

KA^{KA}UNO



広報かづの

3

月号

2023.3.1
(令和5年)

No.983

Topics:P2 まちの話題、P4 オレンジサポーターになって活動しませんか、P5 各種相談の日程、
P6 花いっぱい運動、P7 秋田県議会議員一般選挙

足湯と花火で
心も体もぽっかぽか

大湯温泉雪まつり

2月11日に、道の駅おおゆで「大湯温泉雪まつり」が開催されました。
3年ぶりの開催となる今回は、これまで中止となった2年分も合わせた
600発の花火が打ち上げられました。



教育長賞：畠山 凛音さん

まちの話題



読書感想画コンクール展示より



市長賞：木村 あかねさん

野菜づくりの「コッ」講座

2月3日に文化の杜交流館 コモッセで、野菜栽培について学ぶ「野菜づくりのコッ講座」が開催され、家庭菜園を楽しむ方から農業に携わる方までおよそ80人が参加しました。

農業や地域、食に関する雑誌などを発行している一般社団法人農山漁村文化協会の水野隆史氏を講師に迎え、栽培がしやすく、食味が良いため料理に使いやすいジャガイモの品種や、栽培中のひと手間で収量が倍になる枝豆の栽培法など、家庭菜園でも役立つ情報が目白押しで、参加者はメモを取りながら野菜づくりのコツを学びました。



Enjoy! Winter! 鹿角の冬を楽しもう

1月28日に道の駅おおゆで、鹿角国際交流協会と道の駅おおゆのコラボイベントが行われました。

広場には、参加者が作ったたくさんミニかまぐらと、アヒルの形の雪玉が並びました。また、子どもたちはタイヤチューブを使い、広場の丘の上からうつ伏せや連結など、さまざまな格好で滑って楽しんでいました。お昼には、きりたんぼ鍋や焚き火で焼いたマシユマロを食べたりして、寒さを吹き飛ばしました。

参加した外国人女性には、焼いたマシユマロの甘さに驚きながら「おいしい」と話し、笑顔でイベントを楽しんでいました。



大湯温泉雪まつり

2月11日に道の駅おおゆで、第41回大湯温泉雪まつりが開催されました。

3年ぶりの開催となった今回は、会場が多くの人でにぎわいました。餅まきから始まり、続く宝探しでは、幼児の部と小学生以上の部に分かれ、開始の合図が聞こえると、参加者は一斉に駆け出し、雪上にまかれた番号の書かれた札を探して、その番号と合う景品を交換しました。LED照明や生魚、ガソリン券などたくさん景品が用意され、交換所では参加者が笑顔で受け取っていました。

イベントの最後には、新型コロナウイルス感染症により中止していた2年分も合わせて、600発もの花火が打ち上げられました。訪れた方々は、足湯につかったり、少しでも高い位置で見ようと丘に登ったりしながら、思い思いの場所で、家族や友人とともに花火を鑑賞しました。花火が上がるたびに「すごい」「大きいね」「きれい」などの歓声が上がり、イベントは大盛況のうちに終了しました。

焚き火&スノーキャンドル

1月28日に道の駅かづのあんとらあで、焚き火&スノーキャンドルイベントが開催されました。

広場には、およそ200個のスノーキャンドルが置かれ、日が沈むにつれてキャンドルの光が強くなり、幻想的な空間になりました。

キャンドルの優しい光の中、広場中央に設置された焚き火台の点火が行われると、大勢の観客が見守る中、大きな炎が燃え盛り、会場全体がその熱気に包まれました。これを皮切りに、キッズダンスパフォーマンスや津軽三味線スベシャルライブが行われ、観客らは幻想的な空間で行われるパフォーマンスに引き付けられていました。

19時からは、およそ70発の花火が打ち上げられ、観客はその美しさに目を奪われていました。



2023雪に親しむ レクリエーション

2月12日に、十和田市民センター前の広場で、雪に親しむレクリエーションが開催されました。

イベントには約60人が参加し、雪だるまづくりと雪上カルタ、雪上綱引き、宝探しなどが行われました。

雪だるまづくりでは、丁寧に作るチームや独創的な発想の雪だるまを作るチームなどさまざまなあり、雪上カルタと雪上綱引きでは、雪に足を取られながらも、相手に負けじとカルタめがけて駆けたり、綱を引いたりする姿が見られました。

参加者は、雪が降る中、雪遊びを全身で楽しみながら、チームの仲間と親睦を深めました。



読書感想画コンクール展示

2月1日から12日にかけて文化の杜交流館コモッセで、市内小学生による読書感想画コンクール作品の展示が行われました。

このコンクールは、子どもたちに読書とふるさとに伝わる伝説・民話に親しんでもらおうと市内の図書館が企画したもので、市内の小学校と支援学校から108点の応募がありました。「だんぶり長者」や「八郎太郎物語」など、学年ごとに違う民話をテーマに、物語の場面を想像して描かれた作品が並んでいました。

市長賞に選ばれた十和田小学校6年の木村あかねさんの作品は、龍となった八郎太郎が正面から大胆に描かれている大迫力の作品です。はじき絵の技法や、画用紙の外まで続く龍の体が表現されている点が高く評価されました。



鹿角ガイド養成講座 認定式

2月14日に、鹿角ガイド養成講座認定式が行われました。

この講座は、市の観光を学び、伝え、広めるためのガイド育成プロジェクトで、森や山、歴史、食の案内人の育成が行われました。講座は、座学のほか、実際にガイドをする実地練習も行われ、受講者は最後に認定試験を受けます。今回は24人がガイドに認定され、認定者を代表して金沢和美さんが「講座を通して、鹿角が魅力あるところだと再認識した。これを子どもから大人まで多くの人に伝えたい」と意気込みを話しました。



令和 5 年度

各種相談の日程

さまざまな悩みを解決するため、各種相談会を開催します。

専門相談（弁護士相談、相続・登記相談、土地・家屋相談）は事前予約が必要です（当月初めから受付開始）。

無料総合相談

（人権擁護委員）（行政相談委員）

いじめや嫌がらせを何とかしたい、行政に対し
て苦情がある、相談先が分からない など

毎月第2火曜日

▶日にち 4月11日☎、5月9日☎、6月13日☎、
7月11日☎、8月8日☎、9月12日☎、10月
10日☎、11月14日☎、12月12日☎、1月9日☎、
2月13日☎、3月12日☎

