいていて素晴らしい。踊りは、見ていたらついでに体を動かしたくなって一緒に踊った。楽しくて良い思い出になりました」と話していました。

HAPPY BIRTHDAY — 今月のお誕生日 —



こたろう
栗山 琥大朗くん1歳

令和4年9月22日生(花輪)
父・大さん/母・芽衣さん

ニコニコ笑顔がみんなの癒やし♡お外が大好きな元気いっぱい猛獣！健康で大きくなあれ！



ふうか
根本 楓海ちゃん1歳

令和4年9月8日生(八幡平)
父・智将さん/母・夕佳さん

我が家のおてんば娘。いたずら大好き!! 食べるの大好き!! いつも皆を癒やし、笑わせてくれます♡

写真を募集しています!!

メールで、①氏名(親)②お子さんの名前(ふりがな)③住所④お子さんの生年月日⑤メッセージ・紹介文(50字以内)を記入し、写真を添付してお送りください。右の二次元



コードからも申込可能です。

○申込期限

お子さんの誕生日の前月10日

※掲載は先着3人まで。

☎政策企画課 政策推進班

☎30-0205

seisaku@city.kazuno.lg.jp

CONTENTS — 目次 —

- 2 今月のお誕生日
- 3 TOP NEWS 毛馬内盆踊り
- 4 災害から身を守るために
- 6 令和5年度市民アンケート結果の公表
- 8 まちの話題
- 10 かつの高校生広報室 第1回活動報告
- 12 全国サマノルスキー大会、検診のお知らせ ほか
- 14 認知症特集
- 16 市からのお知らせ
- 22 情報の広場
- 24 ショップ・ノート Sopron note、おらほの自治会 ほか
- 26 シルバーリハビリ体操、ECO & LIFE ほか

COVER

— 今月の表紙 —



第34回全国ローラースキー選手権大会が8月11日と12日、花輪スキー場ローラースキーコースで開催され、全国から262人の選手が参加しました。12日は、時折激しい雨が降る中、選手たちは雨に負けず、自分の限界を超えようと懸命に滑走していました。

↓ 昨年8月に本市を襲った大雨災害



災害から身を守るために

災害が発生したとき、最も大切なのは自分の命を自分で守る「自助」の意識。日頃から一人一人が防災対策を心がけることで、災害時の被害を少なくすることができます。

☎ 総務課 危機管理室 ☎ 30-0299

家具の置き方を工夫していますか？

過去の大地震では、多くの人が倒れてきた家具の下敷きになって亡くなったり、大けがをしました。大地震が発生したときは「家具は必ず倒れてくるもの」と考えて、壁に固定するなど転倒防止対策をしておく必要があります。

食料・飲料水などの備蓄は十分ですか？

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や保存の効く食料などの備蓄をしておきましょう。

防災のために特別なものを準備するのではなく、普段の生活の中で利用している食品や飲料水を備えるようにしましょう。



備蓄する非常食などは自宅での避難生活を想定して、最低3日分、できれば1週間分備えることが推奨されています。

その際には、「災害用伝言ダイヤル」のサービスを利用しましょう。

災害時の危険箇所は、確認していますか？

崩れやすいがけ地の近くや、河川の氾濫により家が浸水する恐れのある区域に住んでいる人は、大雨の時に避難が必要です。

昨年4月に全世帯に配布した「総合防災マップ」では、土砂崩れの災害の危険度が高い箇所を表した土砂災害警戒区域や、河川が氾濫した場合にどれだけ浸水するかを表した浸水想定区域を確認することができます。

鹿角市防災ラジオ

市では、災害発生時に緊急放送を発信します。通常のラジオ放送を受信しながら、緊急放送を自動的に受信する機能を持つ「防災ラジオ」を1台3,500円で貸し出しています。

※自主防災組織が当該組織に加入している世帯の8割以上の世帯にまとめて配布する場合は、貸与費用を1台2,000円に減額します。

※5年以上の利用で返却の必要がなくなります。



非常用持ち出しバッグの準備はできていますか？

自宅が被災したときは、安全な場所に避難し、避難生活を送るようになります。非常時に持ち出すものをあらかじめリュックサックに詰めておき、いつでも持ち出せるように準備しておきましょう。

もしもに備え、情報収集手段は万全ですか？

す。自宅の周辺にどのような危険があるのか日頃から確認しておきましょう。

避難場所や避難経路は、確認していますか？

いざ災害が起きた時に慌てずに避難するために、避難場所と避難経路を事前に確認しておきましょう。市で開設する避難所は下記のとおりですが、災害の規模に応じて小学校などを第2避難所として開設する場合もあります。

災害用伝言ダイヤル「171」の利用方法

伝言の録音と再生ができます。

①「171」にダイヤル

↓↓ (音声ガイダンスが流れる)

②録音の場合「1」を押す

再生の場合「2」を押す

↓↓ (音声ガイダンスが流れる)

③連絡を取りたい電話番号を入力

例) 0186-●●-●●●●

※市外局番からダイヤル

※携帯電話も登録可能

↓↓ (音声ガイダンスが流れる)

④ガイダンスに従って録音 (再生)



「防災士」の資格取得を応援します

自治会や自主防災組織における防災活動のリーダーとなる人材を育成することを目的に、防災士の資格取得を目指す人を募集しています。防災士になるためには、秋田市で開催される研修講座(2日間)と、消防機関で実施する救命救急講習を受講後、資格取得試験に合格することが必要です。

県と市が共同で実施する防災士養成事業では、実質無料で資格を取得できますので、希望する人は総務課危機管理室(☎ 30-0299)までご連絡ください。

市内の避難所一覧

防災ラジオやメール配信サービスなどで、避難所の開設情報を発信しますので、情報を収集し、お近くの避難所に避難してください。

※開設状況について

- 開設します
- △ 他の避難所開設を優先
- × 開設しません

地区	指定避難所	所在地	開設状況	
			大雨	地震
花輪	文化の杜交流館コモッセ	花輪字八正寺 13	×	○
	柴平地域活動センター	花輪字八幡平 12-1	○	○
	交流センター	花輪字荒田 1-1	○	○
	交流 (MIT) プラザ	花輪字上花輪 128-1	○	△
十和田	福祉保健センター	花輪字下花輪 50	○	△
	大湯地区市民センター	十和田大湯字権現堂 22-1	○	○
	十和田市民センター	十和田毛馬内字城ノ下 7-5	○	○
	錦木地区市民センター	十和田錦木字浜田 91-1	×	○
尾去沢	尾去沢市民センター	尾去沢字軽井沢 46-5	○	○
八幡平	八幡平市民センター	八幡平字小豆沢 114	×	○
	谷内地区市民センター	八幡平字仲の沖 100	○	△

鹿角市メール配信サービス

e-kazuno@xpressmail.jp



上記アドレスに空メールを送信すると登録用のメールが返信されます。画面に従い入力することで登録できます。

※防災情報のほか、設定することでさまざまな情報を受信できます。

鹿角市
ホームページ



秋田県防災
ポータルサイト



国土交通省
(河川情報)



気象庁



防災情報を発信しています

Topic 04 第76回十和田八幡平駅伝競走大会 真夏の鹿角で襷をつなぐ



第76回十和田八幡平駅伝競走大会が8月7日に開催され、全国から16チームが参加し、真夏の鹿角を駆けました。「十八駅伝」の愛称で知られる同レースは、標高差852㍔の起伏に富んだコースが特徴で、炎天下の中、懸命に走る選手たちに、沿道からも熱い声援が送られました。結果は、小森コーポレーションAチームが優勝を飾っています。

Topic 05 かつの未来塾 夏休みの勉強をサポート



夏休みの子どもの勉強を地域の大人たちがサポートする「かつの未来塾」が7月22日から27日まで、花輪市民センターなどで開催されました。市内の小・中学生が参加し、元教員などの学習支援員が子どもたちの分からない部分などを解説。参加した児童は「分かりやすく教えてもらえて、宿題が進んで良かった」と話していました。

Topic 01 暑さに負けずに、力走!!

