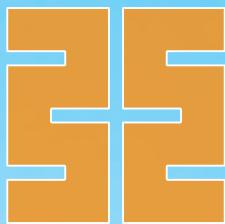


広報

水清く 人情のあつい あずましの里



Kuroishi public relations

くろいし

2025

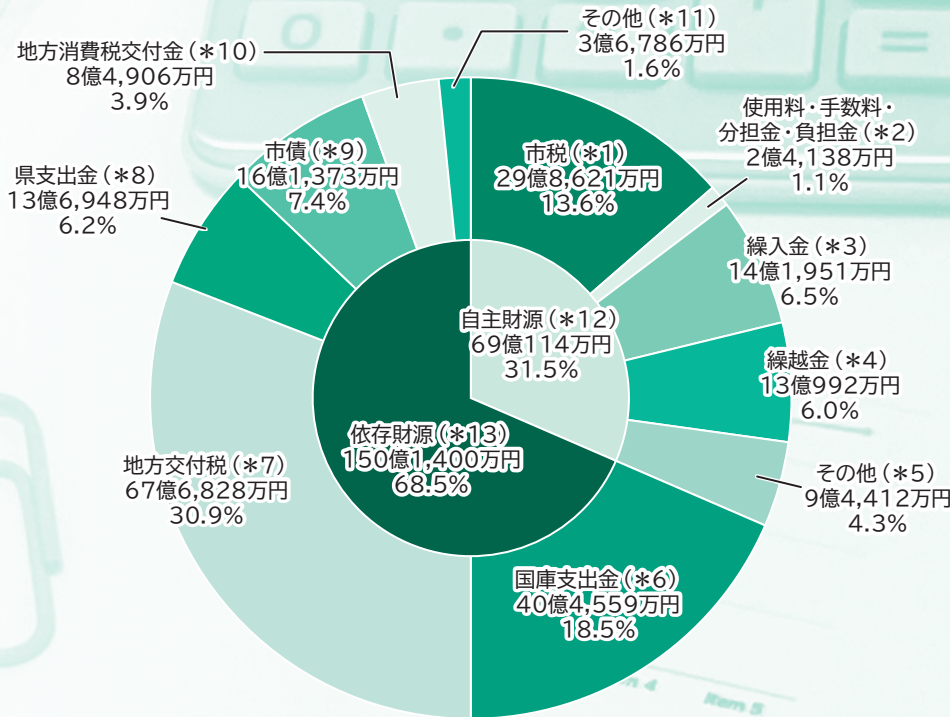
11

No.1380

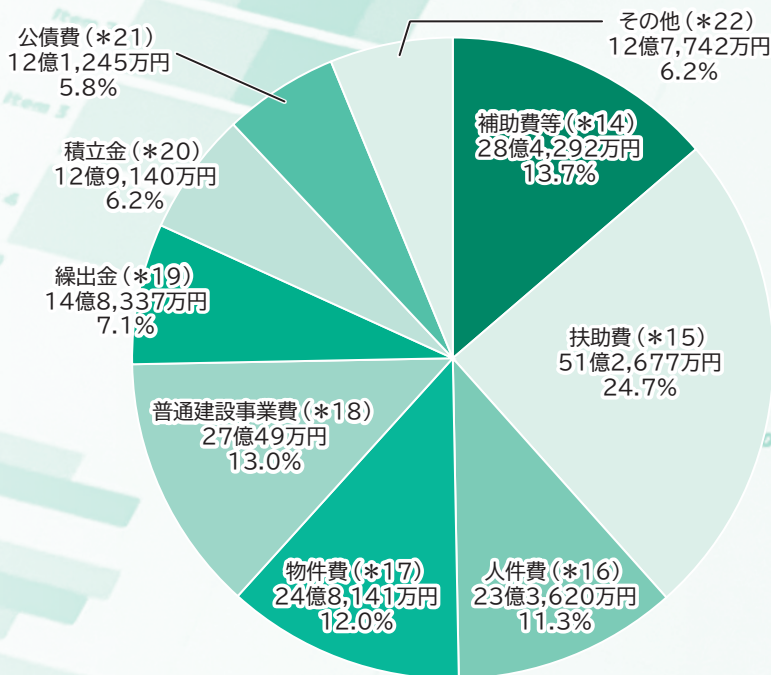


9月24日、六郷小学校で「ムツニシキ稲刈り体験学習会」が行われました。詳しくは、17ページをごらんください。

一般会計歳入総額 219億1,514万円



一般会計歳出総額 207億5,243万円



用語解説

- *1…市民税、固定資産税など
- *2…保育料、ごみ処理手数料など
- *3…基金や特別会計からの繰入金
- *4…前年度からの繰越金
- *5…財産収入、寄附金、諸収入
- *6…決まった用途のために国が支出するお金
- *7…国から用途を定めず交付されるお金
- *8…決まった用途のために県が支出するお金
- *9…市の借金
- *10…消費税のうち市の分として交付されるお金
- *11…その他の交付金
- *12…住民税など自治体が自主的に集めるお金
- *13…国・県から交付されるお金
- *14…各種団体への補助金・負担金など
- *15…生活支援のため支出されたお金
- *16…職員の給料や各委員報酬など
- *17…業務の委託や物品の取得に要したお金
- *18…建物や道路の建設に要したお金
- *19…国保や介護などの特別会計へ支出したお金
- *20…基金への積立金
- *21…市の借金の返済に充てたお金
- *22…維持補修費や貸付金など

各会計別決算

区分	歳入	歳出	実質収支
一般会計	219億1,514	207億5,243	10億5,026
特別会計	85億8,326	82億846	3億7,480
国民健康保険	39億6,617	39億2,585	4,032
後期高齢者医療	5億1,012	4億9,325	1,687
姥懐霊園墓地	2,219	550	1,669
介護保険	40億6,722	37億6,822	2億9,900
温泉供給事業	1,756	1,564	192
合計	304億9,840	289億6,089	14億2,506

※実質収支…歳入から歳出を差し引いた額から翌年度に繰り越すべき財源を除いた額で、令和6年度は一般会計で1億1,245万円の繰り越すべき財源がありました。

企業会計決算

区分	収益	費用	当年度純利益 (Δは純損失)
黒石病院事業会計	45億6,918	47億2,510	Δ1億5,592
水道事業会計	7億3,207	6億936	1億2,271
公共下水道事業会計	6億5,429	5億3,749	1億1,680
農業集落事業会計	1,724	1,706	18

各財産区会計決算

区分	歳入	歳出	実質収支
中川財産区会計	15	0	15
上十川財産区会計	333	10	323
追子野木財産区会計	205	45	160
袋財産区会計	22	0	22
温湯財産区会計	1,706	0	1,706
南中野財産区会計	1	0	1
二双子財産区会計	1,552	9	1,543



本市の家計簿を家庭の 家計簿(500万円)に置き換えると？



収入		支出	
給料(市税、使用料、手数料など)	74万円	医療費や保育料(扶助費)	117万円
親からの援助(地方交付税、国庫支出金など)	306万円	子どもへの仕送り(補助費等、繰出金)	99万円
ローンの借り入れ(市債)	37万円	食費(人件費)	53万円
預金の取り崩し(繰入金)	32万円	ローンの返済(公債費)	28万円
たんす預金(繰越金)	30万円	光熱水費や家庭用品(物件費)	57万円
副業収入(その他自主財源)	21万円	家のリフォーム(普通建設事業費)	61万円
		預金(積立金)	29万円
		細かい出費(その他)	29万円
1年間の総額	500万円	1年間の総額	473万円
貯金		借金	
預金通帳の残高(財政調整基金、減債基金など)	86万円	残っているローン(一般会計市債残高)	283万円

決算は黒字ではあるものの…

令和6年度の一般会計の決算は、10億円以上の黒字（実質収支）となりました。

また、財政の健全度を判断するための4つの指標も、将来負担比率が前年度より上がっているものの、それぞれ国の基準は下回っており、市の財政は現時点では切迫した状況ではないように見えます。