▶時間 13時30分～16時

▶場所 市役所 会議室（受け付けは生活環境課）

※事前予約不要

☎ 生活環境課 コミュニティ推進班 ☎ 30-0202

無料相続・登記相談

（工藤渉 司法書士）（上田桂 司法書士）

不動産（空き家を含む）の相続・売買などの登記
手続き、商業登記、裁判所提出書類の作成 など

偶数月の基本第3火曜日

▶日にち 4月18日☎、6月20日☎、8月22日☎、
10月17日☎、12月19日☎、2月20日☎

▶時間 13時30分～15時30分

▶場所 交流センター

※前日までに予約が必要です。定員4人。

☎ 消費生活センター ☎ 30-0258

無料土地・家屋相談

（千葉勉 土地家屋調査士）

境界問題、土地・宅地の分筆、建物の新增築の
測量 など

▶日にち 5月16日☎、9月19日☎、11月21日☎、
3月19日☎

▶時間 13時30分～15時30分

▶場所 交流センター

※前日までに予約が必要です。定員4人。

☎ 消費生活センター ☎ 30-0258

消費生活相談

（窓口・電話・インターネット相談）

悪質な訪問販売、電話勧誘、消費者問題 など

▶日にち 月曜日～金曜日（祝日を除く）

▶時間 8時30分～17時15分

▶場所 消費生活センター（生活環境課内）

☎ 消費生活センター ☎ 30-0258



ホームページはこちら

※日程は、毎月の広報でもお知らせします。

認知症になっても安心して暮らせる地域にするために

☎ あんしん長寿課 介護予防班

☎ 30-0103

オレンジサポーターになって活動しませんか

認知症サポーター

認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温
かく見守る応援者です。何か特別なことをする人ではなく、自分のでき
る範囲で活動します。

認知症サポーター養成講座を受講し、その証としてのオレンジリング
またはサポーターカードを持っている方です。

ボランティアとしての活動に協力できる方

認知症ステップアップ講座を受講

オレンジサポーター

4月の認知症サポーター 養成講座

◇日にち 4月14日☎

◇時間 10時～11時30分

◇場所 八幡平市民センター
視聴覚室

オレンジサポーターの活動

オレンジサポーターは、安心して暮らせる地域づくりを目指し、地域での積極的な見守りや声かけのほか、市事
業への協力や相談窓口の紹介など、身近な相談相手として活動しています。

本市では、現在57人のオレンジサポーターが、それぞれ“今の自分にできる活動”をしています。

●地域での見守り・声かけ

認知症のある人だけでなく誰に対しても、いざという
とき気軽に「困った」と言ってもらえる身近な存在であ
るよう、声かけ活動をしています。内容によっては適切
な相談窓口を紹介します。

●研修でのさらなるスキルアップ

車椅子の操作を体験したり、介護予防や介
護保険、薬のことを学習するなど、定期的に
研修を行い、サポーターとしてのスキルアッ
プに努めています。

●市事業への協力

認知症サポーター養成講座

スタッフとして、受け付けや紙芝居を担当し
ています。

認知症カフェ

スタッフとして、参加者と一緒に創作活動をし
たり、参加者のお話をゆっくり聞いたりして
います。

また、自治会などで認知症
カフェを開催している方もお
り、地域の集まりが少なくな
った今、語り合える貴重な機
会となっています。



スローショッピング

ゆっくり、楽しく、安全に、買い物ができるよ
うお手伝いをしています。

チラシを配布するなど、
事業の周知活動にも力を入
れています。



アルツハイマーデー

街頭でのチラシ配布など、認知症に対する正し
い知識の普及啓発を行っています。

認知症は誰にでも起こりうること、偏見を取り
払い同じ地域の一員として分け隔てなく暮らすと
いう理念を広めています。

秋田県議会議員一般選挙

投票日は4月9日(日)です

共通投票所

鹿角市の有権者であれば、お住いの地域を問わずどこでも投票できます

期日前投票

4月1日(土)

4月8日(土)

鹿角市役所本庁舎

8時30分～20時

文化の杜交流館コモッセ
十和田市民センター
八幡平市民センター
尾去沢市民センター
大湯地区市民センター

9時～20時

投票日

4月9日(日)

6カ所すべて 7時～19時

投票所入場券は1人1枚の

「はがき」で郵送します。

※個人宛で発送するため、郵便局の
転送サービスを利用している方の
入場券は、転送先へ送られます。

期日前投票が便利！

◆買い物のついでに、帰宅途中に、気軽に投票
投票日の混雑（三密）を避けるため期日前投票をご利用
ください。

◆手続きも簡単

投票所入場券裏面の期日前投票宣誓書の記入欄を、事前
にご記入の上、ご持参ください。

投票日当日、移動が困難な方を投票所まで送迎します

◆対象 次の全ての要件を満たす方

- ①右表の行政区にお住まいの方
- ②高齢者または障がいのある方（ただしバスの乗り降りが自力でできる方）
- ③家族の送迎などで投票所へ行けない方

※運行スケジュールなど、詳しくは、広報
かづの4月号と一緒に配布するチラシを
ご覧ください。

行政区など	集合場所	投票所
トロコ、水沢	水沢自治会館	八幡平市民センター
熊沢	熊沢自治会館	
湯瀬	湯瀬自治会館	
三ツ矢沢	三ツ矢沢自治会館	尾去沢市民センター
花軒田・曲沢	花軒田自治会館	文化の杜交流館コモッセ
大清水、戸倉、田代、熊取平、 大平、中滝、白沢、川上	中滝ふるさと学舎	大湯地区市民センター
箒畑	箒畑自治会館	十和田市民センター
土深井	土深井集会所	

選挙管理委員会事務局 ☎ 30-0285

花づくりは地域づくり心づくり 花いっぱい運動



背景写真：植花夢（大湯パンジーの会）

本市では、花だんづくりが盛んに行われており、令和4年度も全国・全県の花だんコンクールで表彰されました。

第32回

全国花のまちづくりコンクール

- ・大湯パンジーの会（入選）

第58回全県花だんコンクール

- ・鶴田フラワーロード中道（秋田県花いっぱい運動の会会長賞）
- ・久保田自治会（秋田県花いっぱい運動の会会長賞）
- ・鹿角市立八幡平小学校（優秀賞）
- ・大湯パンジーの会（モデル花だん）
- ・秋田県立比内支援学校かづの校（モデル花だん）

◆対象 自治会、子ども会、婦人会、老人クラブ、学校、企業などの団体（個人は不可）

花づくりは、美しいまちづくり、地域に元気を与え、子どもたちの思いやりの心も育みます。市では、みんなが力を合わせ、思いやりの心と元気があふれるまちを目指し、花いっぱい運動を行っています。
令和5年度も、花の種と苗の配布を行います。種は4月下旬、苗は6月下旬から7月上旬に配布予定です。来る彩りの季節に向けて、ぜひ皆さんで参加ください。

☎ 30-0292
FAX 30-1140
生涯学習課社会教育班

- ◆申込方法 各市民センター、大湯支所、生涯学習課にある注文書に記入し提出してください。
※FAXで申し込む際は、送信したことを電話でお知らせください。
- ◆花種 無料
サルビア（赤・青・白）、マリーゴールド（黄・橙）、ペチュニア（ピンク）、ケイトウ（赤・ピンク）
- ◆花苗 有料
1本40円（50本単位となるので1種2千円から）
サルビア（赤・青）、マリーゴールド（黄・橙）、ペチュニア（ピンク）、ケイトウ（赤・ピンク）
- ◆申込締切 3月16日（17時）（必着）

年金から天引きされている方へ 国民健康保険税が仮徴収されます

令和4年度国民健康保険税が年金から天引き（特別徴収）されている方からは、令和5年2月の年金天引き額と同額を4月・6月・8月の年金からも仮徴収します。

本徴収の額は、7月の本算定時に確定し、年税額から仮徴収額を差し引いた額を、10月以降の納期に振り分けます（仮徴収で年税額より多く支払っている方には還付されます）。