浅利純子杯争奪第17回鹿角駅伝



浅利純子杯争奪第17回鹿角駅伝が7月29日に、花輪スキー場ローラースキーコース特設コースで開かれ、市内をはじめとする北東北の小・中学生が参加しました。当日は天候に恵まれ、出場した選手は日頃の成果を発揮し、優勝を目指して競い合いました。



Topic 06 武蔵野大学生と地元中高生による市街地活性化 東京の学生が市内で調査



市が包括的連携協定を結んでいる武蔵野大学（東京都）の学生と地元の中高生が、8月9日から2日間、街頭インタビューやワークショップなどを行いました。学生たちからは、中心市街地の魅力を具現化し、若者がチャレンジできるビジネスプランを提案いただき、次年度に実証事業を行う予定です。

Topic 07 プレミアム付商品券を販売 利用期間は11月末まで



鹿角市くらし応援プレミアム付商品券の販売が7月18日から27日まで、文化の杜交流館コモッセなどで行われました。この商品券は、物価の高騰などによる市民の負担を軽減することなどを目的に、5千円で1万円分の商品券が買えるというもの。商品券の利用期限は11月末までですので、使い忘れないようご注意ください。

Topic 02 秋田県子ども・子育て支援知事表彰 幸せサポートいろどりに知事表彰



NPO 幸せサポートいろどりが「秋田県子ども・子育て支援知事表彰」を受賞し、8月7日、市長に受賞を報告しました。同団体は、地域の家庭や企業で余った食料品などを取りまとめ、ひとり親世帯などへ無料提供するフードパントリー活動や、地域のイベントなどと連携して親子食堂を出店し、地域の子ども・子育てに貢献する活動が評価されました。

Topic 03 花輪ばやし 祭りの熱気、完全復活



市内最大の祭典である「花輪ばやし（花輪祭の屋台行事）」が8月19日と20日、花輪商店街通りやJR鹿角花輪駅前で行われました。昨年は規模を縮小しての開催でしたが、今年は4年ぶりとなる通常開催。本漆と金箔で彩られた10町内の豪華絢爛な屋台と、夜通し鳴り響く勇壮な囃子の競演が観客を魅了し、市内は祭りの熱気に包まれました。

↓ソフトクリームに黒みつときな粉がミックスされた和パフェ（1個 350 円）



ソフトクリーム 1

奈良亀

○住所 花輪字下花輪 76 番地
○営業時間 平日 10 時～18 時（木曜日定休）
○電話 23-2516



私は奈良亀さんに取材に行きました。豆乳を使ったソフトクリームとおからドーナツをいただきました。ソフトクリームは一般的なものに比べ豆乳の味が強く、また違ったおいしさがあり、おからドーナツは甘さ控えめでもちもちしていました。お店の隣には、「とうふ定食」が食べられる食堂があり、そこでいただいた自然の水も良い味でした。また食べに行きたいです！（SK）



ソフトクリーム 2

ディア珈琲

○住所 花輪字八正寺 13 番地（文化の杜交流館コモッセ内）
○営業時間 10 時～20 時
○電話 22-4130



コモッセの中にあるディア珈琲さん取材してきました。内装は落ち着いた色で構成されていて、コモッセとの統一感があります。今回、僕はソフトクリームをいただきました。夏によく売れるメニューということで、ヒンヤリ冷たくとても美味しかったです。お店の中には、海援隊さんや go!go!vanillas さんなど、たくさんの有名人のサインが飾っており、とても人気なお店だと分かりました！（しま）



↑ソフトクリーム（280 円～）のほか、スフレパンケーキやサンデー各種などのスイーツ、タピオカドリンク（写真奥、400 円）なども注文できる

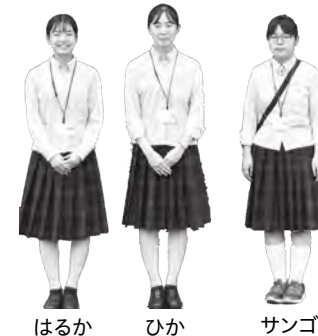
取材を終えて

一日取材をしてみて、お店側は当たり前ではありますが、お客さんを考えたお店づくりをしていることが改めて分かりました。それは大変なことだと思いますが、それを習慣として身につけている姿が素晴らしいかったです。私も見習って良い大人になりたいと思いました。（サンゴ）

取材を引き受けてくださったお店の皆さん、ありがとうございました。



（私たちが取材してきました！）



はるか ひか サンゴ

高校生ならではの視点で魅力を発信

かづの高校生広報室

今年度 1 回目の活動は、「花輪市街地のまち歩きカフェ巡り」と「市内のソフトクリームマップを作ろう」をテーマに、広報室員 5 人が市内のお店取材してきました。食べた感想やおすすめポイントなどを紹介します。 ☎政策企画課 政策推進班 ☎ 30-0250



カフェ巡り 1

おれんじ

←パンケーキ・チョコアイス（写真中央、450 円）やフルーツパフェ（写真奥、600 円）など、メニューはボリューム満点
○住所 花輪字六月田 50 番地 1
○営業時間 10 時 30 分～20 時（火曜日定休）
○電話 22-0725



花輪のカフェ「おれんじ」に行きました。このお店のこだわりは全て手作りで作っていることです。ソースも 6～7 時間かけて作っているそうです。そしてこのお店の夢は「たくさんの方が来ること」とのことでした！私はフルーツパフェを食べました！バナナやオレンジなど何種類ものフルーツが盛られており、とってもおいしかったです！皆さんもぜひ訪れてみてください！（ひか）



カフェ巡り 2

ヨコハマ

○住所 花輪字堰向 11 番地
○営業時間 10 時～21 時
○電話 22-0625

カフェのヨコハマにお邪魔しました！「全部手作り」がモットーだそうで、ソースまで何時間も煮込んで作っているそうです！私はストロベリーパフェをいただきました！暑い夏にぴったりで、「かわいい」いちごの味を楽しめました。内装も写真の通りカモメや浮き輪のオブジェなどがあり、レトロな雰囲気がとても素敵です！放課後に友達とおいしい料理や雰囲気を楽しめそうな、素敵なカフェでした！（はるか）



↑暑い夏にピッタリのストロベリーパフェ（600 円）

がん検診 申し込みはお早めに

胃がん検診（バリウム）

昨年度受診した人と今年度申し込みをした人には、8月下旬に通知書を送付しています。通知書が届いていない、申し込みを忘れた場合はご連絡ください。

○期間 9月11日㊤～10月13日㊤

○対象 40歳以上

○料金 1,500円

※51～60歳（昭和38年4月2日～昭和48年4月1日生）は無料

前立腺がん・肝炎ウイルス検診（採血）

昨年度受診した人と今年度申し込みをした人には、9月上旬に通知書を送付します。

○対象

- ・前立腺がん 50歳以上の男性
- ・肝炎ウイルス 40歳以上で市の肝炎ウイルス検診を受けたことがない人

○料金

- ・前立腺がん 700円
- ・肝炎ウイルス 800円

※40歳は無料

日にち	場所 (受付13時～15時)
25日㊤	八幡平市民センター
26日㊤	十和田市民センター
27日㊤	十和田市民センター
28日㊤	文化の杜交流館 コモッセ
29日㊤	文化の杜交流館 コモッセ

子宮がん・乳がん検診

○対象（令和6年4月1日時点の年齢）

- ・子宮がん 20～39歳の女性、40歳以上の偶数年齢の女性
- ・乳がん 40歳以上の偶数年齢の女性、41歳の女性

○料金

- ・子宮がん 2千円
※21～35歳は無料
- ・乳がん 2千円（40～48歳）
1,400円（50歳以上）
※41歳、42歳、44歳は無料

○予約方法 希望する日の3週間前までに以下のいずれかの方法で予約する。

■Web予約 二次元コードを読み取る。初めての人は、新規登録をしてから予約してください。



■電話予約 すこやか子育て課（☎30-0119）に電話する。

検診日程

子宮がん・乳がん検診

場所	受付時間	月	火	水	木	金	土	1日の定員
いけがみレディースクリニック	10時～11時	○	○	○		○	○	午前・午後各5人
	14時30分～17時	○	○		○	○		
かづの厚生病院	7時50分～8時	●	◎	●	●			3～5人
	8時50分～9時					●		

※「○」の日は子宮がん検診のみ、「◎」の日は乳がん検診のみ、「●」の日は子宮がん検診と乳がん検診の両方を同時に受診できます

乳がん検診（集団）

場所	検診日	受付時間	定員
文化の杜交流館 コモッセ	10月31日㊤	13時30分～14時 14時～14時30分 16時30分～17時 17時30分～18時	各時間15人
	11月1日㊤	10時～10時30分 10時30分～11時	
十和田市民センター	11月2日㊤	13時～13時30分 13時30分～14時	

※マンモグラフィ検査は男性技師が対応する場合があります

☎ すこやか子育て課 健康づくり班 ☎30-0119

※受付は平日8時30分～17時15分
（水曜日は19時まで）

市ホームページは
こちら→



がん検診に関する情報は、市ホームページや、4月に配布した令和5年度健康づくりガイドをご確認ください。

2023 全国ジュニアサマーノルディックスキー大会 IN 鹿角 兼 2023 鹿角サマージャンプ・コンバインド大会

本格的なスキーシーズンを前に、夏場のトレーニングの成果が試される前哨戦として、サマーノルディックの聖地「花輪スキー場」を会場に第17回大会を開催します。冬の競技とはまた違った魅力がありますので、ぜひ会場にお越しいただき、選手の熱い戦いに声援をお願いします。