しかし、世帯収入500万円の一般家庭の家計簿に置き換えてみると、預金通帳の残高（基金）が86万円なのに対し、残っているローン（市債）は283万円となり、依然として多額の借金返済に追われている厳しい家計であることが分かります。また、世帯収入に対し約95%に当たる473万円（うち29万円は預金として積み立て）が出費となっており、黒石市では1年間の全収入のうち約5%の27万円しか財布に残っていないということになります。

「10億円の黒字」という目先の事実だけをみると財政が好転しているように見えますが、市の財政状況全体を見ると市税収入の減少や市債残高の増加などの問題があり、引き続き気を緩められないのが現状です。

健全化判断比率と各基準

4つの指標	健全化判断比率		早期健全化基準	財政再生基準
	R6年度	R5年度		
実質赤字比率	-	-	13.48%	20.0%
連結実質赤字比率	-	-	18.48%	30.0%
実質公債費比率	10.5%	12.5%	25.00%	35.0%
将来負担比率	20.1%	16.6%	350.00%	-

◎実質赤字比率…一般会計と姥霊園墓地特別会計を合わせた場合の赤字額と標準財政規模を比較した割合

◎連結実質赤字比率…全会計を連結した場合の赤字額と標準財政規模を比較した割合

◎実質公債費比率…一般会計等の公債費と他会計、一部事務組合などの公債費に対する繰出金等の合計と標準財政規模を比較した割合

◎将来負担比率…実質的な赤字や地方債、債務負担行為など、将来負担額と標準財政規模を比較した割合

◎早期健全化基準…自主的に財政健全化を進めることとなる基準

◎財政再生基準…国等の関与を受けて財政再生を図ることとなる基準

令和6年度末基金および市債残高

基金	財政調整基金(将来に備えて蓄える基金)	21億2,031万円
	減債基金(市の借金返済のための基金)	8,816万円
	その他特定目的基金(その他の目的ごとの基金)	15億5,486万円
市債	全会計市債(市の全会計の借金)	196億6,953万円
	一般会計市債(市の一般会計の借金)	123億9,541万円

公営企業会計の資金不足比率と不足額

公営企業会計名	資金不足比率 (前年度比率)	資金不足額 (前年度不足額)
黒石病院事業会計	18.1% (17.8%)	7億853万円 (7億467万円)

市功労者に5個人を決定

～栄えある受賞おめでとうございます～

市は、令和7年度市功労者に5個人を決定しました。11月3日(月・祝)にグリーンパレス松安閣で表彰式を行い、その栄誉をたたえます。功労者の功績などは、次のとおりです。



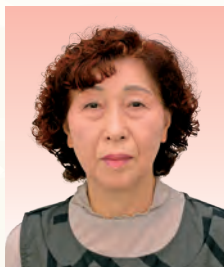
中村 章子氏(北美町1・84歳) ～健康づくり活動に貢献～

平成4年から、市食生活改善推進委員会の発足とともに初代会長に就任し、平成17年まで会長として当会の礎を築き、現在も会員として健康づくりの充実に尽力。自ら健康づくりの知識の習得に励みながら、時代の健康課題に対応した講習会を開催するなど、長年培ってきた知識と経験を活かした健康づくり活動に貢献。



木村 みつ子氏(追子野木2・78歳) ～国民健康保険事業の運営に寄与～

平成17年から令和7年までの20年間、市国民健康保険事業の運営に関する協議会委員として、適正な国民健康保険事業の運営に寄与。また、平成4年から令和7年までは市食生活改善推進員、平成24年から10年間は市赤十字奉仕団副会長、平成28年から6年間は市連合婦人会副会長を歴任するなど、多岐にわたり奉仕活動や社会振興に大きく貢献。



三上 ゆう子氏(温湯・76歳) ～健康づくり事業の普及啓発に貢献～

昭和62年から現在に至るまで38年の長きにわたり市保健協力員を務め、本市の保健衛生行政の充実のために積極的に活動。新型コロナウイルスワクチン集団接種時や地域健康づくり相談事業では、住民の不安軽減のため献身的に尽力し、各種健診事業や健康づくり事業の普及啓発を行うなど、健康意識や受診率の向上に大きく貢献。



大平 正氏(高館・74歳) ～地域福祉の向上に尽力～

平成19年から現在に至るまで17年以上の長きにわたり民生委員・児童委員を務め、要保護児童や一人暮らし高齢者の見守りなど、福祉の供給や支援のために積極的に活動。平成22年からは、六郷・上十川地区民生委員児童委員協議会副会長および市民生委員児童委員協議会理事、令和4年からは同地区協議会会長、平成29年からは市社会福祉協議会副会長を歴任するなど、多岐にわたり地域福祉の向上に尽力。



後藤 鉄子氏(浅瀬石・72歳) ～市民の健康づくりに寄与～

平成5年から現在に至るまで32年の長きにわたり市保健協力員を務め、地域健康づくり相談事業などの活動に積極的に取り組み、市民の健康づくりに寄与。長年培ってきた知識と経験を活かした健康づくり活動は、地域と行政の架け橋として大きく貢献しており、健康長寿市への取り組みとして、健康に関する知識の普及や健康水準の向上に尽力。

市表彰の審査基準

表彰は▼市政の進展に貢献▼教育・学術・体育など文化の振興に貢献▼産業・経済などの振興発展に貢献▼公益または社会福祉増進に寄与▼徳行が特に優れている一などに該当し、功労が顕著な個人や団体に行われます。

選考は、市長が委嘱した10人以内の学識経験者で構成する表彰審査会で審議し答申しています。

令和6年度 主要な施策の成果

市では、まちづくりの指針となる「第6次黒石市総合計画」の基本構想にある「まちづくりの目標」に沿って、令和6年度に実施した主要な施策について、その成果を抜粋して紹介します。

自立したまち

すべての人が働きやすいグラン ファーム応援事業 1,482万円	農業経営の基盤となっている農地・農業用施設の「働く環境の改善」と「省力機械等の導入」に 対して事業経費を助成しました。
ささえ合いの地域づくり事業～安 心して暮らし続けるために～ 319万円	市長と地区との意見交換会、希望した地区でささえ合いの地域づくりに関する勉強会を実施しま した。また、地区協議会が住みよいまちづくりを目的として自主的に取り組む活動に対して補助 金を交付し、地区活動の活性化を図りました。

元気なまち

市民サービス施設整備事業 6億5,067万円	市民サービス施設（現：市役所わのまちセンター）の建築工事、電気設備工事および機械設備工 事を完了し、令和6年10月に供用を開始しました。
（仮称）黒石市立子ども美術館整備 事業 3,312万円	（仮称）市立子ども美術館の整備工事に向けた設計者の選定を公募型プロポーザル形式で実施 し、市美術施設検討委員会と連携しながら実施設計を適正に完遂しました。

安心なまち

LINE自治体公式アカウント導入 事業 247万円	デジタル化推進の一環として、イベント情報や防災情報、行政サービスの案内などをリアルタイム で市民に届けるため、市公式LINEを導入しました。
旧中郷小学校跡地防災公園施設整 備事業 5,589万円	廃校となった旧中郷小学校跡地を、防災機能を有した都市公園として整備するため、令和6年度 は解体設計、工損調査および中央防災公園施設設計を実施しました。

物価高騰対応事業

価格高騰対策くろいし応援商品券 発行事業 7,574万円	エネルギー・食料品等の物価高騰の影響を受けた生活者や事業者を支援するとともに、市内にお ける消費を喚起し、地域経済を下支えすることを目的として市内で使用できる商品券を発行しま した。
宿泊マッコいまだけプレゼント事業 1,069万円	宿泊事業者を中心とする観光事業者を支援するため、宿泊施設利用者2,000人に市の物産詰め 合わせを進呈することで利用者数の増加および特産品の周知を図りました。

【問合せ】財政課財政係

第3回 市議会定例会

令和7年第3回市議会定例会は9月1日から22日までの会期で開
催され、令和7年度補正予算や条例の制定など、報告5件、議案40
件が審議されました。また、決算特別委員会が設置され、令和6年
度一般会計や特別会計等の決算合わせて17件が審査されました。