令和5年度納付月						
支払い月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
特別徴収	◎		◎		◎	
支払い月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特別徴収	●		●		●	

◎仮徴収 ●本徴収

☎ 税務課 課税班 ☎ 30-0213

休日・平日時間延長 マイナンバーカード交付窓口開設

休日や平日の下記時間帯に、マイナンバーカードの受け取りができます。

休日

- ▶ 日にち 3月5日☎、12日☎、26日☎
- ▶ 時間 8時30分～11時、13時～16時

平日時間延長

- ▶ 日にち 3月13日☎～24日☎（土日祝日を除く）
- ▶ 時間 18時40分まで（要予約）

受け取りの際に必要な物

- ・交付通知書（届いたはがき）
- ・本人確認書類（顔写真あり1点、または顔写真無し2点）
- ・通知カード、住民基本台帳カード（お持ちの場合）

☎ 市民課 戸籍年金班 ☎ 30-0212

徴収方法の変更

過去2年間において国民健康保険税の未納が無く、口座振替による納付方法を選択する場合は、国民健康保険税の徴収方法を特別徴収（年金天引き）から普通徴収に変更することができます。希望される方は、税務課課税班へお申し込みください。

なお、変更後に要件を満たさなくなった場合は、再び年金天引きに変更させていただくことがありますので、ご了承ください。

※普通徴収の納期は7月から2月までの8回です。

▶ 申請に必要なもの

- ①被保険者証
- ②これまで市税などの口座振替を利用していない方は、口座振替申し込み後の申請となります。ご利用になる金融機関へ「口座振替依頼書」を提出し、その口座振替依頼書の本人控え（金融機関の受付印のあるもの）をお持ちください。

水質を適正に管理 令和5年度 水質検査計画（案）

水質検査の適正化を確保することを目的とした、上水道の「令和5年度 水質検査計画（案）」を公開しています。

- ▶ 公開期間 3月1日☎から
- ▶ 公開場所 上下水道課 上下水道班の窓口および市ホームページで閲覧することができます。



ホームページはこちら

☎ 上下水道課 上下水道班 ☎ 30-0270

住宅にお困りの方へ 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。申込者が多数の場合は、抽選により入居者を決定します。

- ▶ 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
- ▶ 募集期間 3月1日☎～15日☎ 8時30分～17時15分（土日を除く）
- ※都市整備課建築住宅班および各支所に募集案内と申込書を備え付けています。
- ▶ 抽選日 3月30日☎（予定）
- ▶ 申込先 都市整備課 建築住宅班

☎ 都市整備課 建築住宅班 ☎ 30-0266

**国保の届け出忘れずに
就職・退職・就学・卒業**

就職や退職、就学や卒業など、人生の節目を迎える時期です。就職・退職などに伴う健康保険変更は自動では行われませんので、必ず手続きが必要です。市役所市民課または各支所へ届出をお願いします。

なお、手続きの際には下表に記載されている持ち物のほか、マイナンバーカードや身分証明書（運転免許証など）をお持ちください。

国保を脱退するとき

事由	持ち物
他の市区町村に転出するとき	被保険者証
職場の健康保険に加入または被扶養者になったとき	被保険者証、職場の被保険者証
亡くなったとき	被保険者証

マル福（福祉医療受給者証）をお持ちの方へ

健康保険の被保険者証が変わった場合は、届け出が必要です。

届け出をしないと、福祉医療費の助成が受けられない場合があります。

新しい被保険者証をお持ちになり、市民課または各支所で手続きをお願いします。

学生でなくなったとき

マル学対象者が卒業などにより学生でなくなった場合、被保険者証の返還が必要です。

▼ 持ち物 マル学の被保険者証、学生でなくなった日を認める書類（卒業証明書や退学証明書など）



就学のため転出するとき

子どもが※大学などに入学するため、市外に住所を定め、元の世帯主が子どもの生活費などを援助していることが認められるときは、就学中の被保険者の特例（マル学）を申請することで、引き続き国保に加入することができま。

▼ 持ち物 在学証明書

※学校教育法に規定する学校、専修学校、各種学校のほか、これらの学校などと同程度の教育を行う教育機関も含まれます。

国保から脱退した方

3月中に国保から脱退した方は、3月分の保険料は新しい健康保険からの請求となります。令和4年度の国保税は2月中に納付が完了していますので、納めすぎとなる方に対しては、過納分の国保税をお返しします。

手続きの翌月末までに、還付のお知らせを送付します。

4月に国保から脱退した場合は、令和5年度の国保税は賦課されません。

国保へ加入する方

3月中に国保へ加入した方には、3月分の国保税の納付書が4月に送付されます。4月以降の国保税については、7月に※1年分の納付書が送付されます。

※4月から翌年3月までの1年分の国保税を、7月から2月の8回に分けて納付していただきます。

国民健康保険税の納付

国民健康保険 加入・脱退の手続き

加入・脱退などの手続きについて

☎ 市民課 国保医療班 ☎ 30-0222

国民健康保険税（賦課、納付、試算など）について

☎ 税務課 課税班 ☎ 30-0213

国保に加入するとき

事由	持ち物
他の市区町村から転入してきたとき	転出証明書
職場の健康保険をやめたとき	職場の健康保険をめた証明書
職場の健康保険の被扶養者からはずれたとき	被扶養者でない理由の証明書
子どもが生まれたとき	母子健康手帳

その他国保に係る手続き

事由	持ち物
市内で住所が変わったとき	被保険者証
世帯主や氏名が変わったとき	
世帯が分かれる、または一緒になったとき	
就学のため、別に住所を定めるとき	被保険者証、在学証明書

がん検診
健康診断

受けるだけでは、意味がない。

結果が届いた後の行動が、あなたの人生を左右します。

がん検診や特定健診・人間ドックなどを受診し、精密検査や治療が必要と判定された後に医療機関を受診されていない方は、早めに受診しましょう。

「症状がない」「健康だから」「面倒くさい」といった理由で受診していないと、病気がどんどん進行してしまう恐れがあります。病気を早期に発見・治療できれば、治る確率が高くなり、身体的・経済的負担も少なくなりますので、ご自身の検（健）診結果を再度ご確認ください。

※受診状況の確認と受診勧奨のため、市から連絡することがありますのでご了承ください。

これだけはやめましょう！

要精密検査の結果が届いた

自覚症状がない

大丈夫だ、来年まで様子を見よう



● 3月の健康運動教室

どなたでも無料で参加できます。前日までに、市民課国保医療班に電話でお申し込みください。日程や場所が変更になる場合には、お申し込みいただいた方に個別に連絡します。

無料託児を利用される方は、4日前までに子ども未来センター（☎30・0855）へ直接お申し込みください。

日時／場所／持ち物など

スローエアロビクス教室（ヘルスデザイン）
1日 10時／花輪市民センター（コモッセ内）／運動ぐつ、水分補給の飲料

ストレッチポール教室（さんさんレディースクラブ）
6日 10時／交流センター／運動ぐつ、水分補給の飲料、①ストレッチポール、②ヨガマット

※①②は有料で貸し出しています。

フィットネス教室【ヨガ】（ウインプルスポーツクラブ）
9日 19時／福祉保健センター／水分補給の飲料、タオル、ヨガマットまたは大判バスタオル

ココから体操教室（華美会）
10日 10時／福祉保健センター／運動ぐつ、水分補給の飲料

3月の献血車訪問

日にち	受付時間	場所
9日 木	9時～9時50分	JA かつの宮農経済部
	10時50分～12時30分	福祉保健センター
	14時30分～16時30分	鹿角中央病院

