

広報

水清く 人情のあつい あずましの里

2024

11

No.1368

黒石

Kuroishi public relations

くろいし



特集

ふるさとの鼓動！黒石で躍動！
 と
 あおもり10市大祭典in黒石

県内10市が連携し、祭りや食を一堂に集めた「あおり10市大祭典in黒石」が9月28・29日に開催されました。

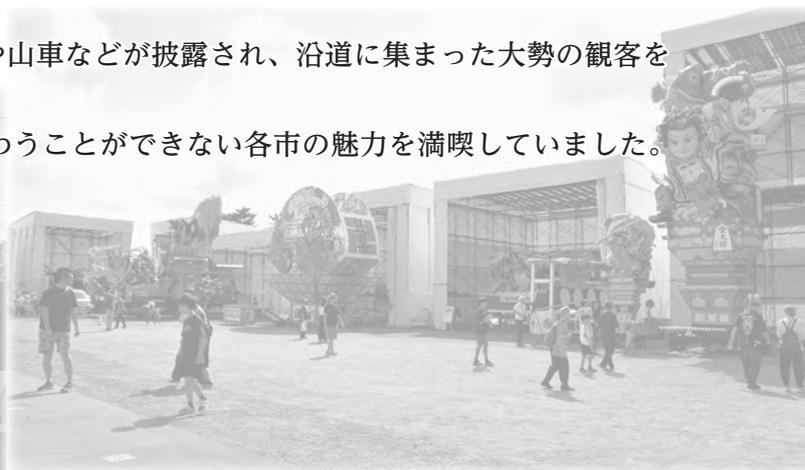
このイベントは、東日本大震災からの復興をPRし、観光を盛り上げようと2012年から始まりました。

祭典は、御幸公園や中心商店街、中町こみせ通りなどさまざまなエリアで行われ、来場客が市内を回遊することで楽しめる黒石の街並みを活かしたイベント会場となりました。

両日とも、各市のパフォーマンスが中町こみせ通りで行われたほか、メインイベントのパレードでは、各市を代表する祭りや山車などが披露され、沿道に集まった大勢の観客を魅了しました。

来場客は2日間で約12万人にも上り、普段は味わうことができない各市の魅力を満喫していました。

あおり10市 大祭典 in黒石



黒石高校書道部がパフォーマンスを披露

イベントのオープニングとして、黒石高等学校書道部が書道パフォーマンスを披露し、会場を盛り上げました。

また、今回の「あおり10市大祭典in黒石」の題字を書いた三浦愛音さんは「自分が書いたものがポスターとしていろいろなところに貼られていて、不思議な気持ちでした。皆さんに元気を届けられて良かったです」とインタビューに答えました。



10市の市長が集結

パレードの出陣式には10市の市長が揃い、それぞれの参加団体を鼓舞しました。

高樋市長は「ようこそ黒石市へ。今回の大祭典は、黒石の街並みに合ったイベントにいたしました。大祭典を契機に、県内がさらに元気に発展することを願っています」と挨拶しました。

来賓の宮下知事は「節目の大祭典を皆さんとともに楽しみたいです」と激励の言葉を述べました。



10市の祭り・ゆるキャラ



ムッシュ・ムチユラリンI世

つがるちゃん



青森ねぶた祭



ねぶたん



おしまこ流し踊り



馬ねぶたパレード



五所川原立俵武多



いしよりん

五所川原市

つがる市

五所川原市

青森市

三沢市



アメリカンパレード



ホツキーナちゃん

弘前市

黒石市

十和田市

八戸市

平川市



いかずきんズ
しまちゃん



弘前ねぶたまつり



たか丸くん



平川ねぶたまつり



八戸三社大祭



黒石よされ



つゆヤキソバン



ヤーヤくん



三本木小唄流しおどり



駒松くん



会場には各市の物産やグルメが味わえる「10市食・観光・物産エリア」や、間近で山車などを見ることができる「山車展示エリア」が設けられました。

さらに、黒石市ではなかなか見ることができない、各市を代表するゆるキャラたちがサプライズで登場。来場客は、ゆるキャラたちとの触れ合いや写真撮影を笑顔で楽しんでいました。

市功労者に4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6年度市功労者に4個人を決定しました。11月3日(日)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。功労者の業績などは、次のとおりです。



齋藤 東氏 (袋井1・79歳)

～更生保護の推進に寄与～

平成14年3月から令和4年12月までの20年余の長きにわたり保護司として、必要な知識や技術の習得に励みながら、見守り、指導、相談支援などに努め、任期満了後も南黒地区保護司会黒石支部に在籍し、協力員として更生保護の推進と犯罪や非行のない安全・安心な地域社会構築推進に寄与。また、昭和59年4月から平成15年3月まで県少年補導協力員を務め、少年の非行防止と健全な育成を図る活動に尽力。



廣瀬 弘美氏 (三島2・77歳)