主な議案は次のとおりです。



条例制定	▽市コミュニティセンター条例 ▽市全天候型トレーニングセンター条例 ▽市職員の勤務時間、休暇等に関する条例の一部を改正する条例 ▽市給水条例及び市公共下水道条例の一部を改正する条例
一般会計 補正予算	▽令和7年度一般会計補正予算（第3号）…歳入歳出それぞれ13億8,213万9千円を追加し、予算の総額を 214億4,317万7千円としました。
人事案件	▽市教育委員会教育長に山内孝行氏（美原町）を任命することに同意しました。 ▽市固定資産評価審査委員会委員に工藤章子氏（ぐみの木1）を選任することに同意しました。 ▽人権擁護委員に種市誠氏（西馬場尻）、野呂佐枝子氏（大町1）、佐藤久則氏（牡丹平）を推薦することに同 意しました。

令和7年度 二十歳の集いを開催

開催日 令和8年1月11日(日)
場所 スポカルイン黒石

受け付け開始 12時45分
オープニング 13時45分
式典 14時00分
記念写真撮影 14時45分

対象 平成17年4月2日から平成18年4月1日までに生まれ、本市に在住している人および修学(転校を含む)や就職のため市外に在住している人

本市に住民登録がある人 参加申し込みは不要です。11月下旬に案内はがきを送付しますので、当日ご持参ください。
ない人 参加する場合は申し込みが必要です。
⇒電話または参加申込書をFAX・メールで提出。
参加申込書は、市ホームページからダウンロードできます。
※12月22日(月)までに申し込みをした人には、後日案内はがきを送付します。

その他 ・5日以内に発熱があった場合や咳・喉の痛みなどがある場合は、来場をご遠慮ください。
・迷惑行為は固く禁じます(係員の指示に従わない場合は、直ちに退場となります)。
・当日は会場周辺の渋滞・混雑が予想されますので、来場の際は公共交通機関をご利用ください。

発表者を募集

式典で「二十歳の決意」と「二十歳を迎える成人を激励する言葉」を発表する人を募集します。

▼発表内容 800字以内の決意や激励する言葉

▼申込方法 発表内容を書いた用紙に、住所・氏名・電話番号を記入のうえ、11月21日(金)までに持参、郵送、FAXまたはメールで応募(応募用紙は返却しません)

記念写真を販売

記念写真は式典当日、会場で販売受け付け(有料)を行います。受け付けはオープニング開始前に締め切りますので、ご注意ください。

【問合せ】社会教育課社会教育係、☎036-0306黒石市
内町24-1、FAX52-3777、✉kuro-syakyo@city.kuroishi.aomori.jp

参加申込書など、詳しくは市ホームページを
ごらんください。



市公式LINE 友だち登録キャンペーン

友だち登録は
こちらから▶



市は、市民の皆さんに迅速に市政情報をお届けするため、お手持ちのスマートフォンなどで手軽に情報を受け取ることができる「黒石市公式LINE」を開設しています。

令和8年1月には、黒石市公式LINEの友だち登録者を対象に、抽選で総額180万円の黒石共通商品券などが当たるキャンペーンを実施します。

この機会にぜひ黒石市公式LINEを登録し、ご活用ください。

▼応募期間 令和8年1月5日(月)11時~18日(日)23時59分

▼応募方法 応募期間開始前までに友だち登録した人全員へ、市公式LINEでご案内しますので、応募フォームからお申し込みください。

▼抽選発表 令和8年2月上旬(当選者にのみ市公式LINEで通知)

景 品	当選者数
黒石共通商品券 10万円	1名
黒石共通商品券 5万円	2名
黒石共通商品券 1万円	20名
デジタルギフト 1千円	1,400名

【問合せ】広報情報システム課

詳しくは、市ホームページを
ごらんください。



※黒石共通商品券の引き換えは、黒石市役所窓口となります。
※デジタルギフトはQUOカード Pay やアマゾンギフトなどへ交換できます。

国スポリハーサル大会
バドミントンS/JリーグⅡを開催

市と青の煌めきあおもり国スポ市実行委員会は「バドミントンS/JリーグⅡ 2025黒石大会」を開催します。

全国から集結した実業団トップチームのハイレベルな試合を、この機会にぜひごらんください。

入場や観覧は無料で、飲食物等の出店もあります。

日 程	11月13日(木)～16日(日)
試 合 開 始 時 間	13日 = 11時30分 14日～16日 = 10時
会 場	スポカルイン黒石



大会について詳しくは「黒石市国スポ公式Instagram」をごらんください。



■駐車場について

- ▼スポカルイン黒石▼メモリアルホールにしや
▼黒石駅前臨時駐車場▼御幸公園
▼ハローワーク黒石（土・日曜日のみ）
※会場周辺の駐車場には限りがありますので、公共交通機関のご利用にご協力ください。
※路上駐車や商業施設等への無断駐車はご遠慮ください。



【問合せ】 文化スポーツ課文化スポーツ係

令和8年度入園児(1号認定)を募集

市内の幼稚園と認定こども園は、令和８年度入園児（１号認定）を募集しています。募集内容について詳しくは、各施設へお問い合わせください。

▼対象 幼児期の教育を希望する満3歳以上の就学前児童

▼教育時間 1日4～5時間程度（昼過ぎまで）

※保育所と認定こども園の2・3号認定（保護者の就労などにより保育を希望する場合）の入園募集は本紙12月号に掲載します。

	施設名	電話番号	募集人数		施設名	電話番号	募集人数
幼稚園	聖テレジア幼稚園	52-3072	10人程度	認定 こども園	認定こども園美しの森	52-5435	4人
認定 こども園	あけぼのこども園	53-1992	4人		認定こども園東雲幼稚園	54-8220	若干名
	上十川保育園	52-4320	10人程度		認定こども園たけみ	52-5189	4人
	黒石保善園	52-2758	5人		中郷こども園	53-3715	若干名
	つくし第一こども園	52-4349	若干名		美郷こども園	52-3890	若干名
	つくし第二こども園	52-8201	若干名		[問合せ] ▼募集内容＝各施設 ▼入所受付＝子育て支援課子育て支援係		

〔問合せ〕 ▼募集内容＝各施設

▼入所受付＝子育て支援課子育て支援係

地域健康づくり相談

市は、地域の健康づくり推進のため、健康・生活・介護に関する相談や野菜摂取量・血管年齢・握力測定などを無料で実施していますので、お気軽にお越しください。

場所	実施日	時間
牡丹平公民館	11月6日(木)	9時～16時
中郷公民館	11月10日(月)	
西部地区センター	11月13日(木)	
追子野木公民館	11月14日(金)	
上十川公民館	11月17日(月)	
中部公民館	11月20日(木)	
東公民館	11月25日(火)	
浅瀬石公民館 (旧浅瀬石小学校)	11月26日(水)	
六郷公民館	11月27日(木)	
山形公民館	11月28日(金)	

【問合せ】健康推進課成人保健係

黒石りんごまつり

黒石りんごまつり実行委員会は「第34回黒石りんごまつり」をスポカルイン黒石で開催します。

メイン会場となるアリーナでは、収穫感謝祭やふるさと産業展、健康相談のほか、さまざまなステージイベントを実施します。また、屋外ではりんごや野菜の販売、キッチンカーなどの出店を行いますので、ぜひご来場ください。

▼開催日時 11月22日(土)・23日(日) 9時～15時

▼場所 スポカルイン黒石

【問合せ】黒石りんごまつり実行委員会事務局(商工課)



地域ささえ合い担い手養成講座

市地域包括支援センターでは、家事などが難しくなってきた高齢者を支えるため、ごみ出しや送迎など、日常生活における簡単な支援の方法や知識を学ぶ講座を開催します。

▼開催日 12月18日(木)

▼時間 10時～15時

▼場所 市役所わのまちセンター イベントホール

▼対象 次のいずれかに該当する人

- ①市地域ささえ合い活動支援事業の申請団体
- ②これから5人以上の団体を結成し、活動を考えている人

▼定員 30人

▼受講料 無料

▼申込方法 受講申込書を

持参、郵送またはFAX

※受講申込書は窓口で配布しています。

▼申込期限 12月1日(月)