※400ミリリットル献血にご協力をお願いします。輸血患者の副作用軽減につながります。
※新型コロナウイルスワクチンを接種された方は、接種後48時間を経過していれば、献血にご協力いただくことが可能です。



☎ 市民課 国保医療班 ☎ 30・0222

浅利ゆみ先生の健康体操教室（スマイル教室）
14日 13時30分／花輪市民センター（コモッセ内）／水分補給の飲料
28日 13時30分／福祉保健センター／水分補給の飲料

ちよ筋ストレッチ教室（ホリデーサークル）
26日 10時／福祉プラザ／ヨガマットまたは大判バスタオル、水分補給の飲料

後期高齢者医療制度説明会

新たに後期高齢者医療に加入する方を中心に、制度についての説明会を開催します。どなたでも参加できますので、お気軽にお越しください。

◇日時 3月17日 10時～11時まで
◇場所 市役所第5会議室

☎ 市民課 国保医療班 ☎ 30・0222

3月のナトリウム比測定会 & 骨密度測定会

ナトリウム比測定は、採尿により塩分の摂取状況が分かり、骨密度測定は、足首に超音波を当てて測定することで、骨粗しょう症の早期発見につながります。また、希望する方は、みそ汁の塩分濃度を測定できます。自分の身体の状態を知り、生活習慣の改善に取り組んでみませんか。

◇日時 3月7日 13時30分～14時30分
◇場所 大湯温泉保養センター 湯都里
※骨密度測定は、素足になりやすい服装でご参加ください。
※みそ汁の塩分濃度測定を希望される方は、容器に入れて持参してください。

☎ 市民課 国保医療班 ☎ 30・0222

テレフォン病院24

年中無休 24時間 通話無料

0120-959-783



はり・きゅう・マッサージ 受療券の有効期限

65歳以上の方へ、はり・きゅう・マッサージ受療券を交付しています。令和4年度分の有効期限は、3月31日 15時です。有効期限を過ぎると使用できなくなりますので、ご注意ください。

☎ 市民課 国保医療班 ☎ 30・0222

高齢者福祉タクシー券

令和4年度の高齢者福祉タクシー券は3月31日 15時が使用期限となっています。未使用のタクシー券は、4月以降は使用できませんので、期限内に使用してください。

令和5年度の高齢者福祉タクシー券は4月3日 15時から申請を受け付けます。

◇対象 本市に住所があり、在宅で生活をしている満80歳以上の方

※重い障がいのある方を対象としている福祉タクシー券の交付を受けている方、本人や同居家族が自動車を使用している方、介護保険施設に入所中の方は対象外です。

☎ あんしん長寿課 高齢者支援班 ☎ 30・0234

認知症カフェの日程（9時30分～12時30分）

名称	日にち	場所
オレンジカフェ しゃべり～な ☎ 30-0103	3日 金	文化の杜交流館コモッセ こもればい広場
	17日 金	谷内地区市民センター
ユニバーサルカフェ YUTORI ☎ 37-2088	4月7日 金	文化の杜交流館コモッセ こもればい広場
	6日 月	大湯温泉保養センター 湯都里
ぶら～っとカフェ ☎ 23-2165	16日 木	社会福祉協議会
まちっこカフェ ☎ 22-4080	18日 土	多世代交流スペース まちっこ
ほっとな茶屋 月山の郷 ☎ 25-8022	19日 日	月山の郷

認知症カフェでは、暮らしや介護予防に関する情報をお届けしています。また、作品づくりやゲーム、紙芝居のほか、ゆっくり読書をしたり語り合ったりすることもできます。

◇対象 認知症のあるなしに関わらず、老若男女どなたでも参加できます。

☎ あんしん長寿課 介護予防班 ☎ 30-0103

第50回鹿角市かるた選手権大会結果

2月12日に鹿角市かるた選手権大会が文化の杜交流館コモッセで開催されました。A級からF級まで6つのクラスに53人がエントリーし、白熱した試合が展開され、競技かるたを通じた交流が深められました。

生涯学習課 文化財振興班 ☎ 30-0294

第50回鹿角市かるた選手権大会入賞者

- A級【選手権の部（有段者）】**
- 1位 佐藤 穂之生（青森かるた会）
 - 2位 奈良 瑛子（花輪かるた会）
 - 3位 原田 奈枝子（青森かるた会）
- B級【一般の部】**
- 1位 小暮 夏寧（弘前大学）
 - 2位 笹森 穂花（弘前大学）
 - 3位 阿部 範仁（大館鳳鳴高校）
- C級【中学生の部】**
- 1位 越田 優花（秋田このはな会・秋田市立城東中）
 - 2位 山崎 心結（秋田このはな会・秋田市立城東中）
 - 3位 高杉 響弥（尾去沢中）
 - 4位 高杉 実桜（花輪中）
 - 5位 小笠原 惇泰（花輪中）
- D級【小学5・6年生の部】**
- 1位 工藤 輝衣（青森かるた会）
 - 2位 岸 和希（青森かるた会）
 - 3位 丸岡 史佳（花輪小）
- E級【小学3・4年生の部】**
- 1位 小笠原 惟人（花輪小）
 - 2位 石木 菜紬（花輪小）
 - 3位 田島 悠獅（大湯小）
 - 4位 山本 愛桜（花輪小）
 - 5位 奈良 愛琉（花輪小）
 - 6位 高嶋 唯（花輪小）
- F級【小学2年生以下の部】**
- 1位 関 理桜（わんぱくはうす）
 - 2位 関 理夏（わんぱくはうす）
 - 3位 畠山 楓菜（わんぱくはうす）
 - 4位 畠山 結衣（花輪小）



先人顕彰館

特別展「立山家の人々」

「立山文庫」を創設した第四郎と天才数学者の林平、十和田図書館初代館長の廉吉の3人を取り上げた特別展示です。

期間 3月12日 まで

場所 先人顕彰館

先人顕彰館 ☎ 35・5250

花輪図書館

古文書読み方講座

日時 3月16日 13時30分～15時
場所 花輪市民センター 研修室（コモッセ内）

講師 柳澤 裕子氏

内容 「出陣日記」（内藤調一著）、「尾去沢銅山年中行事」（阿部恭助・著）

十和田八幡平国立公園写真展

期間 3月8日 23日 まで
時間 8時30分～22時
場所 文化の杜交流館コモッセ
内容 十和田八幡平国立公園で活動するアクティブ・レンジャーが日々撮りだめた写真を展示します。