～社会福祉の増進に尽力～

平成14年6月から昨年退任するまで21年余の長きにわたり、人権擁護委員として人権保護の推進のため積極的に活動し、人権相談業務や小学校での人権教室など人権思想の普及高揚に寄与。また、平成14年7月に主任児童委員に就任し、21年余にわたり民生委員・児童委員を、令和元年12月から3年間は市民生委員児童委員協議会会長を務めたほか、平成25年から4年間は、市社会福祉協議会会長を務めるなど、多岐分野にわたり市民の社会福祉の増進に尽力。



工藤 茂人氏 (野際1・71歳)

～男女共同参画社会の推進に尽力～

平成16年から男女共同参画社会をすすめる黒石ハーモニーの会の副会長を務め、平成14年から今年8月まで市男女共同参画審議会委員として、事業の推進や啓発活動に取り組み、男女共同参画社会の実現に向けた気運醸成に多大に貢献。また、平成18年から18年余の長きにわたり保護司として、見守り、相談支援など安全・安心な地域社会構築推進に尽力しているほか、中部地区社会福祉協議会事務局長など地域における要職を務め、多岐分野にわたり社会に貢献。



水上 慶吾氏 (下山形町・69歳)

～人権保護の推進に尽力～

平成14年6月から昨年退任するまで21年余の長きにわたり、人権擁護委員として人権保護の推進のため積極的に活動。小学校での人権教室では、児童に分かりやすいよう工夫し、人権尊重の大切さを伝えるなど、人権意識の向上や理解を深めるための活動に尽力。また、平成19年5月から令和3年4月まで弘前人権擁護委員協議会常務委員を務め、平成27年から6年間、同協議会副会長を務めるなど、地域住民の人権擁護と人権思想の普及高揚に寄与。

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5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」を策定しています。この計画の基本構想にある「まちづくりの目標」に沿って令和5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

空き校舎活用改修事業 1億6,775万円	旧牡丹平小学校校舎活用改修工事と旧浅瀬石小学校校舎活用改修設計業務を完了しました。
グルテンフリー米粉振興くろいしモデル事業 132万円	黒石産米の新たな需要創造および付加価値向上のため、米粉専用米新品種「あおもりっこ」を活用した米粉の利用拡大モデル事業を実施しました。

元気なまち

市民サービス施設整備事業 16億8,281万円	市民サービス施設（黒石市役所わのまちセンター）のオープンに向け、施設建築工事のほか、電気および機械設備工事を行いました。
フードツーリズムプロモーション実施事業 712万円	旅行者の滞在時間と消費を伸ばすため、まち全体を食文化が楽しめるフィールドとしてプロモーション活動を行ったほか、地域の食を軸に景観や風土、文化に触れる旅を提案することで、地元事業者の意識向上を図りました。

安心なまち

不妊治療費助成事業 136万円	医療保険適用となっている不妊治療に対し、自己負担分の一部を助成することで対象者の経済的負担の軽減を図りました。
地域健康づくり相談事業 186万円	高齢者が住み慣れた地域で健康で安全に生活できるよう、保健師と生活支援コーディネーターによる相談支援活動や地域健康づくり活動を、各地区公民館および地区センターで毎月実施しました。

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 1億3,670万円	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に、市内で使える商品券を発行しました。
くろいしマッコカATALOG事業 5,725万円	物価高騰の影響を受けている市内事業者および市民の負担を軽減し、市内経済の活性化を図るため、市内の事業者が提供する商品やサービスのカタログを作成して全世帯へ配布し、マッコとして提供しました。

[問合せ] 財政課財政係

第3回 市議会定例会

令和6年第3回市議会定例会は、9月2日に開会し、会期を9月20日までの19日間と決定。続いて、高樋市長が提案理由を説明したほか、令和5年度決算を審議するため、議員全員で構成する決算特別委員会が設置されました。

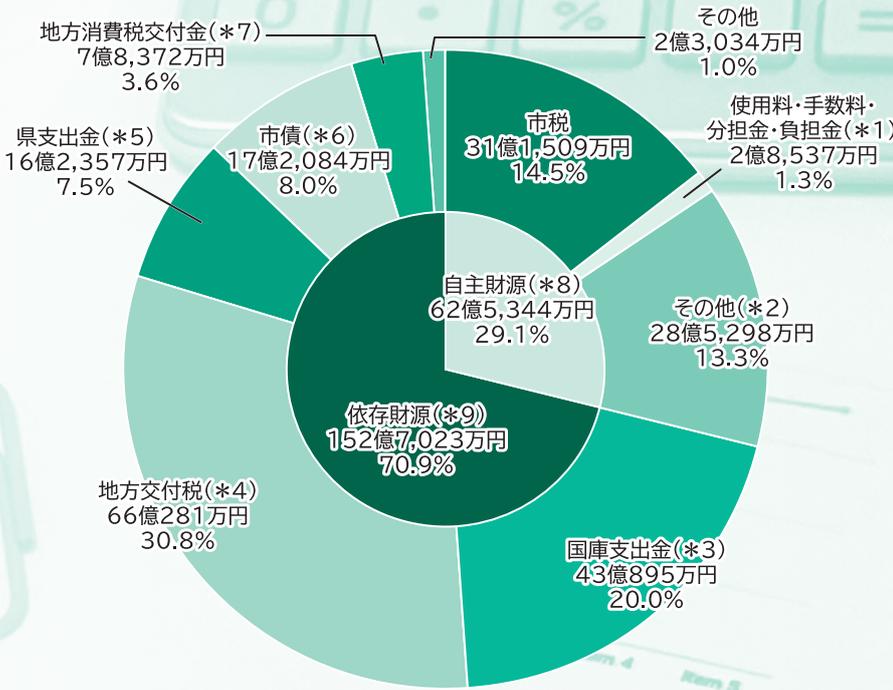
11・12日は、市政に対する一般質問が行われ、10議員が登壇。市政に対する理事者の考えをただしたのに対し、市長や部長らが答弁しました。