☎ スポーツ振興課 ☎30-0297

大会スケジュール

10月7日㊤

開始時刻	競技	会場
ローラースキー競技		
9時	フリー	花輪スキー場 ローラースキーコース
10時30分	クラシカル	花輪スキー場 ローラースキーコース
スペシャルジャンプ・コンバインド競技		
8時	スペシャルジャンプ	花輪シャンツェ

10月8日㊤

開始時刻	競技	会場
ローラースキー競技		
9時	フリー	花輪スキー場 ローラースキーコース
コンバインド競技		
9時	コンバインドジャンプ	花輪シャンツェ
13時	コンバインドクロスカントリー	花輪スキー場 ローラースキーコース

秋田 25 市町村対抗駅伝

日時 10月1日㊤ 12時スタート
場所 由利本荘市 市内循環特設コース

「秋田 25 市町村対抗駅伝ふるさとあきたラン！」は、県内各市町村が持ち回りで会場となり、各世代の指定選手8人でチームを構成する、市町村対抗駅伝です。本市チームも出場予定ですので、ぜひこの機会に会場へ足を運んでいただき、チームへ熱い応援をお願いします。

☎ スポーツ振興課 ☎30-0297



下水道使用料と農業集落排水使用料の改定 ※2回目のお知らせです

令和5年9月の使用(検針)分から新しい使用料が適用されます

下水道事業の経営は、下水道を使用する皆さんからいただく下水道使用料によって支えられていますが、広報5月号でもお伝えしたとおり、下水道事業の健全な経営を図るため、10月請求分から新しい使用料が適用されますので、ご理解とご協力をお願いします。

下水道使用料 料金表（消費税込み）

区分	使用水量	現行料金	改定料金
基本使用料	0～10m ³	1,650円	1,915円
	11～20m ³	176円	205円
超過使用料 (1m ³ あたりの単価)	21～50m ³	187円	220円
	51～100m ³	198円	235円
	101m ³ ～	209円	250円

農業集落排水使用料 料金表（消費税込み）

区分	現行料金	改定料金
基本料金 (一世帯あたり)	2,189円	2,540円
人員割料金 (世帯員1人あたり)	616円	715円

改定使用料適用の流れ

基本的に水道の使用水量が下水道の使用水量となるため、検針員が毎月22日頃から水道メーターの検針を行っています。

そのため、8月使用分までは「9月請求分」として旧料金で使用料を算定・請求しますが、9月使用分からの「10月請求分」は新料金で算定・請求します。

適用イメージは、市ホームページを参考にしてください→



☎ 上下水道課 管理班 ☎30-0275

もっと知ろう もっと語ろう 認知症

あんしん長寿課 介護予防班 ☎ 30-0103

9月は世界アルツハイマー月間、9月21日は世界アルツハイマーデーです。

認知症に関する認識を高め、世界中の患者と家族に援助と希望をもたらすことを目的に全国各地で啓発活動が行われています。

ここでは、本市の今年度の取り組みを紹介します。

世界アルツハイマー月間パネル展

認知症カフェ・認知症サポーター養成講座・認知症高齢者等お守りシールなど、本市の取り組みをパネルで紹介します。

○日時 9月14日(木)～28日(木)

○場所 文化の杜交流館コモッセ
こもれば広場



特設！認知症カフェ

どなたでも利用できるカフェです。お茶を飲みながらゆったりと過ごせるほか、認知症に関する不安、介護に関する相談をすることができます。

○日時 9月21日(木) 9時30分～15時

○場所 文化の杜交流館コモッセ
こもれば広場

○内容 認知症に関するミニ講話や紙芝居、シルバリーハビリ体操など

○利用料 無料(昼食は出ません)

※今月のカフェ日程はP19に掲載しています



認知症に関する図書コーナー

認知症に関する書籍がたくさんあることをご存じですか。認知症の解説や医療の受け方、介護サービスの内容、家族介護の様子などを知ることができます。

○期間 9月5日(火)～28日(木)

○場所 花輪図書館・十和田図書館
特設コーナー

介護相談 in コモッセ

認知症を含む介護に関する相談のほか、「もしかして認知症かも？」という不安も話せる相談会です。介護支援専門員(ケアマネジャー)が対応します。

○日にち 9月19日(火)～23日(土)

○時間 9時30分～12時、
13時～16時

○場所 文化の杜交流館コモッセ
こもれば広場

○利用料 無料

街頭キャンペーン

認知症に関する相談窓口などが書かれたチラシやティッシュを配り、早めの専門機関への相談を呼びかける街頭キャンペーンを行います。

○日時 9月21日(木)

16時30分～17時30分

○場所 いとく鹿角ショッピングセンター、
いとく花輪店、ユニバース



7月22日に 認知症市民セミナーを開催しました

あんしん長寿課 介護予防班 ☎ 30-0103

講演

認知症とともに生活するために必要なこと



講師 石原 哲郎 氏
(脳と心の石原クリニック院長)

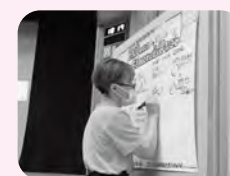
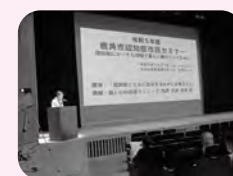
昨年度に引き続き「脳と心の石原クリニック(宮城県仙台市)」院長の石原哲郎氏にオンラインで講演いただきました。

講演では、認知症の診断とその後の支援や、薬剤による認知機能の低下について事例を交えたお話のほか、認知症と診断された後も、在宅で生活を続けていくために、お金や服薬の管理、車の運転など、日常生活での備えについてお話しいただきました。講演後の質疑応答では、市民からのたくさんの質問にも丁寧に答えいただくなど、認知症へのさらなる理解を求めました。

また、セミナーでは、地域とつながりを持つことのできる事例として、市が取り組んでいる認知症カフェやスローショッピングなどを紹介し、積極的な参加を呼びかけました。

○セミナー参加者の感想

- ・今回初めて参加させていただきましたが、とても勉強になりました。市の認知症の取り組みについても素晴らしいと思いました。また機会があれば参加したいです。(70代女性)
- ・認知症の人とどのように接したら良いか↓未来志向というところが心に残りました。自分も相手も笑顔が大事だと思いました。(50代女性)
- ・事例などもありとても分かりやすく良かったです。薬の調整も大事だと思いました。市で取り組んでいることも聞けて良かったです。(40代女性)
- ・認知症について、発症することが恥ずかしいことだと思っていましたが、今日のセミナーを聴いてそうではないことが分かった。(70代男性)
- ・認知症の方の声を聴くことの大切さを、分かりやすく話してくれてよかったです。家族や支援する人々が適切に対応することで、認知症の方々も今いる地域で生活をより長く続けていけたらと思う。本人や家族を変えるのではなく、理解することの大切さ。(30代男性)
- ・認知症の両親のことで日々悩んでいました。今日のセミナーを参考に、明日からまた両親と接していきます。貴重な講演ありがとうございました。(60代女性)
- ・認知症カフェの参加者やスローショッピングのサポーターの声を聴くことができて良かったです。石原先生の話も聞きやすかったです。(40代男性)



このセミナーの内容は、「グラフィックレコーディング」でまとめ、福祉保健センター廊下に展示しています。ぜひご覧ください。

自分の力を確認してみませんか

体力測定会を開催します

体力測定会で、自身の「体力・運動能力」を確認してみませんか。当日は、鹿角市スポーツ推進委員が測定を行います。※参加費無料

- 日にち 9月20日㊥、21日㊦
 ■時間 18時30分～（受付18時～）
 ■場所 鹿角トレーニングセンターアルパス アリーナ
 ■対象 市内在住・在勤・在学の人（20歳～79歳の健康な人）
 ■持ち物 飲み物、上履き、タオル、動きやすい服装
 ■申込方法 9月15日㊫までに、電話またはFAXで下記事項をお知らせください。

①氏名 ②年齢 ③性別 ④住所 ⑤電話番号（日中連絡の取れる番号）

- 内容 20～64歳→握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、20ㇼシャトルラン
 65～79歳→握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10ㇼ障害物歩行、6分間歩行

※この測定会は令和5年度「体力・運動能力調査」として行われます。

㊫スポーツ振興課 ☎30-0297、FAX 22-0888

中学校・高校の制服や学用品などをお譲りします

鹿角市子育て応援リユース事業

お子さんがいる家庭を対象に、市内の一般家庭から提供いただいた、使わなくなった制服や学用品などを無料で提供します。

- 日時 9月16日㊥、17日㊦ 10時～12時
 ■場所 福祉保健センター 1階 集団指導室
 ■持ち物 子どもの年齢などを確認できるもの（健康保険証または学生証）
 ■提供品

中学生、高校生の制服（夏用・冬用）／学校指定のジャージ、通学カバン／柔道着（体育の授業で使用するもの）／ネクタイ、スカーフ、ボタン類／校章、組章／彫刻刀セット、習字セット、絵の具セット、辞典