花輪図書館 ☎ 23・4471

十和田図書館

郷土を語る会

日時 3月17日 14時～16時
場所 十和田図書館 2階 講座室
講師 金沢 文三氏
内容 松浦武四郎の「鹿角日誌」の田山から盛岡までを読み進めます。

Towada Gallery 第83弾

鹿角観光いろはカルタ〈十和田版〉特別展
十和田地区の観光地や伝説、伝統、人物などを題材に、十和田地域づくり協議会が制作した「鹿角観光いろはカルタ〈十和田版〉」の大判サイズを展示します。

期間 3月7日 3月31日 まで
時間 9時～17時30分
場所 十和田図書館 2階 講座室

図書館サポーター養成講座

日時 3月11日 13時30分～15時
場所 十和田図書館 2階 講座室
対象 一般・高校生
定員 15人（要申込）
内容 図書館業務に興味があり、図書館サポーターとして活動する意欲のある方向けの講座です。図書館の仕事や分類法、著作権などについて学びます。

十和田図書館 ☎ 35・3239

子ども未来センター

あねのひ（保健師・助産師）

子育ての悩みや不安を、保健師と助産師が解決します。子育てについて気軽に話ができる会ですので、ぜひご参加ください。

日時 3月2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 市内子育て・孫かて中の方
※参加無料

奏&YOMUYOMU & PYONPYON 6日

親子で音に合わせて踊ったり、絵本の読み聞かせをしたりして、未就学児の子どもたちの五感を刺激します。



日時 3月9日 10時～12時
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
※参加無料

今月のお誕生日

小館 高くん 2歳



令和3年3月5日生／花輪
父 源太さん・母 雪絵さん

乗り物が大好きで、消防車を見ると大興奮！歌や踊りも上手になり、毎日かわいい歌声で癒してくれます♪

田中 翠ちゃん 1歳



令和4年3月7日生／花輪
父 宏樹さん・母 結さん

家族の癒し担当から、どんどんいたずら担当に♪最近はお返事もできるようになり、やり取りが楽しくなっています！

乳幼児の健診カレンダー

とき	内容	対象	受付時間
3日 金	3歳児健診	令和元年10月24日～11月30日生	12時45分～13時
8日 木	3～4か月児健診	令和4年11月生	
9日 金	1歳6か月児健診	令和3年7月7日～7月31日生	
14日 木	乳児相談（4～5か月児）	令和4年10月・11月生	9時45分～10時
16日 土	乳児相談（8～10か月児）	令和4年5月・6月生	

場所 福祉保健センター

※お子さま1人につき、付き添いの方は1人をお願いします。体調不良や3月の参加が難しい場合は、ご連絡ください。

子育て世代包括支援窓口 PIKE☆PIKE ☎ 30-0265

みんなの情報広場のコーナーです。
原稿の締切日は発行月の前月8日です。

◎FAX、郵送でもお申し込みできます。
政策企画課 ☎30・0205 FAX 30・1122

協会けんぽの保険料率の変更

協会けんぽは、主に中小企業の従業員とその家族が加入できる健康保険です。

秋田支部の健康保険料率は、令和5年4月納付分から9・86%（現行10・27%）へ引き下げとなります。一方、40歳から64歳までの方に対する介護保険料率は、全国一律1・82%（現行1・64%）へ引き上げとなります。

医療費に基づいて算出される保険料率は、皆さんの健康への取り組みによって抑えることができます。病気の予防や健康維持のために年1回の健康診断を必ず受けましょう。

◎全国健康保険協会（協会けんぽ）秋田支部
☎018・883・1841

県有財産の売却

県公有財産をお売りします。
所在地…花輪字明堂長根36・1
面積…1295㎡
価格…727万1千円
※詳しくは、お問い合わせください。

◎秋田県出納局財産活用課
☎018・860・2735

子ども語りべのついでい

鹿角民話の会とつとはらえが花輪・十和田図書館と共催する語りべの会です。市内小中学校の児童・生徒12人が、鹿角に伝わる「むがつしつこ」を情感たっぷりに語ります。
日時…3月25日 13時30分（開場13時）
場所…文化の杜交流館コモッセ文化ホール
※入場無料。
※未就学児入場可。

◎鹿角民話の会（北村）
☎090・4886・5153

2023年度国家公務員採用試験

人事院では、国家公務員採用試験総合試験、一般職試験を実施します。

総合職試験

【院卒者試験・大卒程度試験】
受付期間…3月1日 9時～3月20日 9時（受信有効）

一般職試験

【大卒程度試験】
受付期間…3月1日 9時～3月20日 9時（受信有効）

【高卒者試験】
受付期間…6月19日 9時～6月28日 9時（受信有効）

申込方法…インターネットで「国家公務員試験採用情報NAVI」(https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html)からお申し込みください。



国家公務員試験採用情報NAVI

※詳しくは、お問い合わせください。

◎人事院東北事務局第二課試験係
☎022・221・2022

2023年度国家公務員国税専門官採用試験

仙台国税局では、バイタリティあふれる国税専門官を募集しています。

国税専門官は、国の財政を支える重要な仕事を担い、税務署などで、調査・徴収・検査・指導などを行う税のスペシャリストです。

受験資格…

- ①平成5年4月2日～平成14年4月1日生まれの方
- ②平成14年4月2日以降に生まれた方で次のいずれかに該当する方
- ・大学を卒業または令和6年3月までに卒業見込みの方
- ・人事院が前項と同等の資格があると認めた方

申込方法…「国家公務員試験採用情報NAVI」からお申し込みください。



国家公務員試験採用情報NAVI

受付締切…3月20日 第1次試験日…6月4日

※詳しくは、お問い合わせください。

◎仙台国税局 人事第二課試験研修係
☎022・263・1111

人事院東北事務局
☎022・221・2022

老人クラブに入会しませんか

老人クラブは地域を基盤とする高齢者の自主的な組織です。ウォーキングやグラウンドゴルフ、奉仕活動、友愛活動などを行い、元気に楽しく活動しています。

おおむね60歳以上の方ならどなたでも入会できますので、お近くの老人クラブ会員にお声がけください。

◎鹿角市老人クラブ連合会事務局
☎22・1333

高齢者センターを利用しませんか

高齢者センターは、高齢者の介護予防を目的に、健康増進や生きがいを創出する活動を支援しています。踊りや体操、レクリエーションなどの教室・講座を開催しており、おおむね60歳以上の方はどなたでも利用できます。

時間…9時～16時
※毎週日曜日・祝日・年末年始は休館となります。

※毎週水曜日から金曜日には、浴室を利用できます。

◎高齢者センター（福祉プラザ内）
☎23・8480

環境学習・活動器具類の貸し出し

県では、子どもの環境学習や環境活動に関わる個人・団体を対象に、観察・実験器具などを貸し出しています。貸し出し器具の一覧など、詳しくは美の国あきたネット（コンテンツ番号46590）をご覧ください。