17・18日の決算特別委員会では、5年度一般会計や特別会計等の決算合わせて17件を審査。20日の本会議では、市長提出の議案39件、議員提出の議案1件を審議し、いずれも原案のとおり可決・同意・認定しました。主な議案は次のとおりです。

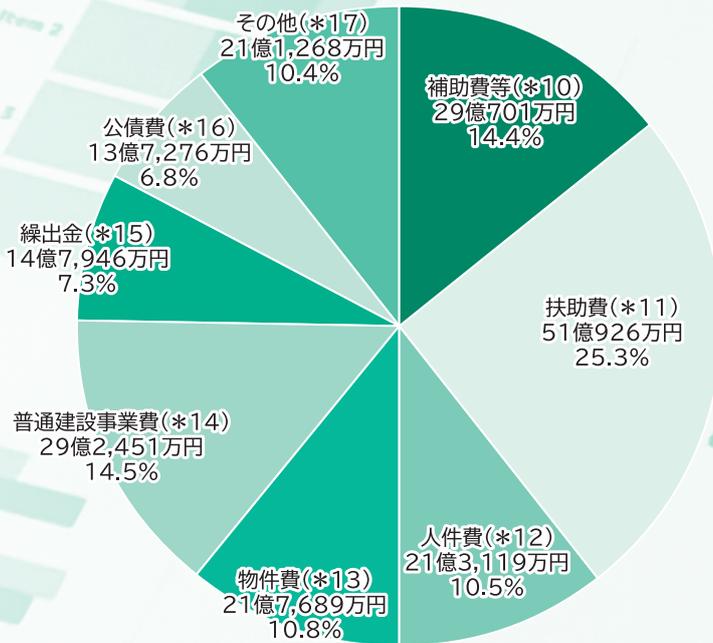


条例制定	▽市役所わのまちセンター条例の一部を改正する条例▽市立武道場条例の一部を改正する条例—など
一般会計補正予算	▽令和6年度一般会計補正予算（第3号）…歳入歳出それぞれ8億2,559万3千円を追加し、予算の総額を198億1,882万5千円としました。
人事案件	▽教育委員会委員に宇野元雄氏を任命することに同意しました。

一般会計歳入総額 215億2,367万円



一般会計歳出総額 202億1,376万円



用語解説

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

令和5年度各会計決算
本市の家計簿
 本市の令和5年度会計決算が、令和6年第3回市議会定例会で認定されました。
 今号では、市債や基金の残高などの情報も併せて決算の状況を説明します。

各会計別決算

(単位:万円)

区分	歳入	歳出	実質収支
一般会計	215億2,367	202億1,376	9億8,686
特別会計	84億3,873	81億4,583	2億9,290
国民健康保険	39億9,776	38億1,763	1億8,013
後期高齢者医療	4億5,698	4億4,362	1,336
姥懐霊園墓地	3,226	1,886	1,340
介護保険	39億1,357	38億3,366	7,991
温泉供給事業	1,655	1,166	489
農業集落排水事業	2,161	2,040	121
合計	299億6,240	283億5,959	12億7,976

※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5年度は一般会計で3億2,305万円の繰り越すべき財源がありました。

企業会計決算

(単位:万円)

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	45億7,459	46億5,843	Δ8,384
水道事業会計	7億1,530	6億27	1億1,503
下水道事業会計	6億6,083	5億4,464	1億1,619

各財産区会計決算

(単位:万円)

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	343	10	333
追子野木財産区会計	192	45	147
袋財産区会計	21	0	21
温湯財産区会計	1,496	0	1,496
南中野財産区会計	1	0	1
二双子財産区会計	1,560	9	1,551



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	
給料(市税、使用料、手数料など)	80万円
親からの援助(地方交付税、国庫支出金など)	314万円
ローンの借入れ(市債)	40万円
副業収入(その他自主財源)	66万円

一年間の総額	500万円

支出	
医療費や保育料(扶助費)	119万円
子どもへの仕送り(補助費等、繰出金)	102万円
食費(人件費)	50万円
ローンの返済(公債費)	32万円
光熱水費や家庭用品(物件費)	50万円
家のリフォーム(普通建設事業費)	68万円
細かい出費(その他)	49万円