【問合せ】市地域包括支援センター包括支援係、FAX59-3885



黒石病院 糖尿病に関するイベントを開催

黒石病院は、11月9日～15日の「全国糖尿病週間」に合わせ、糖尿病などの生活習慣病に関心を持ってもらい、健康的な日常生活を送るために役立つ情報を提供するイベントを無料で開催します。入退場は自由ですので、お気軽にご参加ください。

▼開催日 11月12日(水)

▼場所 黒石病院管理棟1階 研修室・指導室

▼内容

講演 8時30分～9時	糖尿病・内分泌内科 松橋 有紀 先生
展示等 9時～12時	▼看護＝生活療養全般の相談 ▼栄養＝1日の適正な食事内容や外食料理のエネルギー、塩分量について(フードモデルの展示)、みそ汁の試飲、家庭みそ汁の塩分濃度無料測定、食事相談 ▼薬局＝薬の相談(飲み忘れ・打ち忘れの対処法) ▼リハビリ＝体脂肪測定

【問合せ】黒石病院事務局 ☎52-2121

コミュニティ助成で備品を整備

(一財)自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として、地域コミュニティ活動の充実・強化を図るため、宝くじの受託事業収入を財源に、コミュニティ助成を行っています。

今年度は、一般コミュニティ助成事業として東地区連絡協議会に250万円の事業助成が決定し、地域コミュニティ活動の充実に寄与する備品を整備しました。



■放送機器



■除雪機

【問合せ】企画課企画調整係

文化・スポーツ賞等候補者の推薦を受け付け

市教育委員会は、文化やスポーツで顕著な功績を残した個人や団体を表彰するため、文化・スポーツ賞等受賞候補者の推薦を受け付けます。

▼推薦方法推薦書・参考資料（開催要項や入賞を証明するものなど）を提出

▼推薦期限 12月5日（金）

	表彰区分	受賞基準（令和7年1月～12月の大会成績）
文化関係	文化賞、文化功労賞、文化奨励賞、文化特別賞	県下最高賞や全国入選など
スポーツ関係	スポーツ最優秀賞、スポーツ優秀賞、スポーツ賞、スポーツ功労賞、スポーツ特別賞、スポーツ指導賞、スポーツ奨励賞	国際大会で入賞や全国・東北・県大会等で優勝など

※推薦期限後に行われた大会の推薦は、令和8年1月5日（月）まで受け付けます。

【問合せ】文化スポーツ課文化スポーツ係

カラス被害の減少にご協力を

農地や街中では、カラスによる被害が深刻となっています。カラスは、食べ物が少なくなる冬に減少するといわれていますが、未収穫の農作物や生ごみ等を放置すると、餌を与えることにつながり、カラス被害を減らすことができません。

畑に放置された規格外の農作物は土に埋める、木に残った果実等はできる限り収穫・処理するなど、適切な取り組みへのご協力をお願いします。



【問合せ】市民環境課環境衛生係

口腔ケア教室

市は、高齢者を対象に口腔ケア教室を開催します。おいしい食事をいつまでも食べられるよう、口腔ケアについて学んでみませんか。興味のある人は、ぜひご参加ください。

▼開催日11月27日（木）

▼時間・場所①9時～10時＝六郷公民館②13時30分～14時30分＝市老人福祉センター

▼対象65歳以上の人

▼定員①15人程度②25人程度

▼参加料無料

※申し込みは不要です。

【問合せ】市地域包括支援センター包括支援係

有 料 広 告

事業承継 準備OK?

→ 早めの相談がGood!

例えば、こんな「お悩み」ありませんか?

- ① 親族に後継者がおらず、会社やお店の営業または譲渡を考えている方
- ② 後継者のいない会社を引き受けて、事業を拡大したい方
- ③ 具体的にどのように承継すればよいかわからない方 など

「継がせたい人」も「継ぎたい人」も「全力でサポート」します

さまざまな事業承継に対応します

「継がせたい人」も「継ぎたい人」も「全力でサポート」します

青森県事業承継・引継ぎ支援センター

017-723-1040

株式会社 田村商事

令和7年7月事業承継



浄化槽を正しく管理しましょう

浄化槽は、微生物の働きで汚水を浄化することから、正しい管理のために次のことが義務付けられています。

▽保守点検＝年3～4回▽清掃＝年1回

▽法定検査（使用開始時の水質検査と年1回の定期検査）

※法定検査については（一社）県浄化槽検査センター（☎017-726-9500）へお問い合わせください。

また、浄化槽の使用開始や休廃止、管理者の変更時は弘前環境管理事務所（☎31-1900）へ届け出が必要です。

【問合せ】県環境政策課生活環境保全グループ☎017-734-9242

詳しくは、ホームページをごらんください。



青の煌めきあおもり障スポリハーサル大会 申し込みを受け付け

青の煌めきあおもり国スポ・障スポ実行委員会
は、障スポリハーサル大会の申し込みを受け付けています。

▼開催日令和8年5月30日（土）・31日（日）

▼申込方法▽個人競技＝ホームページに掲載の申込書を特別支援学校または福祉総務課へ提出

▼申込締切12月12日（金）

※市では、個人競技の参加申し込みのみを受け付けます。

個人競技は、宮崎障スポの青森県選手選考も兼ねています。

【問合せ】青の煌めきあおもり国スポ・障スポ実行委員会事務局☎017-734-9185

詳しくは、ホームページをごらんください。



納税作品展展会

市納税貯蓄組合連合会は、納税作品の展示会を行います。

▼日時11月11日（火）～17日（月）8時15分～21時
（17日は15時まで）

▼場所市役所わのまちセンター1階 多目的広場

【問合せ】市納税貯蓄組合連合会事務局（税務課）



県民手帳黒石市特別版を販売

市統計協会は「2026年版青森県民手帳黒石市特別版」を販売します。表紙には市章の空押し、裏表紙にはつゆやキソバンの箔押しがされており、市民憲章や観光案内図などが掲載されています。

▼販売開始11月4日（火）

▼販売場所企画課（市産業会館 2階）

▼カラーまぐろブラック、十和田湖ブルー、ヒバグリーン、りんごレッド

▼価格1冊880円（税込）※なくなり次第終了

【問合せ】市統計協会事務局（企画課）



不動産取得税

不動産取得税は、土地や家屋を有償・無償の別、登記の有無に関わらず、売買・贈与・交換・建築（新築・増築・改築）などにより取得したときに、その取得者に一度だけ課税される県の税金です。不動産の取得後、納税通知書が送付されますので、指定された納期限までに納付してください。

なお、一定の要件に当てはまる住宅や住宅用の土地を取得した場合は、必要な書類を添えて申請すると、不動産取得税が軽減される制度があります。

【問合せ】中南県税事務所課税第二課☎32-1131

詳しくは、ホームページをごらんください。



雪害に係る りんご苗木の必要数量に関するアンケート

県は、雪害を受けたりんご園に必要な苗木の数量を把握し、来年度以降の苗木増産の参考とするためのアンケートを実施します。

※このアンケートは、苗木注文の受け付けではありません。

▼対象りんご生産者

▼内容改植・補植に必要なりんご苗木の種類と本数

▼回答方法二次元コード

▼回答期限11月14日（金）

【問合せ】県りんご果樹課生産振興グループ☎017-734-9492

二次元コードからアンケートにご回答ください。





11月は児童虐待防止推進月間

児童虐待は、本来子どもを守る保護者などが、子どもの身体や心を傷つけることをいいます。しつけと称して叩いたり怒鳴ったりすることは、子どもの成長の助けにならないばかりか、悪影響を及ぼす可能性があります。

児童虐待は、社会全体で解決すべき重要な問題です。虐待を受けていると思われる子どもを見つけた時は、下記の窓口へお気軽にご相談ください。

相談窓口	こどもほっとライン (市こども家庭センター内)	☎59-2525
	子ども虐待ホットライン (中南児童相談所内)	☎0120-73-6552
	児童相談所全国共通 3桁ダイヤル	☎189(いちはやく)
	黒石警察署	☎52-2311