◎秋田県生活環境部温暖化対策課
☎018・860・1560

しんくみはばたき奨学金 令和5年度奨学生募集

受給資格…

- ①県内の高等学校または工業高等専門学校（ただし3年生までに在学する母子家庭・父子家庭の学生で、本人および保護者が県内に住所を有している方。
- ②本人の父母またはこれに代わって家計を支えている人の収入（複数ある場合はその合計額）が次の金額以下であること。

給与所得者 270万円
給与所得以外 135万円
給付額…年額10万円
給付期間…1年間
定員…30人

募集期間…4月3日～14日
※詳しくは、お問い合わせください。

◎秋田県信用組合総務部
☎018・831・3551

電柱にあるカラスの巣を見つけたら

例年、3月から6月にかけて、カラスが繁殖期を迎え、電柱へ巣作り（営巣）をします。巣の材料には、鉄線や針金ハンガーなどが含まれていることがあり、この金属類が電線に触れることで停電が発生します。停電を未然に防ぐためにも、営巣や電線への倒木などを見かけた場合は、すぐにご連絡ください。



※東北電力ネットワーク停電情報アプリのチャットからも連絡できます。



停電情報アプリはこちら

◎東北電力ネットワークコールセンター
☎0120・175・366

今月の相談日程

■出張年金相談（鷹巣年金事務所）
相談日：3月1日 8日 15日 22日 29日
相談場所：市役所第1・2会議室／開設時間：9時30分～12時、13時～15時30分
※相談日の1カ月前から前日までに鷹巣年金事務所への予約が必要です。基礎年金番号のわかる年金手帳や年金証書をご準備の上、電話で予約してください。
◎鷹巣年金事務所 お客様相談室
☎0186-62-1490

■無料総合相談（人権擁護委員・行政相談委員）
相談日：3月14日
相談場所：市役所第3会議室／開設時間：13時30分～16時
※予約は不要です。
◎生活環境課 コミュニティ推進班
☎30-0202

■無料土地・家屋相談（土地家屋調査士）
相談日：3月20日
相談場所：交流センター／受付時間：13時30分～15時30分
※前日までに予約が必要です。
◎消費生活センター ☎30-0258

■無料弁護士相談（秋田弁護士会）
①相談日：3月9日
相談場所：交流センター／開設時間：13時30分～16時／担当：川田 繁幸弁護士
②相談日：3月23日
相談場所：交流センター／開設時間：13時30分～16時／担当：熊谷 克史弁護士
※どちらも前日までに予約が必要です。
◎消費生活センター ☎30-0258

A・A国際活動助成金

県内で、国際交流や国際協力・国際理解などの多文化共生を推進する活動を行う団体を対象に、その事業費の一部を助成します。
申請期間…3月31日
助成金額…助成対象経費のうち8万円まで
回数…一団体年1回、同一団体による同一事業については3回まで
※詳しくは、お問い合わせください。



秋田ノーザンハピネッツ 25 市町村応援 DAY

秋田ノーザンハピネッツのホームゲームに招待

秋田県をホームとするプロバスケットボールチーム「秋田ノーザンハピネッツ」の試合が無料で観覧できますので、ぜひご応募ください。

対象試合：

- ①3月22日 19時5分～／宇都宮ブレックス戦
- ②4月1日 14時5分～／名古屋ダイヤモンドドルフィンズ戦
- ③4月2日 14時5分～／名古屋ダイヤモンドドルフィンズ戦

場所：CNA アリーナ☆あきた（秋田市立体育館）（秋田市八橋本町 6-12-20）

※3試合とも大館市から試合会場まで無料シャトルバスを運行します。（事前申し込みが必要です）

座席：2階自由席

定員：各試合先着 200 人

申込方法：秋田ノーザンハピネッツのホームページからお申し込みください。

ホームページはこちら



◎秋田ノーザンハピネッツ株式会社 ☎018-835-5582

旭町三区自治会は、ユネスコ無形文化遺産の「花輪ばやし」を継承し、世代を超えた絆の強い活気あふれる自治会にするため、テント用の幕を新調し、華やかさを加えるとともに、衣装を新しく購入し、浴衣を持っていない町内外の方々でも祭りに参加できるようにしました。

旭町三区自治会長から

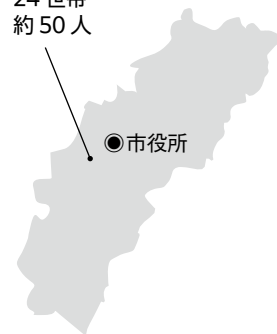
補助金を活用することで、古くなったテント用の幕を新調し、衣装も購入できました。昨年の花輪ばやしでは、町内の方々から新しい幕を絶賛され、浴衣の貸し出しは、参加者到大変喜ばれました。今後も自治会以外の方々からも協力と応援をいただき、みんなで地域活性化に努め、若者の協力を取り入れて、明るく楽しい町にしていきたいと思います。

取組内容

花輪地区の「旭町三区自治会」における、集落支援員活動事業と市の補助制度を活用した取り組みをご紹介します。

旭町三区自治会の取り組み

旭町三区自治会
24世帯
約50人



集落支援員活動事業

集落支援員が、自治会の「状況調査」を行い、調査結果を基に自治会の現状や課題、将来の自治会像などについて自治会と共に「話し合い」を進め、「活性化活動」への取り組みを支援します。
小規模な自治会（おおむね50世帯以下）を中心に支援しています。活用を検討される自治会は、お気軽にお問い合わせください。



市内では、春彼岸に伝統行事「オジナオバナ」が行われます。
オジナオバナとは、お爺さんやお婆さんなど、先祖の霊を迎え、祖霊を慰める行事です。「祖霊はすぐ近くの山に住み、私たちを守っている」と信じられていて、祖霊へのお礼に春彼岸の夕刻に墓地や広場で篝火を焚いて祖霊を迎えています。オジナオバナは、篝火を焚いたり、松明を灯すなど火を使うことが特徴です。かつては多くの集落で行われていましたが、現在は大湯地区の宮野平、八幡平地区の谷内、夏井の3カ所のみで行われています。



宮野平オジナオバナ
わらなどで小屋を作り、その小屋に火を放ちます。燃え盛る小屋のまわりでは、子どもたちが大声で「オジノバナアー」と唱えます。
◇日にち 3月21日
◇場所・時間 集落南の豊真木川沿いの田んぼ・18時30分
◇谷内オジナオバナ・夏井オジナオバナ
針金を通した空き缶に松の根元を燃やし入れて、円を描くように大きく振り回します。
◇日にち 3月24日
◇場所・時間 谷内運動広場・18時、夏井自治会館・18時30分
火を焚いて先祖を迎える行事は全国各地で「お盆の行事」として行われていますが、オジナオバナは春彼岸の時期に行われる全国でも珍しい行事です。今年の春彼岸は、オジナオバナを見て、地域の文化財に触れてみませんか。

オジナオバナを見に行こう！

地域の良さを再認識することで、地域を誇り、自ら発信できるきっかけになるよう、鹿角の魅力を毎月お届けします。

ステキな鹿角をみんなでPRしよう
目指せ!! 鹿角ガイド



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。



アルプスからの冷たい風が強く吹くハンガリーのショプロン市から、鹿角の皆さんにこちらの様子をお伝えします。今回は、1月中旬から開始した日本語教室について紹介します。