一年間の総額	470万円

貯金	
預金通帳の残高(財政調整基金・減債基金)	60万円

借金	
残っているローン(一般会計市債残高)	278万円

改善している財政！しかしながら…

令和5年度決算は、一般会計で見ると、9億円以上の黒字となりました。

また、財政の健全度ををはかる指標である実質公債費比率と将来負担比率をみると、どちらも前年度の数値を下回っており、市の財政は以前に比べると改善していることが分かります。

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、収入が500万円であるのに対し出費が470万円で、本市では一年間の全収入のうち94%を支払いに充て、財布には6%の30万円しか残っていないということになります。また、預金通帳の残高が60万円なのに対し、残っているローンは278万円となり、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。

「9億円の黒字」「健全化指標の改善」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感じられますが、市の台所事情全体から考えると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
	R5年度	R4年度		
実質赤字比率	-	-	13.5%	20.0%
連結実質赤字比率	-	-	18.5%	30.0%
実質公債費比率	12.5%	13.0%	25.0%	35.0%
将来負担比率	16.6%	19.9%	350.0%	-

- ◎実質赤字比率…一般会計と残債償還基金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

令和5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)	25億5,293万円
	減債基金(市の借金返済のための基金)	4,236万円
市債	全会計市債(市の全会計の借金)	194億4,063万円
	一般会計市債(市の一般会計の借金)	119億5,536万円

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	17.8%(15.5%)	7億467万円(5億9,399万円)

令和7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7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月号に掲載する予定です。

	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	8人	認定こども園	中郷こども園	53-3715	若干名
認定こども園	認定こども園東雲幼稚園	54-8220	5人		美郷こども園	52-3890	若干名
	認定こども園美しの森	52-5435	若干名		山形こども園	52-3200	5人
	つくし第一こども園	52-4349	若干名		上十川保育園	52-4320	10人程度
	つくし第二こども園	52-8201	若干名		あけぼのこども園	53-1992	10人
	六郷保育園	52-2170	若干名		黒石保善園	52-2758	5人
	認定こども園たけみ	52-5189	4人				

[問合せ] 子育て支援課子育て支援係

口腔ケア教室

市は、65歳以上の人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。

▼対象 65歳以上の人 ▼定員 30人

▼日時 11月20日(水) 13時30分～15時

▼場所 東公民館

▼参加料 無料

▼申込方法 11月19日(火)までに東公民館(☎52-4693)へ電話

[問合せ] 市地域包括支援センター包括支援係

高齢者叙勲を受章

政府は9月1日付けで高齢者叙勲を発令しました。本市関係の受章者は次のとおりです。



瑞宝双光章
(教育功労)

村元 勇藏 氏
(青山・88歳)

元公立小学校長

有 料 広 告

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6日(金)

	表彰区分	受賞基準 <small>（令和6年1月～12月の大会成績）</small>
文化関係	文化賞	県下最高賞や 全国入選など
	文化功労賞	
	文化奨励賞	
	文化特別賞	
スポーツ関係	スポーツ最優秀賞	国際大会で入賞や 全国・東北・県大会等で 優勝など
	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	
	スポーツ奨励賞	

※推薦期限後に行われた大会の推薦は、令和7年1月6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

市制施行70周年記念 黒石りんごまつり

黒石りんごまつり実行委員会は「第33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、屋外で開催されるりんご市では、りんごや野菜などの販売を行いますので、ぜひご来場ください。

▼**開催日程**11月16日(土)・17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(商工課内)



あおもり国スポ・障スポ 情報支援ボランティアを募集

2026年に青森県で開催される「青の煌めきあおもり国スポ・障スポ」の情報支援ボランティアを募集しています。情報支援ボランティアとは、聴覚障がい者への情報支援を図るとともに、全ての人に分かりやすい情報提供を行うボランティアです。

▼**対象**次の要件を満たす人

- ①12歳以上(令和8年4月1日時点)で国スポ・障スポの活動日に参加可能な人
- ②手話については手話学習経験者または手話学習中の人、筆談については要約筆記学習経験者または筆談に関心のある人

▼**活動内容**国スポ・障スポに参加する聴覚障がい者等に手話や筆談により情報提供を行う

▼**応募方法**ホームページの応募フォームへ入力
[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(県庁内) ☎017-722-1111

詳しくは、ホームページをごらんください。

糖尿病に関するイベントを開催

黒石病院は、11月11日～17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の役立つ情報を提供するイベントを開催します。入退場自由ですので、お気軽にご参加ください。

▼**開催日**11月13日(水)

▼**場所**黒石病院管理棟1階 指導室

▼**内容**

講演 9時～ 9時30分	糖尿病・内分泌内科部長 松村 功貴先生
展示等 9時30分～ 12時	<ul style="list-style-type: none"> ・看護＝生活療養相談、自己注射手技チェック ・栄養＝栄養食事相談（フードモデル・献立例の展示）、みそ汁の試飲、家庭のみそ汁塩分濃度無料測定、特定機能食品等試供品配布 ・薬剤＝薬の相談、飲み忘れ・打ち忘れの対処法 ・検査＝血糖自己測定器展示・体験 ・リハビリ＝体脂肪測定一など