※提供数には限りがありますのでご了承ください。

㊫NPO 法人子どもコンシェルジュ

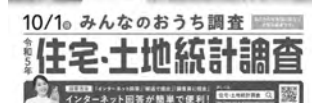
☎080-8223-3036

すこやか子育て課 こども家庭応援班

☎30-0235

国による住生活についての調査です

住宅・土地統計調査にご協力を



総務省統計局（鹿角市）では、10月1日現在で「令和5年住宅・土地統計調査」を実施します。

この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国約340

万世帯を対象とした大規模な調査です。

調査をお願いする世帯には、9月下旬に調査員証を携帯した調査員が書類の配布に伺いますので、回答をお願いします。

なお、この調査では、便利なインターネット回答をおすすめしています。

㊫政策企画課 政策推進班 ☎30-0205

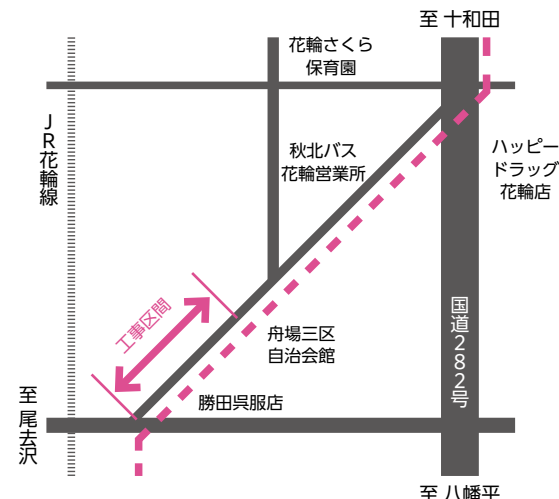
火気の取り扱いにご注意ください

花輪大堰改修工事に伴う交通規制

花輪大堰改修工事のため、花輪街部の市道の一部区間が片側通行になります。また、工事期間中は花輪大堰の流下量が少なくなるため、火気の取り扱いなどは十分にご注意ください。

■期間 12月中旬まで

※工事の進み具合によっては、変更になる場合があります。



㊫農地林務課 農地整備班 ☎30-0246

鹿角地域振興局 農村整備課 ☎23-2243

申込多数の場合は抽選

市営住宅の入居者を募集

市営住宅の入居者を募集します。募集案内と申込書は、都市整備課と各支所にありますので、詳細はそちらをご覧ください。※受け付けは、平日の8時30分～17時15分です。

■入居要件 住宅に困っていること、市税の滞納がないこと など

■募集締切 9月15日㊫

■抽選日 9月29日㊫（予定）

問・申込先 都市整備課 建築住宅班 ☎30-0266



一緒に道路を綺麗にしませんか

錦木バイパスクリーンアップ

■日時 9月24日㊥ 8時（小雨決行）

■集合場所 (有)プレ・テック前

■持ち物 軍手と使用済みレジ袋などのゴミを入れる袋（デレキは事務局で用意します）

■申込締切 9月15日㊫

■その他 どなたでも参加できますので、電話でお申し込みください。各自感染予防対策にご協力ください。終了時には飲み物を配布します。

㊫鹿角市快適環境まちづくり市民会議事務局（生活環境課 環境推進班 ☎30-0224）

2年に1度の検査が必要です

特定計量器定期検査を実施

取引や証明に使う「はかり」などは、2年に1度の検査が義務付けられているため、7月に実施した事前調査の結果をもとに検査を行います。新たに受検を希望する人は、事前に産業活力課までご連絡ください。※指定日に来られない人は、期間内に受検してください。

開催日	時間	対象地区	場所
14日㊥	10時30分～12時 13時～16時30分	八幡平 十和田	交流センター
15日㊫	9時～12時 13時～16時	尾去沢 花輪	

■検査対象 取引や証明に使用している計量器（はかり、おもり、分銅など）

※製造から1年間は定期検査が免除されます。

■持ち物 ①受検する計量器、②定期検査通知書、③検査手数料（計量器の種類や能力により、1台につき250円～2,200円。当日現金でお支払いいただきます）

㊫産業活力課 商工振興班 ☎30-0250

辛くなりすぎる前にSOSを

9月10日㊥～16日㊥は自殺予防週間、10日㊥は世界自殺予防デーです

秋田大学自殺予防総合研究センターの宮本翔平特任助教を招き、尾去沢中学校と秋田県立花輪高等学校でSOSの出し方・受け方講座を開催しました。

■SOSの出し方のポイント

1. 悩みと上手に付き合おう
人は3つ以上のストレスを抱えると、解決が困難になります。対処できない時はSOSを出しましょう。



2. SOSを出すための3ステップ

- STEP01: SOSを出す必要があると感じること
 STEP02: SOSを出す相手を見つけること
 STEP03: 実際にSOSを出すこと
 例) 大きなため息をついて、「助けて」とつぶやいてみる。

宮本先生から市民の皆さんへメッセージ



不調を抱えていても家族や職場を優先していませんか。大人もSOSを出すことが重要です。鹿角市には「テレフォン病院24」というサービス

があり、身体の不調からこころの不調まで専門家に相談することができます。辛くなりすぎる前に、SOSを出してみませんか？

■相談先

・テレフォン病院24 ☎0120-959-783

・蜘蛛の糸【SNS相談】



真剣なまなざしで、メモを取りながら講座を受けていた生徒からは、以下のような感想がありました。

- ・SOSを出すことは自分を守ること
- ・ストレス発散方法を見つける
- ・ネット上ではなく、リアルの相手に相談する
- ・悩んでいる友達の話を聞く
- ・自分を見つめなおす機会になった など

㊫すこやか子育て課 健康づくり班 ☎30-0119

医師修学資金貸与希望者募集

○貸与条件

- ①将来、本市で医師として働く意思がある
- ②日本国内の医学部に合格する
- ③次の条件のいずれかを満たしている
・本市に住民登録している(3年以上・3親等以内の親族が市内に住んでいる、または市内で事業所を経営している)

○申込方法 9月29日(金)までに

「修学資金貸与要望書」を提出。
「修学資金貸与要望書」は、市ホームページからダウンロードするか、福祉総務課にご連絡ください。

※貸与額は最大2200万円、条件により返済免除の場合があります。

※貸与の決定は、医学部に合格した後になります。

福祉総務課 総務企画班
☎30・0233

特定健診

○対象 国民健康保険加入者(40歳～74歳)

※受診日時点で、本市の国保加入者でない場合(社保へ変更、市外へ転出など)は、対象となりませんのでご注意ください。

○持ち物 保険証、受診券(黄緑色)

※紛失や途中加入により、受診券がない人はご連絡ください。

※10月は集団健診も実施します。詳細はホームページをご覧ください。



☎30・0119
すこやか子育て課 健康づくり班

ヘルスラボ

5ケマベジ×ケマ骨5

骨密度と野菜の摂取状況を、専用の測定機器を使って測定できます。家族で普段の生活を振り返り、今後の生活にお役立てください。測定やクイズの参加者には、景品や食生活改善推進員手作りの試食も用意しています。どなたでも参加できますので、ぜひ家族そろってお越しください。

○日時 9月24日(日)12時～16時30分

○場所 毛馬内商店街(「ケマボコ」イベント内)

○内容 骨密度測定、ベジメータ測定、野菜クイズ、野菜たっぷりメニューの試食など

☎30・0119
すこやか子育て課 健康づくり班

RIZAP 健康セミナー

○日時 10月1日(日)

10時～11時30分
○場所 アルパスアリーナ

○内容 講義60分、運動30分で、体力向上トレーニングや食事法、セカンドライフに向けた目標設定方法を学びます。健康で楽しく働ける身体を維持するための知識を高めます。

○対象 19歳以上の市民

○定員 100人(先着順)

○持ち物 内履き、筆記用具、メモ帳、水分補給用の飲み物、タオルなど

○申込方法 電話または二次元コードからお申し込みください。

○申込期間 9月4日(日)～25日(日)
※定員になり次第締め切ります。

☎30・0119
すこやか子育て課 健康づくり班



生き生き鹿角市民！

こくほ標語コンテスト

「大切な人の健康」をテーマとした標語を募集しています。どなたでも応募できます。この機会に、家族の健康を願って標語を考えてみませんか。

※最優秀賞1点、優秀賞2点、入賞2点を選考し、副賞として市特産品を差し上げます。

○結果発表 12月(予定)

○申込方法 市民課や各支所に備え付けの申込書に記載の上、市民課または各支所にお申込みく

9月の健康運動教室



無料で参加できます。前日までに、市民課国保医療班(☎30-0222)に申し込みください。無料託児を利用する人は、4日前までに子ども未来センター(☎30-0855)へ申し込みください。どの教室に参加する場合でも、水分補給の飲料を忘れずにお持ちください。日程や場所が変更になる場合は個別に連絡します。