この日本語教室は、ショプロン市が1997年から開催している無料の教室で、これまで受講した方々は、ハンガリーの日本大使館に勤務したり、日本語の講師になったり、大学で日本語を専攻するなど、実績のある教室です。語学指導員の任期は2年間で、私で12人目となります。

1月中旬から6月末までの日本語教室には、約60人の申し込みがあり、そのうちの3分の2は初めて日本語を学びます。初めて目にするひらがなやカタカナの形、書き順に苦戦しながらも、熱心に勉強しています。受講者の年代も10代から70代まで幅広く、「日本語の文字が面白い」「アニメや漫画が好き」「料理や文化を知りたい」といったさまざまな理由で受



日本語教室の授業の様子

講しています。また、上級者クラスのリベルはとて高く、日本語だけで授業ができます。教室には、ハンガリー人だけではなく、ショプロン市に住むドイツ人やインド人の方もおり、私にとっても学びの多い時間を過ごしています。
初回の授業では、鹿角の四季について紹介しました。豪華で賑やかな花輪ばやしの動画や大きなジャンプ台のあるスキー場の写真を見て驚いている様子でした。四季折々にさまざまな表情を見せる鹿角の風景に、いつか行ってみたいという多くの声がありました。一日でも早く、両市の受入・訪問事業が再開することを願うばかりです。

できたてほやほや 地元の新店情報 フレッシュな店っこ

モア シフォン
More Chiffon

開業のきっかけ

体に負担の少ない低カロリーのノンオイル米粉シフォンケーキを作っています。地元の野菜や果物をケーキの材料に使い、地産地消を目指しています。

フレーバーによっては、食材の水分のみで焼き上げる商品もあり、素材そのものの味と米粉のおいしさを味わうことができます。「鹿角には、こんな食材もあるんだ」と皆さんに知っていただければと思っています。

今年の3月で開業一周年を迎えます。4月からは、ノンオイル米粉シフォンケーキ専門の教室も開講しますので、たくさんの方に、米粉シフォンのおいしさや作る楽しさを知っていただければ嬉しいです。



Instagram



LINE



代表：柳沢 智嘉子さん



自宅敷地内のコンテナで製造し、日曜日のみ予約販売しています。

所在地：十和田大湯字狐崎 177-1
事業内容：シフォンケーキの製造販売

注目のこだわりポイント



※カレンダ―下部「在宅当番医」の診療時間…月曜から金曜は17時～20時、土曜は14時～17時、日曜祝日は8時30分～17時
※かづの厚生病院の入り口は「救急入口」になります。

3月の行事予定（在宅当番医）						
日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
市議会 3 月定例会 ▶日程 2 月 24 日 議会本会議（開会）、 2 月 28 日 議案質疑、3 月 7 日 議決 表質問、3 月 8 日 9 日 一般質問、 3 月 10 日 議会・13 日 月常任委員会、3 月 20 日 月本会議（閉会）※都合によ り変更になる場合があります。 ☎ 議会事務局 ☎ 30-0280			1 ■出張年金相談	2 ■シルバーハ体操教室 福祉保健センター	3 ■シルバーハ体操教室 湯都里	4
			なかのクリニック ☎ 22-7335	鹿角中央病院 ☎ 23-4131	福永医院 ☎ 35-3117	小坂町診療所 ☎ 29-5500
5	6 ■シルバーハ体操教室 尾去沢市民センター	7	8 ■出張年金相談	9 ■無料弁護士相談 ■シルバーハ体操教室 八幡平市民センター	10	11
本田医院 ☎ 35-3002	大里医院 ☎ 22-1251	いけがみクリニック ☎ 30-0111	三ヶ田医院 ☎ 31-1231	なかのクリニック ☎ 22-7335	小坂町診療所 ☎ 29-5500	鹿角中央病院 ☎ 23-4131
12	13	14 ■無料総合相談 ■シルバーハ体操教室 十和田市民センター	15 ■出張年金相談 ■シルバーハ体操教室 福祉保健センター	16 ■シルバーハ体操教室 尾去沢市民センター	17 ■シルバーハ体操教室 湯都里	18
かづの厚生病院 ☎ 23-2111	大里医院 ☎ 22-1251	大湯リハビリ病院 ☎ 37-3511	三ヶ田医院 ☎ 31-1231	小坂町診療所 ☎ 29-5500	いけがみクリニック ☎ 30-0111	福永医院 ☎ 35-3117
19	20 ■無料土地・家屋相談	21 春分の日	22 ■出張年金相談	23 ■無料弁護士相談 ■シルバーハ体操教室 八幡平市民センター	24	25
大里医院 ☎ 22-1251	なかのクリニック ☎ 22-7335	大湯リハビリ病院 ☎ 37-3511	本田医院 ☎ 35-3002	鹿角中央病院 ☎ 23-4131	大湯リハビリ病院 ☎ 37-3511	本田医院 ☎ 35-3002
26	27	28 ■シルバーハ体操教室 十和田市民センター	29 ■出張年金相談	30	31	
かづの厚生病院 ☎ 23-2111	なかのクリニック ☎ 22-7335	いけがみクリニック ☎ 30-0111	三ヶ田医院 ☎ 31-1231	小坂町診療所 ☎ 29-5500	福永医院 ☎ 35-3117	

寒い夜はストーブの前で。今月の新刊。

手づくり二十四節気
平野 恵理子 著（ハーバーコリンズ・ジャパン）



立春や春分、夏至など、季節を表す言葉として用いられる「二十四節気」。身近な物を使って、季節にちなんだ物を手づくりしてみませんか。（花輪）

きょうりゅうバスでとしゃかんへ
リウ・スーユエン 文／リン・シャオペイ 絵
／石田 稔 訳（世界文化社）



図書館のおはなし会に間に合うよう子どもたちは、きょうりゅうバスに乗って図書館に向かいます。きょうりゅうと子どもたちの心温まる物語です。カバーには世界各地の移動図書館を掲載しています。（花輪）

いつもの言葉があか抜ける
オトナ女子のすてきな語彙力帳
吉井 奈々 著（ダイヤモンド社）



いつもの言葉をちょっと変えるだけで、相手との距離が縮まり、気持ちがうまくなり、日常会話や職場での人間関係を円滑にするヒントが詰まった一冊です。（十和田）

図書館にまいこんだ こどもの大質問
こどもの大質問編集部 編（青春出版社）



子どもたちのピュアな疑問から始まった、かわい難問や奇問について、図書館司書が本気で調べ、答えた奮闘記です。全国各地の図書館のユニークな事例を紹介しています。（十和田）

花輪図書館（コモッセ内）☎23-4471
十和田図書館 ☎35-3239

「あおぞらぶっく号」が走る
≒今月の移動図書館巡回日≒

- 大湯①コース
2 日 8 日・16 日 8 日
- 大湯②コース
3 日 8 日・17 日 8 日
- 八幡平コース
7 日 8 日・21 日 8 日
- 花輪コース
9 日 8 日・23 日 8 日
- 尾去沢コース
10 日 8 日・24 日 8 日
- 毛馬内コース
14 日 8 日・28 日 8 日