[問合せ] 黒石病院事務局 ☎52-2121

令和6年度 黒石市二十歳の集い

開催日 令和7年1月12日(日)
場所 スポカルイン黒石

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

対象	平成16年4月2日から平成17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。
本市に住民登録がない人	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(下記二次元コード)からダウンロードできます。 ※12月20日(金)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	・「二十歳の集い」開催前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22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

詳しくは、市ホームページをごらんください。



市子ども家庭センターがオープン

10月15日から、市役所わのまちセンター内に「黒石市子ども家庭センター」がオープンしました。同センターでは、妊娠・出産への不安や子育てに悩むお母さんやご家族の相談に応じるなど、子育てを安心してできるようお手伝いします。

業務内容

- ・妊産婦・子育て・家庭に関する相談窓口
- ・母子健康手帳の交付
- ・出産・子育て応援給付金の交付
- ・赤ちゃん訪問
- ・養育支援訪問事業
- ・妊婦さん、産婦さんデイケアサービス～ポムハウス～
※ポムハウスの会場は、松の湯交流館から市役所わのまちセンターに変更となりました(予約不要)。

[問合せ] 市子ども家庭センター

市制施行70周年記念式典・音楽会

市は、市制施行70周年を記念して、式典と音楽会を開催します。式典終了後に行う音楽会では、市内で活動する音楽団体による演奏で70周年を盛り上げます。

来場は無料ですので、本市のさらなる飛躍を願い、ともに祝いましょう。

▼**開催日時**12月15日(日)▽式典=10時▽音楽会=式典終了後(10時40分頃)

▼**場所**スポカルイン黒石

[問合せ] 企画課国際・地域交流係

詳しくは、市ホームページをごらんください。



児童扶養手当制度の改正(拡充)

所得制限限度額の引き上げ

令和6年11月分(令和7年1月支給分)から児童扶養手当の所得制限限度額が引き上げられ、下表のとおり変更となります。なお、今回の制度改正で緩和されるのは、受給資格者本人の所得制限で、扶養義務者の所得制限に変更はありません。

■所得制限限度額

(単位:万円)

扶養する 児童等の数	全部支給となる所得限度額 (受給資格者本人の前年所得)				一部支給となる所得限度額 (受給資格者本人の前年所得)				配偶者・扶 養義務者等 所得ベース
	収入ベース		所得ベース		収入ベース		所得ベース		
	これまで	R6.11月分 から	これまで	R6.11月分 から	これまで	R6.11月分 から	これまで	R6.11月分 から	
0人	122.0	142.0	49	69	311.4	334.3	192	208	236
1人	160.0	190.0	87	107	365.0	385.0	230	246	274
2人	215.7	244.3	125	145	412.5	432.5	268	284	312
3人	270.0	298.6	163	183	460.0	480.0	306	322	350
4人	324.3	352.9	201	221	507.5	527.5	344	360	388
5人	376.3	401.3	239	259	555.0	575.0	382	398	426

第3子以降の加算額の引き上げ

第3子以降の加算額は、第2子の加算額と同額に引き上げられます。

■児童扶養手当月額

(単位:円)

	全部支給	一部支給
第1子	45,500	45,490~10,740
第2子加算額	10,750	10,740~5,380
第3子以降加算額	10,750	10,740~5,380

[問合せ] 子育て支援課子育て支援係

歯つらつ教室

市は、口腔機能が低下している人またはそのおそれがある人を対象に、3か月間で全6回の教室を開催します。教室では、食べたり、飲んだりする働きを保つための体操や上手な歯磨きなど口の中を清潔に保つための方法を紹介します。

▼対象 市内在住の65歳以上の人

▼定員 10人程度

▼開催日時 12月11日(水)・24日(火)、1月21日(火)・28日(火)、2月4日(火)・18日(火)いずれも10時~11時30分

▼参加料 無料

▼場所 東公民館

▼申込方法 市地域包括支援センターへ電話または窓口で申し込み

▼申込期限 11月29日(金)

[問合せ] 市地域包括支援センター包括支援係



市民ガイドブックへ掲載の広告を募集

市は、(株)サイネックスとの官民協働による地域行政情報誌「市民ガイドブック」を令和7年3月に発行します。

このガイドブックは、市の各種手続きや医療機関、観光情報などに加えて企業広告を掲載しており、完成後には市内各世帯と転入者世帯に無料で配布します。

事業に伴う広告主を募集するため、(株)サイネックスの社員が事業所を訪問させていただきますので、ご協力をお願いします。

▼広告募集期間 11月~12月(予定)

[問合せ] ▽広告について=(株)サイネックス青森支店 ☎017-775-3623 ▽市民ガイドブックについて= 広報情報システム課広報係

詳しくは、ホームページをごらんください。



国民健康保険・後期高齢者医療保険 マイナンバーカードの健康保険証利用について

国の法改正により、現行の保険証は令和6年12月2日以降発行されなくなり、マイナ保険証（保険証利用登録がされたマイナンバーカード）を基本とする仕組みに移行します。

現在お手元にある保険証について

既に発行済みの保険証は、令和6年12月2日以降も保険証に記載の有効期限まで原則使用できます。

マイナ保険証の利用登録について

マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、利用登録が必要です。

初めて医療機関を受診する場合でも、顔認証付きカードリーダーの画面からそのまま初回の利用登録ができます。また、スマートフォンなどを利用したマイナポータルアプリやセブン銀行のATM、国保年金課窓口で利用登録ができます。