○ストレッチポール教室(さんさんレディースクラブ)
4日(日)10時～/記念スポーツセンター/運動ぐつ、①ストレッチポール、②ヨガマット
※①②は有料で貸出可。

○ココから体操教室(華美会)
8日(金)10時～/十和田市民センター/運動ぐつ

○フィットネス教室(ウインブルスポーツクラブ) ヨガ
14日(木)19時～/福祉保健センター/タオル

○ゆったりヨガ教室(くびれてみヨーガ)
15日(金)10時15分～/花輪市民センター(コモッセ内)/ヨガマット、または大判バスタオル

○スローエアロビクス教室(ヘルスデザインクラブ)
20日(水)10時～/花輪市民センター(コモッセ内)/運動ぐつ

○ちょ筋ストレッチ教室(ホリデーサークル)
24日(日)10時～/福祉プラザ/ヨガマット、または大判バスタオル

○浅利ゆみ先生の健康体操教室(スマイル教室)
26日(火)13時30分～/福祉保健センター

9月の認知症カフェ

名称・連絡先	日にち	場所
オレンジカフェ しゃべり～な ☎30-0103	1日(金) 21日(木)	文化の杜交流館 コモッセ こもれば広場 ※21日は9時30分～15時 ※10月6日(金)も実施
ユニバーサルカフェ YUTORI ☎37-2088	15日(金)	谷内地区市民センター
みんなのカフェ モモちゃんカフェ せきがみ ☎35-5556	4日(月)	大湯温泉保養センター 湯都里
ほっとな茶屋 月山の郷 ☎25-8022	15日(金)	グループホームせきがみ ※13時30分～16時30分
まちっこカフェ ☎22-4080	17日(日)	月山の郷
ぷら～っとカフェ ☎23-2165	18日(月)	多世代交流スペース まちっこ
	21日(木)	社会福祉協議会

老若男女どなたでも無料で参加できます。

○時間 9時30分～12時30分

9月の認知症サポーター養成講座

場所	日にち	時間
花輪市民センター 研修室(コモッセ内)	2日(土) 15日(金)	10時～11時30分
	14日(木) 27日(水)	18時30分～20時

参加費無料、申込不要です。

☎あんしん長寿課 介護予防班 ☎30-0103

9月の献血車訪問

※400ミリリットル献血にご協力をお願いします。
※新型コロナワクチンを接種した人は、接種後48時間を経過していれば、献血が可能です。

とき	受付時間	ところ
8日(金)	9時～10時30分 12時30分～16時30分	東日本高速道路株式会社青森管理事務所鹿角分室 福祉保健センター
15日(金)	9時～11時30分 13時～15時30分	鹿角市役所

大湯温泉保養センター(湯都里)

☎37・3188

温泉風呂やサウナ設備があり、健康と憩いの場として、どなたでも利用できます。

○利用時間 9時～20時
(最終入館19時30分)

※2階研修室・休憩室は9時～17時
※浴室は毎週火曜日13時から営業

○休館日 12月29日～翌年1月3日

☎あんしん長寿課 高齢者支援班
☎30・0234

敬老の祝い

敬老祝い金

高齢者に対して敬意を表し、敬老祝い金を贈呈します。

○対象 本市に1年以上居住している満88歳の市民(昭和9年9月16日～昭和10年9月15日生)

健康長寿表彰

高齢者の自立した生活を称え、健康長寿を表彰します。

○対象(すべての該当者)

・本市に1年以上居住している満90歳の市民(昭和7年4月2日～昭和8年4月1日生)

・要介護認定や要支援認定、介護予防・生活支援サービス事業対象者の認定を受けたことがない

☎あんしん長寿課 高齢者支援班
☎30・0234

ください。FAXやメールでの申し込みもできます。

○応募締切 11月1日(水)(必着)

☎市民課 国保医療班
☎30・0222

高齢者福祉施設について

湯瀬ふれあいセンター

☎33・2119

温泉風呂があり、市民の健康と憩いの場として、どなたでも利用できます。※露天風呂は休業中。

○利用時間 9時～17時

※浴室は6時～21時

○休館日 12月29日～翌年1月3日

☎高齢者センター(福祉プラザ内)
☎23・8480

踊りや体操、レクリエーションなど、高齢者の介護予防を目的とした健康増進や生きがい活動を支援するための施設で、おおむね65歳以上であれば、どなたでも利用できます。

○利用時間 9時～16時

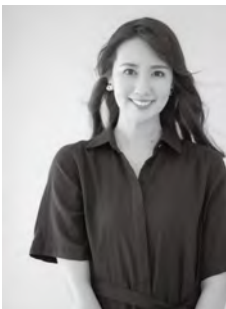
※浴室は、毎週水曜日～金曜日(女性10時30分～12時30分/男性13時～15時)

○休館日 日曜日、祝日、12月29日～翌年1月3日

※体力が落ちてきた人でも簡単に全身運動を行える機器「ニューステップ」も利用できます。お気軽にご利用ください。

花輪図書館 ☎23・4471

花輪図書館100周年記念
「相場詩織講演会×ビブリオバトル
2023 in AKITA 北鹿大会」



フリーアナウンサー
相場詩織さん
(秋田県出身)

中高生の推し本への愛と、読書
好きフリーアナウンサー相場詩織
さんの語りを堪能できます。

○日時 10月28日④

①10時～ ビブリオバトル
中学生の部

②13時～ 相場詩織講演会
③15時～ ビブリオバトル
高校生の部

※①②③全て入れ替え制。②のみ
入場整理券が必要。①③は全席
自由。入場無料。

○場所 文化の杜交流館コモッセ
文化ホール

○整理券配布開始

9月15日④9時～

○整理券配布場所

コモッセプレイガイド窓口

十和田図書館 ☎35・3239

コモッセDE特別貸し出し

○日時 9月2日④

9時30分～12時

○場所 文化の杜交流館コモッセ
駐車場(入り口付近)

○内容 移動図書館車が花輪図書
館の特別整理期間に本の貸し出
しを行います。

Towada Gallery 第6弾

「バリエーション図書展」

○期間 9月12日④～30日④

○時間 9時～17時30分

○場所 2階 講座室

○内容 点字つき絵本やしづ
ク、大活字本など、活字の本を
読むのが難しい人でも楽しめる
本を展示し、貸し出します。

古典読書講座

○日時 9月23日④

13時30分～15時30分

○場所 2階 講座室

○講師 小田島哲夫氏

○内容 「菅江真澄」に
ついて学びます。



休館のお知らせ

十和田図書館

○期間 9月4日④～11日④

※特別整理のため休館します。ご
了承ください。

文化の杜交流館コモッセ

○日時 9月11日④

8時30分～13時

※館内設備点検を行います。入館
できませんのでご注意ください。

先人顕彰館 ☎35・5250

第4回館長講座(全5回)

○日時 9月9日④

10時～11時30分

○内容 内藤湖南と応仁の乱につ
いて解説します。

鹿角人物事典講座

○日時 9月16日④

13時30分～15時

○講師 高木英子氏

○内容 郷土研究家で俳人「浅井
小魚」について学びます。

おとなの書道講座

○日時 9月30日④ 10時～12時

ストーンサークル館で展示します。

○期間 9月5日④～28日④

○時間 9時～18時

○場所 野中堂ホール

ガイド入門講座

○日時 9月17日④

13時30分～15時30分

○講師 大湯ストーンサークル館

学芸員、大湯SCの会員

○定員 10人(要申込)

○内容 基礎講座、展示ホール(大
湯ストーンサークル館)・遺跡
案内のデモンストレーション

生涯学習課 社会教育班

☎30・0292

秋の声かけ運動一斉キャンペーン

登校中の子どもたちに「おはよ
う」「気を付けてね」などの声か
けをお願いします。

○日時 9月5日④7時15分～8時

子ども未来センター

☎30・0855

Caféあいのねの日(保健師栄養士)

○日時 9月7日④Café↓10時～
あいのねの日↓10時～12時

(受付は11時まで)

○場所 子ども未来センター、
花輪市民センター和室

(コモッセ内)

○対象 市内未就学児とその家族

○持ち物 母子手帳、バスタオル

「かわいい手まり寿司つくりまじょ!」

○日時 9月12日④ 10時～13時

○場所 花輪市民センター和室・
調理室(コモッセ内)

○対象 子育てに関心のある市内
の祖父母世代の人

○費用 300円

○持ち物 エプロン、三角巾、上
履き(スリッパなど)、マスク
※無料託児あり。要予約。

奏&YOMIYOMU & PYONPYON GIE

○日時 9月14日④

10時30分～11時30分

○場所 花輪市民センター和室
(コモッセ内)

○対象 市内未就学児とその家族

ぺたぺた&ままとつつじょ

○日時 9月21日④

10時30分～12時
○場所 花輪市民センター 講堂

(コモッセ内)

○対象 市内未就学児とその家族

○定員 親子20組(要申込)