国民健康保険の一部負担金の減免制度

国民健康保険には、医療機関等の窓口で支払う一部負担金（自己負担分）の支払いが、減免および一定期間猶予される制度があります。

災害などの特別な理由で一時的に困窮し、支払いが困難な場合は、お問い合わせください。

【問合せ】 国保年金課国保給付係



ねんきんネットのご利用を

11月30日（いいみらい）は「年金の日」です。

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」では、パソコンやスマートフォンからいつでも年金記録の確認ができるほか、年金見込額の試算をすることもできます。

【問合せ】 国保年金課国民年金係、弘前年金事務所 ☎27-1339

詳しくは、ホームページをごらんください。



消防水利点検

▼点検期間 11月4日（火）～28日（金）

▼時間 8時30分～11時、13時～15時

【問合せ】 黒石消防署 ☎53-1000、山形分署 ☎54-8330



鳥インフルエンザ発生防止にご協力を

鳥インフルエンザウイルス発生防止のため、次のことに注意しましょう。

家きん(鶏、あひる、きじなど)を飼っている場合

- ・渡り鳥や野鳥、ねずみ等の野生動物との接触を避けるため、野外で放し飼いをしない。
- ・飼育小屋は防鳥ネット（2cm角以下）で囲い、破損箇所は直ちに修繕する。
- ・飼育小屋を定期的に消毒し、清潔な状態で飼育する。
- ・世話をするときは、専用の衣服と履物を身に付け、使い終わったら消毒する。
- ・車両は、飼育場の出入り口で入念に消毒する。
- ・家きんに異状がみられる場合は、すぐにつがる広域家畜保健衛生所（☎0173-42-2276）へ連絡する。

死亡した野鳥を見つけた場合

- ・素手で触らず、手袋等をして処理する。
- ・野鳥がまとまって死亡している場合は、市または中南農林水産事務所林業振興課（☎33-3857）に連絡する。
- ・野鳥がまとまって死亡している以外の場合は、ビニール袋に入れ一般ごみとして処分する。

【問合せ】 農林課



性暴力被害者のためのコールセンター

県は、性犯罪・性暴力の被害に遭われた人やそのご家族などから相談を受け、要望に応じた必要な支援をコーディネートする拠点として「あおり性暴力被害者支援センター」を設置しています。

電話番号	017-777-8349 ^{やさしく} (りんごの花ホットライン) または全国共通短縮番号 ^{はやくワンストップ} #8891
相談受付日時	月曜日～金曜日の9時～17時 上記時間以外、土・日曜日、祝日、年末年始は、国のコールセンターにつながります。

また、(公社) あおり被害者支援センターでは、ボランティアの支援活動員を募集しています。活動に関心のある人はお問い合わせください（☎017-718-2085）。

【問合せ】 県民活躍推進課 ☎017-734-9228



在職者を対象とした試験対策講習

県立弘前高等技術専門校は、在職中の人を対象に、試験対策講習を実施します。

冷凍空気調和機器施工技能検定試験対策講習

- ▼日程 12月16日(火)～18日(木)
- ▼時間 9時～16時(休憩1時間)
- ▼場所 弘前高等技術専門校
- ▼定員10人 ▼受講料1,600円
- ▼申込方法 受講申込書をメールまたは郵送
- ▼募集期限 11月21日(金)必着

建築大工技能検定実技試験対策講習

- ▼日時
 - ▽現寸図・墨付＝12月2日(火)・4日(木)・8日(月)・10日(水)・12日(金)18時～21時
 - ▽加工・組立＝令和8年1月14日(水)・16日(金)・19日(月)・21日(水)・23日(金)18時～21時
- ▼場所 弘前高等技術専門校
- ▼定員各10人 ▼受講料各1,300円
- ▼申込方法 受講申込書をメールまたは郵送
- ▼募集期間
 - ▽現寸図・墨付＝11月4日(火)～10日(月)必着
 - ▽加工・組立＝11月4日(火)～12月8日(月)必着

配管技能検定(学科・実技)試験対策講習

- ▼日程 令和8年1月7日(水)～9日(金)
- ▼時間 9時～16時(休憩1時間)
- ▼場所 弘前高等技術専門校
- ▼定員10人 ▼受講料1,600円
- ▼申込方法 受講申込書をメールまたは郵送
- ▼募集期間 11月11日(火)～12月8日(月)必着

[問合せ] 弘前高等技術専門校 ☎32-6805、✉hi-gisen@pref.aomori.lg.jp、〒036-8253弘前市緑ヶ丘1丁目9-1

詳しくは、ホームページをのぞいてください。



生活の困りごと相談会を夜間に開催

市社会福祉協議会は、仕事等で日中の相談が難しい人へ向けて、夜間の相談会を開催します。

- ▼日時 11月13日(木)17時～19時
- ▼場所 市社会福祉協議会2階 相談室
- ▼申込方法 電話、メールまたはLINEの「黒石市自立相談支援窓口(黒石市社協)」から事前予約
- [問合せ] 市社会福祉協議会 ☎52-9600、✉kuroishi-soudan@kuroishisyakyo.or.jp

二次元コードからメールで事前予約ができます。



二次元コードからLINEで事前予約ができます。



不正軽油は犯罪です

不正軽油とは、脱税を目的として軽油に重油や灯油を混ぜ、軽油と偽って販売されているものです。不正軽油の製造・販売・使用は、10年以下の拘禁刑、1,000万円以下の罰金が科せられます。不正軽油の撲滅にご協力をお願いします。

[問合せ] 中津県税事務所課税第一課 ☎32-4341



新入学児童生徒学用品費の入学前支給

市教育委員会は、新入学児童生徒学用品費の入学前支給を行います。詳しくは、入学通知書に同封のお知らせをご確認ください。

▼対象 令和8年度に小・中学校へ入学する子どもの保護者で、就学援助の準要保護の要件に該当する人

▼申込方法 「就学援助申請書及び世帯票」を入学説明会当日に受け付けへ提出

[問合せ] 学校教育課学務係

有 料 広 告

有 料 広 告

11月9日は「119番の日」

総務省消防庁は、119番通報についての正しい知識と理解を深め、防災意識を高めることを目的に、毎年11月9日を「119番の日」と定めています。

火災や急病、けがや交通事故など目の前で災害が突然発生した場合は、誰でも気が動転し、興奮した状態になりやすい傾向にあります。一刻を争うときでも「慌てず・落ち着いて・正確に」119番通報できるように、町会や自治会または勤務先などの防災訓練で通報訓練を積極的に行い、通報の仕方を身に付けましょう。



119番は緊急通報専用の電話です！

災害や、夜間・休日の救急病院などについては、下記へお問い合わせください。

火災などの災害（災害情報テレホンガイド）☎050-5536-3896※市公式LINEで市内の火災速報を受信できます。

夜間・休日の救急病院（医療機関紹介）☎32-3999

救急相談など（看護師等専門家アドバイス）#7119（ダイヤル回線・IP電話からは☎017-718-0289）

子どもの救急相談（15歳未満）#8000（ダイヤル回線・IP電話からは☎017-722-1152）

【問合せ】弘前地区消防事務組合消防本部通信指令課☎32-5101

津軽のものづくり体験教室 こぎん刺し体験（コースター作り）

津軽広域連合は、小学生を対象に「こぎん刺し体験（コースター作り）」を開催します。

▼日時12月25日（木）10時～11時30分

▼場所ヒロロ4階 弘前市民文化交流館ホール

▼対象黒石市、弘前市、平川市、藤崎町、板柳町、大鰐町、田舎館村、西目屋村に在住の小学生

※小学3年生以下は、保護者の同伴・サポートが必要です。

▼定員20人▼講師長内 うめ子 氏

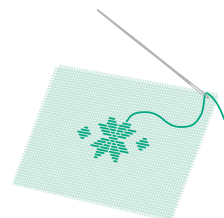
▼参加料1人500円

▼申込方法メールに①市町村名②参加者氏名（漢字とふりがな）③学年・年齢④保護者氏名（漢字とふりがな）⑤電話番号を記入して申し込み（1回の応募で2人まで。①～⑤をそれぞれ明記）