保険証の有効期限が切れた後について

マイナ保険証をお持ちの人

マイナ保険証をご利用ください。万が一、医療機関等でマイナ保険証の読み取りができない例外的な場合に、保険証の有効期限が切れる前に送付予定の「資格情報のお知らせ」をマイナ保険証と一緒に提示することで受診できます。

また、スマートフォンをお持ちの人は、マイナポータルの資格情報画面とマイナ保険証を提示することでも受診できます。

マイナ保険証をお持ちでない人

マイナ保険証をお持ちでない人には、現在お手元にある保険証の有効期限が切れる前に、従来の保険証に代わるものとして「資格確認書」を送付する予定です(当分の間は申請不要)。

また、現行の保険証と同様に医療機関等の窓口で提示することで、引き続き、一定の窓口負担で医療を受けることができます。



短期被保険者証について

短期被保険者証も発行されなくなります。なお、国民健康保険については、国民健康保険税の滞納がある場合は、特別療養費の支給対象者となる可能性があります。まだ納付していない人はお早めにご相談ください。

※特別療養費の支給対象者となった場合は、医療機関等で診療を受ける際、窓口で医療費を一旦全額支払うこととなります。ただし、国保年金課で手続きをすることで、一部負担金を除いた額の払い戻し(特別療養費の支給)を受けることができます。特別療養費の支給対象者となった場合は、マイナ保険証を提示しても、窓口で医療費を一旦全額支払うこととなります。

[問合せ] ▽マイナ保険証利用について＝マイナンバー総合フリーダイヤル☎0120-95-0178

▽国民健康保険被保険者＝国保年金課国保給付係

▽後期高齢者医療被保険者＝青森県後期高齢者医療広域連合☎017-721-3821

※国民健康保険被保険者、後期高齢者医療被保険者以外の人は、各保険者にお問い合わせください。

有 料 広 告



自衛官採用試験

防衛省は、自衛官を募集します。

【問合せ】自衛隊青森地方協力本部弘前地域事務所 ☎27-3871

種目	応募資格	試験日	受付期限
第3回 一般曹候補生	18歳以上33歳未満の人 (32歳の方は採用予定月の末日時点で、 33歳に達していない人)	【1次】12月8日(日) 【2次】令和7年1月12日(日)	11月28日(木)
第3回 自衛官候補生		【WEB試験】12月1日(日)～3日(火) 【口述・身体検査】12月21日(土)	
高等工科大学校 生徒(推薦)	15歳以上17歳未満の男子(中学校卒業 または中等教育学校の前期課程修了者)	令和7年1月11日(土)～13日(月・祝)の 指定する1日	11月29日(金)
高等工科大学校 生徒(一般)	15歳以上17歳未満の男子(中学校卒業 または中等教育学校の前期課程修了者)	【1次】令和7年1月25日(土) 【2次】令和7年2月15日(土)	令和7年 1月16日(木)



県民手帳黒石市特別版を販売

市統計協会は「2025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、裏表紙にはつゆヤキソバンの箔押しがされており、市民憲章などが掲載されています。

- ▼販売場所 企画課（市統計協会事務局）
 - ▼販売開始 11月1日（金）
 - ▼カラー イカ墨ブラック、十和田湖ブルー、ヒバグリーン、りんごレッド
 - ▼価格 1冊700円（税込）
- ※無くなり次第終了となります。
【問合せ】企画課企画調整係



納税作品展示会

- 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9日(土)～15日(金) 8時30分～17時
(15日は15時まで)
 - ▼場所 市産業会館 1階展示室
- 【問合せ】市納税貯蓄組合連合会事務局（税務課内）



11月9日は119番の日

総務省消防庁は、11月9日を「119番の日」と定めています。

119番は、緊急通報専用の電話です。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がちです。「慌てず・落ち着いて・正確に」119番通報できるように、町内会または勤務先などで防災訓練に合わせて通報訓練も積極的にを行い、通報の仕方を身に付けましょう。

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で火災速報を受信できます。
詳しくは本紙19ページをごらんください。

夜間・休日の救急病院（医療機関紹介）
☎32-3999

救急相談など（看護師等の専門家アドバイス）
#7119・☎017-718-0289

子どもの救急相談（15歳未満）
#8000・☎017-722-1152

【問合せ】弘前消防本部通信指令課 ☎32-5101

有 料 広 告



鳥インフルエンザの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。また、飼育小屋は防鳥ネットで囲い、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着け、使い終わったら消毒する。
- ・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、市または中南地域県民局林業振興課に連絡する。
- ・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、西北地域県民局つがる広域家畜保健衛生所 ☎0173-42-2276、中南地域県民局林業振興課 ☎33-3857