MOGUMOGU & あかちゃんねるの日

○日時 9月28日④

あかちゃんねるの日↓10時～18時
MOGUMOGU ↓10時30分～11時30分

○場所 花輪市民センター和室・
調理室(コモッセ内)

○対象 市内未就学児とその家族

○定員 16人(MOGUMOGUのみ要申込)

かづのファミリー・サポート・
センター 託児料金の変更

4月から託児料金が変わり、未
就園児については半額で利用でき
ます。託児理由は問わず、必要な
時にご利用いただけます。料金の
詳細は、子ども未来センターまで
お問い合わせください。

児童センター

☎23・7180 FAX23・7023

元気MORIMORI食堂

○日時 9月26日④ 15時～18時

○場所 十和田市民センター

調理室・視聴覚室

○対象 十和田地区の小学生、中
学生、高校生

乳幼児の健診カレンダー(場所:福祉保健センター)

とき	内容	対象	受付開始
6日④	3～4か月児健診	令和5年5月生	12時45分
8日④	乳児相談(8～10か月児)	令和4年11月、12月生	9時45分
12日④	乳児相談(4～5か月児)	令和5年4月生	
14日④	5歳児すくすく健康相談	対象者には園から通知が届きます	12時45分
21日④	1歳6か月児健診	令和3年12月16日～令和4年1月31日生	



※体調不良や9月の参加が難しい
場合はご相談ください。
☎子育て世代包括支援窓口
(PIKE★PIKE) ☎30-0265

○講師 永井 あき子氏
○定員 10人(要申込)
※初心者大歓迎です。

十和田湖畔をめぐる
フィールドワーク

○日時 10月2日④ 9時～

※先人顕彰館駐車場集合

○定員 16人(要申込・先着順)

○参加費 1300円(昼食・保
険料含)

歴史民俗資料館

☎22・7288

企画展「鹿角の温泉巡り」

○期間 9月12日④～11月5日④

○場所 特別展示室

○内容 鹿角には八幡平・湯瀬・
大湯の温泉郷があります。大正
～昭和初期の写真を展示し、各
温泉地の歴史などを紹介します。

大湯ストーンサークル館

☎37・3822

企画展示

「比べてみよう!大湯と伊勢赤松」

北秋田市の「史跡 伊勢堂岱遺
跡」で出土した土器や土偶を大湯

情報の広場

皆さんからのお知らせを掲載します。
○提出締切 発行前月の8日
○提出先 政策企画課 FAX:30-1122
E-mail seisaku@city.kazuno.lg.jp
※依頼原稿は必ず掲載されるとは限りません。
あらかじめご了承ください。

空き家の実態調査を実施します

空き家台帳の更新などのため現地調査を実施します。

○調査対象
市内全域の空き家など

○調査内容
業務を受託した調査会社の調査員が巡回し、空き家と思われる建物の外観調査・写真撮影などを行います。また、近隣住民に状況確認を行う場合があります。

※調査員は身分証（名札）を携行し、使用車両には調査中である旨表示します。

○調査期間 10月～12月頃

問 生活環境課 環境推進班
☎ 30・0224

秋の全国交通安全運動 9月21日～30日

歩行者の安全の確保
歩行の際は横断歩道を渡ることや信号に従うなど基本的な交通ルールを守りましょう。

夕暮れ時と夜間の事故防止
歩行者は明るい服装や反射材着用を心がけ、自動車などは早めにライトを点灯しましょう。

9月30日(土)は、「交通事故死ゼロを目指す日」です

みんなで交通ルールを守り事故ゼロを目指しましょう。

問 生活環境課 環境推進班
☎ 30・0224

第45回鹿角市交通安全市民大会

○日時 9月22日(金)
13時30分～15時

○場所 文化の文化交流館

○内容 表彰、アトラクション（秋田県警察音楽隊）

※入場無料ですが、整理券が必要。9月6日(水)からモッセおよび市役所生活環境課で配布します。

問 生活環境課 環境推進班
☎ 30・0224

犬のしつけ方教室

飼い犬と一緒に、散歩の仕方、褒め方、叱り方などを勉強します。

○日時 9月30日(土) 11時～

○場所 鹿角アメニティパーク 体育館

○講師 秋田県動物愛護センター

○持ち物 リード、犬のおやつ、キャリーケース（使っている場合）

※事前の申し込みが必要です。

問 秋田県獣医師会 鹿角支部
☎ 25・3311

老人クラブ活動に参加してみませんか

老人クラブは、地域における高齢者の自主的な組織です。クラブでは、ウォーキングやグラウンド・ゴルフ、奉仕活動や会員同士の交流など元気に楽しく活動しています。

また、長年培った豊富な知識や経験を、地域や仲間還元すること、やりがいや生きがいにつながっています。

おおむね60歳以上の人は、どなたでも入会できますので、お気軽にお声がけください。

鹿角市老人クラブ連合会事務局（福祉プラザ内） 鹿角ガイド養成講座特別編 野外救命講習

○日時 9月11日(日)
9時～15時

○場所 八幡平市民センター

○内容 野外での救命処置や応急手当について、山岳救助現場をシミュレーションしながら実践で学びます。

○講師 坂本 元太氏（山岳ガイド、山岳救助隊員、元横浜市消防局消防官）

○定員 30人

○申込方法 下記二次元コードまたは電話

問 かつの観光物産公社
☎ 22・0520

迷っている高齢者を見かけたら声かけや110番を！

認知症高齢者が行方不明になると、夕暮れや夜間に交通事故に遭ったり、川や用水路などに転落したりする可能性があります。

「裸足だった」「スリッパ、

休日でも作れます マイナンバーカード

休日にマイナンバーカードの申請手続きと受け取りができます。

申請窓口開設

○日時 9月16日(土)
9時30分～11時30分

○場所 花輪市民センター 創作室(モッセ内)

○持ち物 通知カード、本人確認書類2点ほか

受取窓口開設

○日時 9月9日(土)、24日(日)
9時～11時30分

○場所 市役所1階市民課

○持ち物 通知カード、交付通知書（はがき）、本人確認書類2点ほか

※マイナポイントの申込支援は取り扱いません。なお、マイナポイントの申込期限は9月末までですが、早めに終了する決済サービスもありますので、マイナンバーカードは早

秋の廃蛍光管収集

発信しています。

クラウンマルシェ実行委員会（阿部）

☎ 090・7524・4599

当日の朝8時30分までに指定の場所に出してください。

○収集日 9月10日(日)

※十和田地区のみ9月17日(日)に収集します。

※集積箱設置場所や出し方の注意点は、広報4月号23ページ(二次元コード)からご確認ください。

問 鹿角広域行政組合
☎ 22・2611

クラウンマルシェ 40組の作家が大集合

かわいい手作り雑貨とおいしいフードのイベントです。

○日にち 9月30日(土)
10月1日(日)

○時間 10時～15時(両日)

○場所 市定期市場、NPO 関連賑わい屋敷

※インスタグラムで出店者情報を

問 福祉総務課 地域福祉班
☎ 30・0238

電力・ガス・食料品等 価格高騰緊急支援給付金

令和5年度住民税非課税世帯等の要件を満たす世帯は、確認書または申請書の提出により給付金を受け取ることができます。なお、本給付金は差押禁止等及び非課税の対象です。

9月の相談日程

□出張年金相談（鷹巣年金事務所）
相談日：6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)／場所：市役所第1・2会議室／時間：9時30分～12時、13時～15時30分
※前日までに予約が必要です。基礎年金番号の分かる年金手帳などを準備してお電話ください。

問 鷹巣年金事務所 ☎ 0186-62-1490

□無料総合相談（人権擁護委員・行政相談委員）
相談日：12日(水)／場所：市役所第3会議室／時間：13時30分～16時 ※予約不要です。

問 生活環境課 コミュニティ推進班
☎ 30-0202

□無料弁護士相談（秋田弁護士会）
相談日：14日(水)、28日(水)／場所：交流センター／時間：13時30分～16時／担当：14日→川田 繁幸 弁護士、28日→熊谷 克史 弁護士
※前日までに予約が必要です。

問 消費生活センター ☎ 30-0258

□無料土地・家屋相談（土地家屋調査士）
相談日：19日(水)／場所：交流センター／時間：13時30分～15時30分／担当：千葉 勉 土地家屋調査士 ※前日までに予約が必要です。

問 消費生活センター ☎ 30-0258

新日本舞踊明扇流 華の会 秋田支部 第26回舞踊公演会

めにお受け取りください。

問 市民課 戸籍年金班
☎ 30・0212

○日時 9月3日(日)
12時～(11時開場)

○場所 文化の文化交流館

○入場料 千円

※中学生以下は無料

○チケット販売先
コモッセ窓口、華の会会員

問 新日本舞踊明扇流華の会（川又）
☎ 090・3759・4744

防衛大学校・防衛医科大学校受験者募集

○防衛大学校（一般）

・一次試験 10月28日(土)