※結果は12月10日（水）に当選者へメールで通知

▼申込期限12月3日（水）

【問合せ】津軽広域連合☎31-1201、✉rengou@tsugarukoiki.jp



二次元コードから
メールで応募でき
ます。



詳しくは、ホーム
ページをごらん
ください。



有 料 広 告

有 料 広 告

9
7 市消防団観閲式を開催



市消防団（佐藤松男団長）は「令和7年度市消防団観閲式」を開催しました。

団員たちは、浅瀬石川河川敷で一斉放水を行った後、中町こみせ通りでまとい振りや徒歩・車両分列行進などを実施。

日頃の訓練で磨いた技と団結力が披露されると、沿道の観客からは大きな拍手が送られました。

8
28 地域おこし協力隊
任期満了を迎え活動報告



地域おこし協力隊として3年間活動してきた蝦名優さんが、8月31日の任期満了を前に高樋市長へ活動報告を行いました。蝦名さんはアップルラムの飼育と養鶏に取り組み、今後は畜産農家として羊と鶏の飼育数を増やすことが目標。

蝦名さんは「畜産農家として目指してもらえようような農家になりたい。これから大変だと思うが楽しみたい」と抱負を語りました。

9
14 歴史文化が結ぶ都市間交流



津軽家始祖の大浦光信公とゆかりのある、黒石市、弘前市、鰯ヶ沢町、秋田県横手市、岩手県久慈市による「都市間交流事業」が市役所わのまちセンターで開催されました。

それぞれの市町長が歴史などを発表した後、「黒石津軽家と徳川家」をテーマとした講演会などが行われ、参加者たちはうなずきながら歴史や文化の話に耳を傾けていました。

9
14 多くの人でにぎわった
黒石こみせまつり



9月14・15日に「黒石こみせまつり」が中町・前町・横町で開催されました。

会場にはキッチンカーや手作り雑貨のブースなどが立ち並んだほか、狐の嫁入り行列や上十川獅子踊りなどのイベントは、大勢の観客を魅了しました。

また、和服姿で祭りを楽しむ人も多く見られ、黒石の秋を彩る二日間となりました。

9/24 電子計算センターが図書を寄贈



(株) 青森電子計算センター（八島勝代表取締役社長）が、オリンパス市立図書館と黒石ほるぷ子ども館へ合わせて20万円分の図書を寄贈しました。同社は、これまで図書館の整備などへの寄附を計6回行っており、今回が7回目。八島代表取締役社長は「図書館が完成し、やっと本を寄贈することができた。これからもっとにぎわってほしい」と話していました。

9/18 秋の全国交通安全運動を実施



9月21日から30日まで「秋の全国交通安全運動」が実施されました。

運動に先立ち、18日には高樋市長や黒石警察署（対馬勝治署長）、市交通安全協会（葛西勇之進会長）、市交通安全母の会（山口京子会長）が、中川地内の交差点で街頭監視活動を行い、車や自転車の早めのライト点灯など、安全のための交通マナーを呼び掛けました。

10/6 農作業督励でりんご園などを視察



高樋市長が市内4か所の園地などを訪れ、農作業の督励を行いました。

今回は、昨冬の豪雪で被害を受けたりんご農家と、ニホンジカ囲い罫や鳥獣侵入防止柵を設置した園地を視察したほか、黄美香メロンの^{れきこう}礫耕栽培の取り組みについて説明を受けました。高樋市長は「大変だが、引き続き頑張してほしい」と生産者を激励しました。

10/1 中弘南遊技業防犯協力会が特殊詐欺被害防止の物品を寄贈



中弘南遊技業防犯協力会（大西康仁会長）が、特殊詐欺被害を防止するための通帳ケース363個を黒石地区防犯協会へ寄贈しました。

今回の寄贈は、同会の社会貢献活動の一環として行われ、通帳ケースは黒石警察署が特殊詐欺への警戒を呼び掛けるために使用。

高樋市長は「ありがとうございます。特に高齢者に使ってもらいたい」と感謝しました。



黒石よすれなどで市の魅力を発信!! in ニューヨーク

市はアメリカ・ニューヨーク市ブルックリン区で、現地時間の8月23日、日本文化発信の複合商業施設「ジャパンビレッジ」で開催された夏祭りイベントに参加し、黒石市の魅力をPRしました。

ステージでは、手踊りなどで知られる団体「千葉勝弘社中」の一行が、三味線と太鼓の生演奏に合わせて津軽民謡や手踊りを披露したほか、ニューヨークで活動する日本舞踊グループ「民舞座^{みんぶざ}」とともに『津軽じょんがら節』を踊りました。また、来場者に『黒石よすれ』の踊り方を教え、『黒石よすれダンスコンテスト』を開催すると、会場は大盛り上がり。

イベントの最後には、多くの来場者がステージに上がり、高樋市長も加わって『黒石よすれ』を踊り、華やかにイベントを締めくくりました。



市小学生キッズハローワークで仕事体験



市は10月2日、市内の小学5年生を対象に、市小学生キッズハローワークをスポカライン黒石で行いました。今回は、16の企業・団体が参加し、仕事を体験できるブースを開設。児童たちは、それぞれのブースで積極的に質問しながら説明を聞いたり、体験するなどして、仕事への理解を深めていました。



ムツニシキ稲刈り体験学習会



9月24日、六郷小学校の5・6年生が「ムツニシキ稲刈り体験学習会」を行いました。

児童たちは、高樋市長から「けがのないように頑張ってください」と激励を受けた後、生産者から稲刈りの手順を教わり、元気よく稲刈りを開始。稲を刈る作業と稲を運ぶ作業に分担して、協力しながらきばきと稲刈り作業を進めました。

11月には、今回収穫したムツニシキを使って「すし職人体験学習」を行い、ムツニシキを試食する予定です。



11月は食育月間

県は、県産食材が豊富に出回る11月を「食育月間」としています。

食育とは「食」に関する知識とバランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践することができる力を育むことです。食べることは、健康な身体と心を育むことにつながります。

市では、肥満者の割合が子どもから大人まで高い状況にあります。肥満に起因する生活習慣病や重症化の予防には、栄養バランスに配慮した食生活や基本的な生活習慣を身に付けることが重要です。

「食べること」について一緒に考えてみませんか。

バランスの良い食事をとろう！

バランスの良い食事とは、主食(ごはん、パンなど)・主菜(魚、肉など)・副菜(野菜、きのこなど)を組み合わせた適切な量の食事をいいます。バランスの良い食事にすることで、体に必要な栄養をとることができます。

朝食を食べよう！

朝食を食べることで、生活リズムが整い、勉強や仕事の効率アップにつながります。朝食を食べないと1回の食事量が増え、食べ過ぎてしまうこともあるため、肥満や生活習慣病の発症につながります。

よく噛んで味わおう！

よく噛むことで肥満予防につながります。ホルモン分泌が高まって食欲が抑えられたり、ゆっくり味わうことで、うす味・適量で満足感が得られます。噛みごたえがある食材を料理に使用すると、噛む回数が増やせます。

みんなでご飯を食べよう！

家族や友人と一緒に食事をするを「共食」といいます。共食をして会話を楽しみながらゆっくり食べ、心も体も元気になりましょう。



【問合せ】健康推進課

地域包括支援センター
からのおたより

ルンルンには高齢者になっても前向きな気持ちで色々なことに挑戦してみよう!という意味が込められています

フレイル予防に取り組みましょう

フレイルとは、心身の機能が低下して「健康」と「要介護」の中間の状態にあることをいいます。高齢者の多くは、健康な状態から介護が必要な状態になるまでに、フレイルの段階を経ています。そして、フレイルの段階で適切な対策を行えば「健康」な状態に戻るのには十分に可能なことが明らかになっています。