指名手配被疑者の検挙にご協力を

令和6年8月末時点で、全国の警察から指名手配されている人は、約590人に上っています。警察では、特に重大な犯罪の被疑者を選定したうえで、11月中に総力を挙げて追跡捜査を行うこととし、被疑者の早期検挙に取り組んでいます。

指名手配被疑者の発見には、国民の皆さんのご協力が必要です。よく似た人を見掛けたといった情報など、どんなわずかなことでも結構ですので、警察に通報していただくようお願いします。

【問合せ】 黒石警察署刑事課 ☎52-2311 (内線334)

指名手配については、ホームページをごらんください。



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、下記の窓口にお気軽にご相談ください。

相談窓口	こどもほっとライン (市福祉事務所内)	☎59-2525
	子ども虐待ホットライン (弘前児童相談所内)	☎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

市国民健康保険には、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



県最低賃金が改定

10月5日から、県内で働く労働者に適用される県最低賃金が、898円から953円に改定されました。ただし、製造業と小売業の一部は、特定(産業別)最低賃金が定められています。

【問合せ】 青森労働局賃金室 ☎017-734-4114

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



お知らせ 市役所わのまちセンター 駐車場のご案内

10月15日から、市の窓口業務（戸籍・税・国保・福祉・介護等）は、市役所わのまちセンターへ移転しました。

駐車場は、図のとおりですのでご利用ください。



[問合せ] 総務課財産管理室



地域資源レポート巡回写真展

津軽広域連合圏域8市町村の皆さんから投稿された、津軽地域の素敵な写真やイラストを紹介する写真展を無料で開催します。ぜひ、ごらんください。

▼日時 11月15日(金)～20日(水) 9時30分～18時

▼場所 松の湯交流館

[問合せ] 津軽広域連合総務課 ☎31-1201

詳しくは、ホームページをごらんください。



津軽のものづくり体験教室 「手作りミニクリスマスツリー」

津軽広域連合は「手作りミニクリスマスツリー」体験教室を開催します。

▼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（3年生以下は保護者同伴）

▼開催日時 12月24日(火) 14時～15時30分

▼場所 ヒロロ3階多世代交流室2

▼定員 18人 ▼参加料 1人1,500円

▼講師 藤田 久美子氏 (Cient Fiori)

▼応募方法 はがきまたはメールに①郵便番号・住所②参加者氏名（ふりがな）③学年・年齢④保護者氏名（ふりがな）⑤電話番号⑥希望するパーツの色（赤か白）を記入して申し込み（1回の応募で2人まで）

▼申込期限 12月5日(木) 当日消印有効

[問合せ] 津軽広域連合 ☎31-1201、☎036-8003
弘前市駅前町9-20 ヒロロ3階 津軽広域連合手作りミニクリスマスツリー係、✉ rengou@tsugarukoiki.jp

詳しくは、ホームページをごらんください。



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。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」を利用すると、年金記録の確認や年金見込額の試算などができます。

[問合せ] 国保年金課国民年金係

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 16 黒石こみせまつり



9月15・16日に「黒石こみせまつり」が開催されました。

会場には、市内のグルメやハンドメイドショップのほか、岩手県宮古市の物産展などが立ち並び、三味線演奏やジャグリングパフォーマンスなども行われました。今年は夜のイベントも開催され、会場は大勢の人でにぎわいを見せました。

9 19 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、19日には高樋市長や黒石警察署（対馬勝治署長）、黒石地区交通安全協会（葛西清仁会長）、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）らが、中川地内交差点でのぼり旗を手に、交通ルールの遵守を呼び掛けました。

9 4 県消防操法大会 ポンプ車の部優勝を報告



市消防団第三分団（金坂秀幸分団長）が、8月に行われた県消防操法大会ポンプ車の部で優勝したことを高樋市長に報告しました。

金坂分団長は「県南の地から手放されることがなかった優勝旗を津軽に届けることができました」と話し、団員たちは「市制施行70周年という節目に優勝できて嬉しく思います」と喜びを語りました。

9 18 県下警察剣道大会優勝を報告



黒石警察署が、県下警察剣道大会のB組で優勝したことを高樋市長に報告しました。

大会は、規模に応じて組み分けされ、中規模に当たるB組には5団体が出場。

高樋市長は「黒石署の優勝は市民の安心な暮らしにつながると 생각합니다。今後の活躍と連覇を期待しています」と選手らをたたえました。

9月26日 交通死亡事故ゼロ300日を達成



9月23日で、本市の交通死亡事故ゼロ300日を達成しました。

26日に市長室で表彰贈呈式が行われ、斉藤栄誉県警察本部交通部長から、高樋市長に感謝状が、市交通安全母の会の山口京子会長に表彰状が贈られました。山口会長は「みんなで頑張った結果だと思う。引き続き活動を継続していきたい」と話しました。

9月25日 佐々木やささんの100歳をお祝い



9月20日にめでたく100歳を迎えた佐々木やささんの百歳顕彰が、入所している介護老人保健施設「あしたばの里・黒石」で行われました。3食きちんと食べ、施設で行われているカラオケでは舞台上がって歌うなど、元気に日々を過ごしているという佐々木さん。