人口と世帯（令和 5 年 1 月末現在）

男性：13,458 人
合計：28,400 人
（12,597 世帯）
女性：14,942 人

今月のシルリハ体操教室

◇時間 13 時 30 分～14 時 30 分

日にち	場所
2 日 8 日、15 日 8 日	福祉保健センター
3 日 8 日、17 日 8 日	大湯温泉保養センター 湯都里
6 日 8 日、16 日 8 日	尾去沢市民センター
9 日 8 日、23 日 8 日	八幡平市民センター
14 日 8 日、28 日 8 日	十和田市民センター

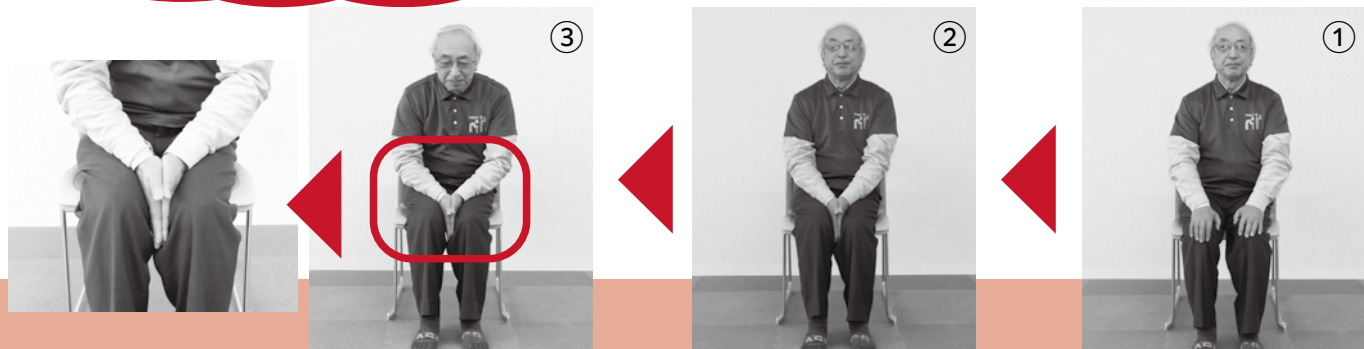
※マスクと水分補給用の飲み物をご準備ください。体調が悪い場合は参加をお控えください。

体操を動画で見ることができます。市ホームページはこちら



ここがポイント

- 手を挟む位置は膝の少し手前にしましょう。
- 血圧に影響が出ないよう、力を入れるときは、必ず息を吐きながら行いましょう。



ECO&LIFE

生活環境課 環境推進班 ☎ 30-0224

ECO

飼い主のマナー 守っていますか？

犬を飼うときのマナー

飼い主にとって、ペットは大変可愛いものです。しかし、せっかく可愛がっているペットも、飼い主のマナーやしつけが悪ければ、周囲に迷惑をかけているかもしれせん。中には犬や猫が苦手な人もいますので、周囲に迷惑をかけるいよう、配慮が必要です。

また、野良猫や野良犬への無責任な餌やりはやめましょう。意図しない繁殖やふん尿、いたずら、鳴き声などで周囲に迷惑がかかることがあります。世話をした時点で、その動物の飼養責任が生じますので、餌やりを行う場合は、責任を持って餌いましょう。

猫を飼うときのマナー

猫は屋内で飼うようにしましょう。放し飼いをしている人もいますが、飼い主の目の届かない公共の場所や他人の土地などを排泄物で汚したり、交通事故や猫同士のけんかで病気になる恐れもあります。

散歩のときには必ずリードを付けましょう。絶対に放し飼いはしないでください。伸縮が効くリードは、周囲に迷惑がかかる場所では伸ばさないでください。夜中や早朝の鳴き声は、近所の人にとって大変迷惑です。節度あるしつけが大切です。ふんは必ず持ち帰りましょう。犬がふんをした場合の後始末は飼い主の責任です。

秋田県では空き缶や紙くずと同様、犬のふんのポイ捨ても禁止しています。（2万円以下の過料）

みんなが気持ちよく
過ごすためにも、
飼い主としてのマナーは
最低限守りましょう！



ヤマハをはじめるなら
今がチャンス!

新規入会プレゼント

① 3月末まで 入会金 最大60%off
通常¥5,500-のところ

② ヤマハオリジナルグッズプレゼント

春の無料体験レッスン実施中!

無料体験レッスン日程: 3/26 日 4/23 日

5っきークラス	1歳児	対象年月日 [R3.4.2 - R4.4.1 生]	a.m.10:00 開始
ぶっふるクラス	2歳児	対象年月日 [R2.4.2 - R3.4.1 生]	a.m.11:00 開始
おんがくなかよしコース		対象年月日 [H31.4.2 - R2.4.1 生] 4月から年少さんのお子様	p.m. 3:00 開始
幼児科コース		対象年月日 [H29.4.2 - H31.4.1 生] 4月から年中さん・年長さんのお子様	p.m. 1:30 開始
ジュニアスクールコース		小学生からのグループ＆個人レッスン (ピアノ・エレクトーン)	p.m. 4:00 開始

*無料体験レッスンの日程が変更になる場合がございます。予め、お問い合わせ下さい。

東京堂ヤマハ音楽教室
鹿角センター ☎23-6511
〒018-5201 鹿角市花輪字中花輪45 ☎10:00~18:00 ⑧日・祝

広告

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!

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

窓の節電リフォームは補助金活用で断然お得!

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
ライフあづの
まずはお気軽にお問い合わせください
ライフあづの 検索

大館桂工業株式会社
〒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

COOP 生活協同組合 コープあきた

ご不在時または対面しなくても
専用のケースでお届けします。

スマホ パソコン タブレット

自宅で
カンタン
お買い物♪

個人宅配

4つの優遇制度で組合員さんをサポート

【高齢者】満70歳以上の方
【介護】要介護認定を受けた方
【障がい者】障がい者手帳をお持ちの方
【子育て】お子様の年齢が6歳未満まで適用
※妊娠中の方も含む

■通常配達手数料 / ご利用1回につき
200円 (税込) → 100円 (税込)

ひとり親サポート 2023年3月17日まで期間限定

【対象者】
18歳未満のお子様がい
らっしゃる
ひとり親世帯の方

■通常配達手数料 / ご利用1回につき
200円 (税込) → 0円 (税込) 無料!!

お問い合わせ
お申し込みは コープあきた 宅配事業部
フリーダイヤル
0120-958080
受付時間 / 月～金曜日9:00～19:00 土曜日9:00～12:00

詳しくは
右の二次元コードを
チェック!!

コープあきた 個人宅配 検索

広告

毎週金曜 2倍
ポイント

毎月15日 3倍
ポイント

毎週金曜日・毎月15日は
1,000円チャージごとに
ハミング10ポイントがつきます

毎月15日は さらに!!
翌月15日まで使える
3倍クーポン券がもらえるよ

ハミングカード事務局 ☎30-1123
9:00～17:00 休/土日祝祭日

鹿角市イメージキャラクター
たんぽぽちゃん

広告