健康



フレイル



要介護

市では、フレイル予防に役立つ事業を行っています。

健康教室

健康づくり
応援教室

介護予防講座

地区公民館
出前予防教室

転倒骨折予防・
認知症予防教室

※各教室の開催日程については、お問い合わせください。

【問合せ】市包括支援センター包括支援係



ドクターズ レター

Doctor's Letter



このコーナーでは、市国民健康保険黒石病院の医師が、健康や病気に関する情報を皆さんにお届けします。今号は、副院長の三上貴史先生です。

こんにちは。黒石病院 副院長の三上と申します。今回のテーマは、健康コーナーにはふさわしくないかもしれませんが、市民の皆さんにぜひ知っておいてほしい、人生の終わり方について、全4回にわたってお話ししていきます。

大切な人とあなたの人生会議～第1回～

皆さんは、アドバンス・ケア・プランニング「Advance Care Planning (ACP)」という言葉をご存じですか？ ACPは人生会議の愛称で使われています。

『人生会議 (ACP)』とは、これからご自身が受ける医療やケアについて、自分の考えを家族や親しい人、医療・ケアチームと繰り返し話し合い、「心づもり」として書き留めたものを周囲と共有するという、ご自身の意思決定を支援する手順のことです。



黒石病院 三上 貴史 副院長

人生の中で生きていくことは選択の連続だったはずですが。皆さんは人生の中でどんな選択をしてきましたか？ その選択はどれもあなたが日頃から大切にしている思いや価値観、人生観など、さまざまなことをもとに、家族や大切な人と一緒にしたいこと、したくないことをあなた自身で選択してきたはずですが。これからも自分らしく暮らしていくためには、どんなことを大切にしていきたいですか？ 例えば、住み慣れた家でずっと暮らしていきたい、毎朝飲むコーヒーをこれからも続けたい、趣味の将棋を指し続けたい、やりたいことがたくさんありますよね。

でも、今考えた中に「医療・介護」のことはありましたか？ 医療・介護についても、してほしいこと、してほしくないことなどがありますよね？ これからも自分らしく暮らすためには、医療・介護についても、今のうちから考えていくことが大切です。「そのとき」がいつ来たとしても、今のうちから準備しておけば、慌てず後悔しない行動ができるはずです。自分の好きなこと、大切なこと、人生観や価値観、生きがいを思い起こしつつ、準備を始めましょう。

自分が病気になったり、介護が必要になったりしたときに「自分はどう生きたいのか」をあらかじめ考え、家族や大切な人、医療・ケアチームと繰り返し話し合い、自分の思いを共有することが人生会議です。将来の自分の変化に備えて、あなたの人生観や生きがいを考え、医療や介護のことについて準備しておくことは大切です。人生会議は、自分らしく生きていくために、人生観・価値観などをもとに将来の医療・介護のことを一人ではなくみんなで考え、実践していく話し合いです。

次回も、このACPについて続きをお話ししたいと思います。ではまたお目に掛かりましょう。

編集後記

■皆さんは黒石市公式LINEの登録はお済みですか？ 広報10月号に特集を掲載後、約1週間で登録者が約800人増加し、1か月経った今では約1,200人増えています。スマホなどで最新の市政情報を受け取ることができ便利です。まだ登録していないという人はぜひご登録ください！

オーストラリアと黒石の
魅力や異文化などを
お伝えします

MORIとJOYの

モリモリエンジョイ

MORIMORI & JOY

このコーナーでは、現在本市からオーストラリアへ派遣されている市職員の棟方守仁と、国際交流員としてオーストラリアから本市へ来ているジョイ・ユーが、オーストラリアと黒石の魅力や異文化などについてお話しします。今回のテーマは自然です。

市職員 モリ

昨年4月に
黒石からオーストラリアの
シドニーへ



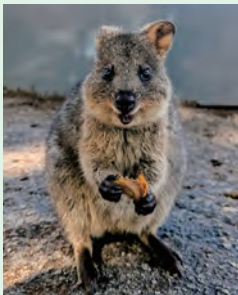
オーストラリアと聞くと広大な大陸を思い浮かべる人が多いのではないのでしょうか。しかし、その周辺には8,000以上の島々があり、それぞれが異なる自然や動物、風景を見せてくれます。暮らしてみても分かったのは、島に渡ると自然のリズムがぐっと近くなることです。地図の端に点のように並ぶ島々が、暮しの真ん中に静かな余白をつくってくれる、そんな感覚があります。

南オーストラリアのカンガルー島では、海沿いの「リマールカブル・ロックス」で風に磨かれた奇岩の迫力に立ち尽くしました。陽の角度で色合いが変わり、同じ場所でも表情が違って見えます。「シールベイ」では、白い砂浜でくつろぐアシカを静かに見守り、波音に合わせて時間がゆっくり流れていくのを感じました。保護された環境の静けさの中で、光や風のわずかな変化まではっきり伝わってきます。



西海岸のロットネスト島では、笑っているような表情のクアッカワラビーに出会いました。自転車でゆっくり島内を回ると、入り江ごとに海の青さが少しずつ変わり、白い砂浜が続きます。青い海と白い砂浜、柔らかな海風に包まれた時間は、心身ともにリフレッシュできるひとときでした。特別な道具や計画がなくても、風の向きや潮の香りに気づくだけで、自然との距離がずっと縮まります。

二つの島に共通しているのは、わずかな移動で時間の流れが自然のリズムに切り替わることです。潮の香りや風の向き、岩の温度、そんな小さな変化がはっきり伝わり、足取りが穏やかになります。ただ島に渡るだけで、世界が少し静かになるのを感じます。



国際交流員 ジョイ

昨年8月に
オーストラリアのシドニーから
黒石へ



黒石市や青森県での暮らしの魅力の一つは、四季折々に色を変える田んぼやりんご園、雄大な岩木山の景色を日常で味わえることです。

シドニーでの自然といえば、やはりビーチやハーバー、公園が身近で、私はよく海沿いを散歩したりジョギングしたりしていました。郊外に出ればブルーマウンテンズなどの山々があり、「ブッシュウォーキング」と呼ばれる森や自然を歩くハイキングやトレッキングも盛んで、私もよく楽しんでいました。

一方、黒石市周辺の自然はまた違った魅力があります。ドライブをすると田んぼやりんご園が広がり、背景には岩木山が見えます。そして、特に、中野のみどりの紅葉は、昼間の鮮やかな景色も夜のライトアップも本当に美しく、何度見ても飽きません。

また、八甲田山にも登りましたが、山から見た紅葉は忘れられない体験となりました。シドニーの紅葉は日本のような鮮やかな赤は少ないので、その違いがとても新鮮です。



また、シドニーで海を見て癒されていた私にとって、十和田湖の景色は新しい感動でした。海の壮大さとは違い、静かで落ち着いた雰囲気があり、奥入瀬溪流と合わせて訪れると、自然に包まれて心が安らぎます。

シドニーの自然は「海の青さ」、黒石市や青森県の自然は「山や森の四季の彩り」と、それぞれに魅力があります。こうした豊かな自然に囲まれて暮らせることも、とても幸せに感じています。



11月の日程

暮らしの相談・その他	内 容	相 談 日	時 間	場 所・問 合 せ
	福祉	月～金曜日（祝日除く）	9:00～17:00	市社会福祉協議会「ふれあい相談所」 ☎52-9600
	生活困窮	月～金曜日（祝日除く）	8:15～17:00	市社会福祉協議会「黒石市自立相談支援窓口」 ☎52-9600
	後期高齢者	25日（火）	19:00まで	国保年金課高齢医療係 *要予約
	介護保険	25日（火）	19:00まで	介護保険課介護保険係 *要予約
	青少年問題	月～金曜日（祝日除く）	9:00～16:00	市青少年相談センター（社会教育課内） ☎52-2876
	水道料金（夜間）	28日（金）	19:30まで	上下水道課総務係
	健康	17日（月）	10:00～12:00	健康推進課成人保健係
	こころ（小さな相談室）	10日（月）	10:00～15:00	松の湯交流館（問合せ：健康推進課成人保健係）
	納税（夜間）	5日（水）・17日（月）・ 25日（火）	19:00まで	税務課収納債権係 *要予約
	困りごと	10日（月）・25日（火）	9:00～15:00	市民環境課交通生活係 ▼困りごと相談は市民環境課交通生活係へ要事前予約 ▼法テラス法律相談は法テラス青森へ要事前予約 ☎050-3383-5552
	法テラス法律	26日（水）	9:30～12:00	
	人権	22日（土）	9:00～15:00	▼人権・行政・土地家屋調査は予約不要 ▼22日（土）の人権相談は黒石りんごまつり特設会場（スポカルイン黒石）で実施
	行政	20日（木）	10:00～12:00	
	土地家屋調査	12日（水）	13:00～16:00	
	消費者	火～日曜日	8:30～17:00	弘前市市民生活センター（弘前圏域消費生活相談窓口）☎34-3179
		月～金曜日（祝日除く）	9:00～17:00	市民環境課交通生活係