・受験資格 18歳以上21歳未満

・申込期限 10月18日(水)

○防衛医科大学校（看護学科）

・一次試験 10月14日(土)

・受験資格 18歳以上21歳未満

・申込期限 10月4日(水)

問 自衛隊秋田地方協力本部 大館出張所
☎ 0186・42・1398

運転免許証の自主返納に関するお知らせ

運転免許証を自主返納する場合は、免許証を警察署にお持ちください。手数料はかかりませんが、運転経歴証明書の交付を受ける場合は、写真と1100円が必要です。

問 鹿角警察署 交通課
☎ 23・3321

就学や教育に関する 保護者向け教育相談会

○日時 10月4日(水)
10時～15時

○場所 交流センター

○内容 子どもの発達や就学などに関する保護者を対象とした教育相談会

○申込先 在籍する保育園や幼稚園または小・中学校

○申込期限 9月22日(金)

問 教育委員会 総務学事課
☎ 30・0291

健康相談会 in モッセ

機器を使った健康チェックと薬剤師による健康相談会を行います。

大町自治会は、もともと城下町だったことや鉱山の繁栄により、江戸時代に形成された花輪の商店街に位置しています。



↑ ねぶたの太鼓締めの様子

大町自治会
32 世帯約 70 人



大町自治会 会長
川口 智さん
Kawaguchi Satoshi

花輪ばやしを中心につながり自治会

花輪ばやしを核とした事業があり、夏には、子どもたちの太鼓や三味線、笛などの練習に、芸人から O B ・ O G まで幅広い世代が指導にあたることで、深いコミュニティが形成されています。また、花輪ばやしの屋台の中でも、最も歴史や風格があり優美なことが自慢です。

商店街の環境整備や事業運営は、大町商店街振興組合が中心となっていて、町内のほぼ中央には、商店街の会館機能と利用者の休憩室を兼ね備えた大町消費者センター「ピコハウス」があり、商店街の来訪者に無料開放しています。

これまで、かづの子どもフェアやハロウィンなど、さまざまなイベントを行ってきましたが、近年はコロナ禍で中止となっていました。今後は、市民団体と連携を図りながら、事業を行っていききたいです。

当自治会でも、少子高齢化により人口減少が進んでいます。商店街全体で子どもたちや高齢者の見守り活動を行い、皆さんが安全・安心に暮らしていける町づくりを進めたいです。

電気自動車の試乗会を開催しました



電気自動車の試乗



1人乗り電気自動車コムス

7月23日に「道の駅かづの あんとらあ」で、電気自動車の試乗会や、市内自動車ディーラーによる電気自動車の展示会を開催しました。

当日は、1人乗り電気自動車に試乗した41人のうち、8割の人が、電気自動車初体験となりました。参加者は、コースを走りながら、乗り心地や操作性を確認していました。

電気自動車コムスとガソリン車の1キロあたりの費用比較

	コムス	ガソリン車
費用	159 円／充電 1 回あたり	180 円／リッター
走行距離	57キロ	20キロ
1 キロあたり	2.79 円 ※トヨタ車体の HP より	9 円

1 キロあたり 6.21 円安くなります

当日に行ったアンケートでは、約6割の人が「今後電気自動車を購入したい」と回答していることから、今後は事業者の利用によるモニタリング調査もしながら、市内でのEVの可能性を探っていきます。

現在、ガソリンなど燃料費が高騰しているため、ぜひEVへの買い替えを検討してみてください。



日本語学指導員現地レポート 第12代日本語学指導員 堀縁さん

鹿角市出身。花輪高等学校卒業後、獨協大学外国語学部に入學。ドイツ語専攻。新潟県で地域国際交流協会に就事するなど、豊富な国際交流活動の経験を活かし、日本語学指導員に就任。



ハンガリー出身の有名人と聞いて、思い浮かぶ人はいますか。ハンガリーの人口は約977万人で、東京23区の人口と同じくらいです。小さな国でありながら、世界に影響を与えたハンガリー人は数多くおり、今回は3人を紹介します。

1人目はピアニストで作曲家のリスト・フレンチです。ショプロン出身で、別名「ピアノの魔術師」と呼ばれる人です。幼いころから音楽の才能を発揮し、ショパンやシューマンなどの名だたる音楽家とも親交を深め切磋琢磨し、後に管弦楽で演奏される交響詩という作品形態を確立しました。高身長で端正な顔立ち、そして超絶技巧の特技で演奏する姿はアイドールの存在となり、演奏会中に気絶する熱狂的ファンがいたことでも有名です。

2人目は建築学者のルビク・エルネーです。ルビックキューブの発明者と聞くと、知っている人も多いのではないのでしょうか。ルビックキューブは「3次元理



↑ 7月号で紹介したグーシュを日本語クラスの皆さんと作りました。

論ゲーム」として1980年にアメリカの玩具会社から発売され、これまでに4億個以上も販売されています。現在彼は、国際ルビック財団を設立し、若手エンジニアや工業デザイナーの支援をしています。

最後はカリコ・カタリンです。現在、最もノーベル賞に近いとされる化学者で、新型コロナウイルスのワクチンにも応用された「メッセンジャーRNA」の臨床研究に貢献しました。これまでのワクチンは無害化・弱毒化したウイルスを投与していましたが、この研究では、抗体の設計情報を持ったワクチンを投与することで、抗体を作ることが可能とされています。iPS細胞研究者の山中伸弥さんにも影響を受けたそうで、日本との親近感を感じます。

テレワーカー入門セミナー ～あなたに合うオンラインでの働き方～

子育てや介護などでフルタイムで働けない人や、すきま時間で収入を増やしたい人、ヨガや料理など得意なことを持っている人が、オンラインで収入を得る方法を人気テレワーカーから学ぶセミナーを開催します。資格や経験がない人、パソコンやITが苦手な人も気軽に始めることができます。参加は無料です。



産業活力課 商工振興班 ☎ 30-0250

■日時 10月4日⑧

①10時～12時 ②18時～20時

※①と②は同じ内容です。

■場所 まちなかオフィス 2階 研修室

※当日参加できない人には、オンラインでのライブ配信や後日、録画動画の配信も行います。

■内容

- ①テレワーク・在宅ワークの基礎知識
- ②子育てしながら活躍するワーカーの体験談
- ③趣味や特技が仕事になるワークショップ
- ④働き方相談会

■申込方法 必要事項を申し込みフォームに入力し、送信してください。



■講師

加藤 こういち 氏

会員数70万人以上の知識・スキル・経験の売買サイト「タイムチケット」2022年アワードでNo1グランプリを獲得。メディア出演：めざましテレビ・AbemaTVなど。



糸原 絵里香 氏

料理経験ゼロからオンライン料理教室を開講。全国各地で子育て世代向けのテレワーク推進に従事。メディア出演：あさイチ・おはよう日本・初耳学など。



在宅当番医

9/1 金 かづのファミリークリニック ☎ 22-6080

2 土 大湯リハビリ温泉病院 ☎ 37-3511

3 日 大里医院 ☎ 22-1251

4 月 いけがみクリニック ☎ 30-0111

5 火 鹿角中央病院 ☎ 23-4131

6 水 なかのクリニック ☎ 22-7335

7 木 小坂町診療所 ☎ 29-5500

8 金 三ヶ田医院 ☎ 31-1231

9 土 いけがみクリニック ☎ 30-0111

10 日 かづの厚生病院 ☎ 23-2111

11 月 大里医院 ☎ 22-1251

12 火 なかのクリニック ☎ 22-7335

13 水 大湯リハビリ温泉病院 ☎ 37-3511

14 木 鹿角中央病院 ☎ 23-4131

15 金 いけがみクリニック ☎ 30-0111

16 土 かづのファミリークリニック ☎ 22-6080

17 日 大湯リハビリ温泉病院 ☎ 37-3511

18 月 鹿角中央病院 ☎ 23-4131

19 火 大里医院 ☎ 22-1251

20 水 三ヶ田医院 ☎ 31-1231

21 木 いけがみクリニック ☎ 30-0111

22 金 福永医院 ☎ 35-3117

23 土 小坂町診療所 ☎ 29-5500

24 日 かづの厚生病院 ☎ 23-2111

25 月 大里医院 ☎ 22-1251

26 火 なかのクリニック ☎ 22-7335

27 水 三ヶ田医院 ☎ 31-1231

28 木 小坂町診療所 ☎ 29-5500

29 金 大湯リハビリ温泉病院 ☎ 37-3511

30 土 福永医院 ☎ 35-3117

診察時間
月曜～金曜 17時～20時
土曜 14時～17時
日曜祝日 8時30分～17時
※かづの厚生病院の入り口は、「救急入口」です。

今月の新刊

花輪図書館（コモッセ内）☎ 23-4471

十和田図書館 ☎ 35-3239

花輪図書館



おばあちゃんのにわ
ジョーダン・スコット：文
シドニー・スミス：絵
原田 勝：訳
(偕成社)

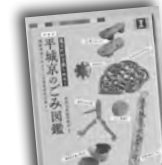
移民であるおばあちゃんは、英語がうまく話せません。「ぼく」とおばあちゃんは身ぶり手ぶりで心を交わします。おばあちゃんの自然豊かな庭の情景と重なりあった心温まる絵本です。



桃を煮るひと
くどうれいん：著
(ミシマ社)

盛岡出身作家のエッセイで、日常のくらしを「食」という身近なテーマで描いています。リズム感のある文章で綴られていて、食べることの楽しさや大切さを感じさせてくれる一冊です。

十和田図書館



見るだけで楽しめる！
新装版 平城京のごみ図鑑
最新研究でみえてくる奈良時代のくらし
奈良文化財研究所：監修
(河出書房新社)

考古学の最新手法によって、ゴミから平城京の生活や奈良時代の暮らしが見えてくる一冊です。写真と共に、時空を超えて奈良時代の様子を楽しめます。



涙ぐましい虫たちの生存戦略
昆虫生活 づらいよ研究所
今泉 忠明：研究所
所長・総監修
須田 真一：監修
(主婦と生活社)

厳しい世界でたくましく生きる昆虫たちのイラスト図鑑です。涙ぐましい努力や、ちょっと人間くさくて笑えるところなど、魅力いっぱいの昆虫の世界を紹介しています。

移動図書館



あおぞらぶっく号
9月の巡回日

大湯②コース 1日☎・15日☎・29日☎
毛馬内コース 12日☎・26日☎
大湯①コース 14日☎・28日☎
八幡平コース 18日☎
花輪コース 21日☎
尾去沢コース 22日☎

※貸出場所・時間については、十和田図書館にお問い合わせください。

人口と世帯 (7月末)

人口 27,937人
男 13,267人
女 14,670人
世帯 12,565世帯

読者アンケート

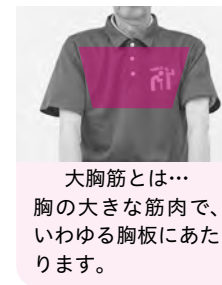
広報かづのに対するご意見を募集しています。二次元コードからご協力をお願いします。



今月のシルリハ体操教室 13時30分～14時30分

日にち	場所
1日☎、15日☎	大湯温泉保養センター 湯都里
4日☎、21日☎	尾去沢市民センター
7日☎、20日☎	福祉保健センター
12日☎、26日☎	十和田市民センター
14日☎、28日☎	八幡平市民センター

※水分補給用の飲み物をご準備ください。



大胸筋とは…
胸の大きな筋肉で、いわゆる胸板にあたります。

体操の動画はこちら↓



●力を入れる時に、肘が閉じていかないようにしましょう。
●必ず、息を吐きながら力を入れましょう。

①両足を肩幅に広げ、背筋を伸ばします。
②胸の高さで両手を組みます。
③肘を横に張って、手のひらを押し合います。
④息を吐きながら、5～6秒思いきり力を入れます。

みんなで広めよう！

シルバーリハビリ体操

いつでも、どこでも、ひとりでもできる
介護予防体操を紹介します。

あんしん長寿課 介護予防班 ☎ 30-0103

正面で腕の押し合い

大胸筋の強化
しがみつく力の強化・
バストアップ

モデル：高橋 克彦さん
(シルバーリハビリ体操 2級指導士)

シルバーリハビリ体操
3級指導士養成講習会
受講生募集中

申込期限は9月4日☎です。詳細は、ホームページをご覧ください。



生活環境課 環境推進班 ☎ 30-0224

ECO&LIFE

9月20日は「バスの日」です！

バスを利用しましょう

コミュニティバス「たんぼこまち号」は、鹿角花輪駅を起点に、商店街やかづの厚生病院、市役所などを循環し、通勤や通院、買い物などの移動に便利です。運賃は大人200円、小学生100円、幼児は無料で、支払いには交通系ICカードが利用できます。
自家用車を控えて路線バスを利用する人が増えれば、二酸化炭素の排出量が抑えられ、交通渋滞の緩和も期待できます。地球温暖化や環境問題などが深刻化する中、環境にやさしい交通手段として、また、地域の重要な交通手段を確保するため、おでかけの際は路線バスをご利用ください。

高齢者や運転免許証返納者へ
バス運賃を助成しています

高齢者や運転免許証返納者が気軽にバスを利用できるように、路線バスの回数券と定期券の購入費を一部助成しています。

ます。購入するときは保険証の提示を、運転免許証を返納した人は、運転経歴証明書の提示をお願いします。
○対象 70歳以上または運転免許証返納者
○対象券 回数券と定期券
○割引率 2割
○購入先 秋北バス(株)・十和田タクシー

10月2日から路線バスの一部を「デマンドタクシー運行」にします(平日のみ)

○上芦名沢・高清水線
十和田中学校前発(上芦名沢行き) 17時30分
○大湯花輪線
十和田南駅前発(四ノ岱行き) 18時20分
○予約先 (株)十和田タクシー
☎ 35-2166 (受付8時～16時)
※乗車1時間前までに予約をしてください。

時刻表はこちら↓



DAIHATSU

ご希望の車

広告

お探しいたします!!



常時5万台の中から検索できます。

autoBank

SYSTEM

オートバンクシステム
設置店

お持ちの愛車

高価買取ります!!

随時お買得車展示中!!

ダイハツショップ鹿角

オートプラザ鹿角

TEL0186-25-3633

秋田県鹿角市花輪字鉄砲25-6

■営業時間/9:30~18:00

■定休日/火曜日

■自社钣金認証工場完備



ダイハツプロショップ ダイハツ車リコール点検修理お任せ下さい。

地域の情報を毎朝お届け!!

ほく ろく しん ぶん

北鹿新聞

求ム愛読者

月ぎめ購読料 2,400円(税込)

電話やネットでラクラクお申し込み!

スマホからも

北鹿新聞社・事業販売課

☎0186-49-1466

http://www.hokuroku.co.jp



株式会社 北鹿新聞社

広告

本社/〒017-0895 秋田県大館市字長倉79番地
Tel.0186-49-1255(代表)

住まいのことなら
LIXILリフォームショップ
窓から省エネ!
今なら国の補助金で
最大50%
相当還元
最大200万円!
今すぐ診断!
補助金・省エネ
シミュレーション

将来も考えると、窓もリフォームしておけば良かった...
と後悔しないために

部屋が冬、寒くて! 夏、暑い!
冬の電気代は、夏より高くてツライ!
電気代がまた値上げ?!

え~! 窓を改善すると冷暖房費が節約!

窓の節電リフォームは補助金活用で断然お得!

補助金活用なし	補助金活用あり	省エネ効果	実質負担額
リフォーム費用 (モダン工法断熱) 30.8万円	補助金 16.3万円	冷暖房費削減 14.5万円	実質0円相当

冷暖房費の高騰が避けられない時代に補助金活用で費用を削減
住宅の断熱性向上のための先進的設備
導入促進事業と
省エネ効果で
実質0円相当

住宅リフォームのベストパートナー
LIXILリフォームショップ
ライファかつの
まずはお気軽にお問い合わせください
ライファかつの 検索

大館工業株式会社
〒018-5201
秋田県鹿角市花輪字赤川端14-4
お問い合わせ
0186-25-2055
http://lifa-kazuno.com/

広告

ジューシーで柔らかい
豚の健康にこだわった
安心・安全な豚肉

はちまんたい
八幡平ポーク
HACHIMANTAI PORK

第47回食肉産業展2023でおこなわれた
「第17回 全国銘柄ポーク好感度コンテスト」で
八幡平ポークが最優秀賞を受賞しました!

全国銘柄ポーク
好感度コンテスト
最優秀賞

直売店ならではの鮮度抜群なお肉がずらり! 八幡平ポーク直売店

とことんとん八 八幡平本店
☎0186-30-5075
営業時間:AM10:00~PM6:00

とことんとん八 花輪店
☎0186-25-8087 火曜
営業時間:AM11:00~PM6:00 定休

↑ 鹿角八幡平IC
← 花輪 R282 本店
← 陸中大里駅
五の宮のゆ 盛岡

← 毛馬内 R282 八幡平 →
← コモツセ 花輪店 GS
← 鹿角花輪駅

私共は“元気な豚”を育てている生産者です!!

豚が健康に育つということは
おいしい豚肉の基本です。
八幡平ポークは豚の健康にこだわって
生産されております。

〒018-5141 鹿角市八幡平字長川60-3
農事組合法人八幡平養豚組合 ☎0186-34-2204
http://www.h-pork.com/

広告掲載のお問い合わせ

政策企画課 ☎30-0205

◎広報かづの今月号の印刷経費は1部47円です