*LINEで予約が可能です。LINEで「黒石市」を友だち登録して「申請・予約」からお申し込みください。

家庭から出る燃やせるごみ排出量

市民1人1日当たり

令和7年
8月 **486g**

前年同月比 約**28g減**



市税の納付

固定資産税 第4期と国民健康保険税 第5期の納期限は12月1日（月）です。
期限内の納付をお願いします。

〔問合せ〕 税務課納税管理係

青の煌めきあおもり国スポ
2026 翔ける未来へ縄文の風に乗って
第80回国民スポーツ大会

国スポ開催まであと**343日!**（11月1日現在）
本大会：令和8年10月10日（土）～10月20日（火）

黒石市開催競技

本市では、
令和8年10月11日（日）から
10月14日（水）まで
バドミントン競技を
開催します。



最新情報は
市ホームページを
チェック!



市の人口 **30,012人** 前月比 (−31)
世帯数 **14,039世帯** (6)

住民基本台帳調べ 9月末現在

SNS アカウント「Visit Kuroishi」では市の観光情報や魅力を発信しています。

歴史&文化



YouTube

観光&イベント



Instagram

あずましの里くろいし観光大使
にゃんごすたー
©にゃんごすたー



健康事業

	日時・場所	問合せ
健康教室	11月10日(月) 13:30 中郷公民館 テーマ「高齢者が気をつけたいところの病気」 講師：黒石あけぼの病院 精神保健福祉士 三浦 良介 先生 11月21日(金) 13:00 西部地区センター テーマ「お口の健康について」 講師：くどう歯科医院院長 工藤 康之 先生	健康推進課 成人保健係
地域健康 づくり相談	詳しくは、本紙8ページをごらんください。	
出前運動教室 (対象65歳以上)	11月20日(木) 13:30~15:00 山形公民館	市地域包括 支援センター 包括支援係
献血	11月23日(日) 9:45~11:30 13:00~15:00 スポカルイン黒石(黒石りんごまつり) ※ライオンズクラブの協賛により、記念品をプレゼント	福祉総務課 福祉総務係

転倒骨折予防・認知症予防教室

市内在住のおおむね65歳以上の人を対象に、無料で開催しています(申込不要)。

▼11月19日(水)13:30~15:00
市老人福祉センター

※動きやすい服装で、飲み物やタオル等を持参し、参加してください。

【問合せ】市地域包括支援センター包括支援係

「あすなろの森」

「あすなろの森」は、さまざまな理由で家に引きこもりがちになっている人のための居場所です。(社福)報徳会が行っている『「わ」のカフェ』と共同で開催します。

▼11月13日(木)13:30~15:30
松の湯交流館

【問合せ】市社会福祉協議会 ☎52-9600



日曜日の市内救急当番医

11月 2 日	健生黒石診療所	☎53-3015
11月 9 日	山谷胃腸科内科	☎54-8370
11月16日	黒石病院	☎52-2121
11月23日	たかはし内科循環器科クリニック	☎59-2200
11月30日	黒石病院	☎52-2121
12月 7 日	ちとせクリニック	☎53-7228

※診療科により受け入れできない場合がありますので、あらかじめ電話でご確認ください。

※黒石病院では救急車の受け入れも行っているため、救急搬送の患者を優先する場合があります。

弘前市急患診療所が休日等の急病に対応

	休 日	夜 間
診療科目	内科・小児科・外科	内科・小児科
診療日	日曜日、祝日、8月13日、 12月31日~1月3日	年中無休
診療時間	10:00~16:00	19:00~22:30

【問合せ】弘前市急患診療所 ☎34-1131

市ではホームページやSNSを活用し、さまざまな情報を発信しています。

黒石市



市ホームページ



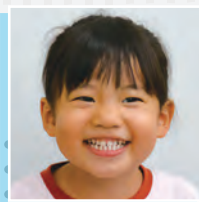
婚活
&
移住・定住
イベント情報



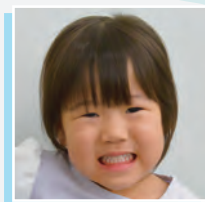
Instagram

笑顔がいっぱい「ぐんきっず」!

3歳児健診を受診した元気な子どもたちを掲載しています。



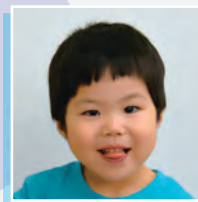
あいさか
ゆのさん



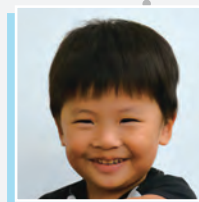
あけもと
ゆいかさん



いがらし
ゆきかさん



かさい
きょうさん



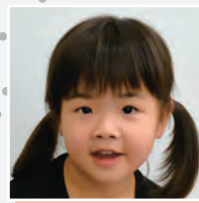
かとう
つばささん



きむら
りんさん



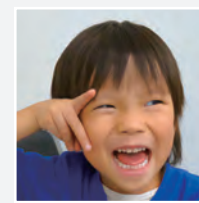
くぼた
すみれさん



こじま
るなさん



さくらば
ともりさん



さくらば
らいむさん



そうま
はるとさん



たけばやし
はなさん



まやま
ゆきとさん



みうら
たまきさん



やまがた
けいごさん

ヘルシーレシピ

おこわ風まぜごはん

～豚肉×野菜は肌や内臓を健康に保つのに効果的～



作り方

- ① 米ともち米を合わせて洗い、炊飯器で1合の目盛りまで水を加えて浸し炊く。
- ② フライパンを中火で熱し、豚ひき肉を炒める。脂が出てきたら残りの具材を加えて、全体にしんなりしてきたらAと干しえびの戻し汁を加えて炒め合わせる。
- ③ ごま油を加えて火を止め、熱いうちに①と混ぜ合わせて完成。

材料(1合分)

- 米 100g もち米 50g 豚ひき肉 80g
小松菜 1株
…… 茎は1cm幅の小口切りにし、葉は2cmくらいの大きさに切る。
- 干し椎茸 2枚
…… ぬるま湯につけて戻し、石づきを除いて1cm角に切る。
- 干しえび 5g ぬるま湯 大さじ1と1/2
…… 干しえびをぬるま湯で戻し、粗く刻む。戻し汁はとっておく。
- 長ねぎ 10cm …… 粗みじん切りにする。
- しょうが 5g …… みじん切りにする。
- A { 酒 …… 大さじ2
オイスターソース …… 大さじ1
しょうゆ …… 大さじ1/2
砂糖 …… 小さじ2/3
- ごま油 …… 小さじ1/2

1人分の栄養素

エネルギー273kcal／たんぱく質10.3g
脂質6.0g／食塩相当量1.2g
監修：市食生活改善推進委員会

発行編集 企画財政部広報情報システム課

黒石市役所 〒036-0396 青森県黒石市大字市ノ町11番地1号
TEL 0172-52-2111(代表) FAX 0172-52-6191
HP <http://www.city.kuroishi.aomori.jp>
E-mail kuroishi_hp@city.kuroishi.aomori.jp

▶「広報くろいし」はアプリでも読めます
「マチイロ」で検索(iOS・Android対応)



マチイロ

マチを好きになるアプリ