高樋市長は「これからも元気にお過ごしください」と話しました。

10月2日 りんご盗難を防ごう! パトロール決起大会



りんごの収穫時期を迎える中、黒石地区防犯協会（会長・高樋市長）と黒石警察署（対馬勝治署長）が、りんご盗難防止に向けたパトロールの決起大会を行い、防犯協会や地元の高校生などおよそ60人が集まりました。

対馬署長は「関係機関に協力をお願いしながら、夜間を中心にパトロールを強化したい」と話しました。

9月27日 棟方商事が善意の寄附



黒石自動車教習所を経営する棟方商事（有）の棟方清崇代表取締役が市長室を訪れ、市に5万円を寄附しました。

同社は、地域を元気づけることを目的に令和元年から「スマイルプロジェクト」として花火の打ち上げを行っており、寄附金はその収益の一部。高樋市長は「毎年ありがとうございます」とお礼を述べました。



あなたの
健康サポートチーム!!

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。

当市の現状として、40歳以上の男性の肥満割合、小学1年生男子の肥満傾向の割合は増加しています。食事を1人で食べる子どもの割合は増えており、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合は減少しています。(出典：健康くろいし21(第2次計画)最終評価結果報告書)

生涯にわたって心も体も健康で質の高い生活を送るため「食べること」について考えてみましょう。

「食育」とは？

生きるうえでの基本で、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、さまざまな経験を通じて『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。

バランスの良い食事をとろう！

食べたものは消化・吸収され、私たちの体を作っています。食事を作ったり、選んだりするときに、主食・主菜・副菜の組み合わせを意識して、バランスの良い食事をとりましょう。

朝ごはんを食べよう！

朝ごはんは1日のパワーの源であり、勉強や仕事の効率アップや、生活リズムを作ることに繋がります。朝ごはんを食べないと、1回の食事が増え、食べ過ぎることもあり、肥満や生活習慣病の発症につながることもあります。

よく噛んで味わおう！

よく噛むと、早食いを防止して満腹感が得られるほか、ホルモン分泌が高まり、食欲が抑えられます。

また、ゆっくり味わうことで、うす味・適量で満足感が得られるなど、肥満予防につながります。

みんなでご飯を食べよう！

時代が進むにつれ、核家族化やライフスタイルの多様化などにより、家族みんなが集まって食事をする機会が減ってきています。家族や仲間と会話を楽しみながらゆっくり食べたり「何を作ろうか?」「おいしかったね」と話し合い「共食」をすることで、心も体も元気にしてくれます。

【問合せ】健康推進課

地域包括支援センター
からのあたより

ルンルン♪



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

世界に1つだけの作品作り「糸ぐるまの会」を紹介

「裁縫」を通じた交流

「糸ぐるまの会」は平成8年に発足し、現在の市スポーツ交流センターで裁縫を楽しむことを目的に活動を開始しました。

28年が経過した現在も活動を継続しており、会員6人が裁縫を通して交流を深めています。



活動内容

自宅にある着物や布をリメイクして洋服や小物を作ったり、パッチワークが施されたバッグやタペストリーを作製しています。

分からない部分は本を読んだり、会員で教え合いながら楽しく活動しています。

活動日・場所

スポカルイン黒石で、毎月第1・3火曜日の10時から12時まで活動しています。

私たちと一緒に作品作りをしてみませんか。興味のある人はお問い合わせください。

【問合せ】市地域包括支援センター包括支援係



図書館ぜより



オリンパス黒石市立図書館からのお知らせ

手作りの本を展示

10月27日から11月9日までの読書週間にちなみ、11月30日（土）まで市民の皆さんから募集した手作りの本を展示しています。ぜひごらんください。

11月のおはなし会

- ▼日時 11月24日（日）10時～10時30分
- ▼場所 図書館市民活動室
- ▼参加料 無料
- ▼内容 絵本や紙芝居等の読み聞かせ、工作教室（折り紙で雪の結晶を作ろう）

[問合せ] オリンパス黒石市立図書館 ☎ FAX53-2188

今月のおすすめ本

一般書「47都道府県・文学の偉人百科」
森岡浩／著 丸善出版

随筆・評論・小説・戯曲などのジャンルの枠を超え、47都道府県ごとに明治以降の主な文学者の生涯と代表的作品を紹介。本市出身の文学者は、秋田雨雀と鳴海要吉を掲載。



児童書「あめのちゆうやけ せんたくかあちゃん」
さとうわきこ／作・絵 福音館書店

せんたくかあちゃんは、洗濯が大好き。でも、嵐のような雨が降り続いて洗濯ができません。やっと晴れたので川で洗濯をしていると、不思議なものが流れてきて…。



黒石ほるぷ子ども館からのお知らせ

秋のおはなし会

- ▼日時 11月2日（土）9時30分～11時
 - ▼場所 山形公民館講義室
 - ▼内容 絵本や紙芝居等の読み聞かせ
- [問合せ] 黒石ほるぷ子ども館 ☎ 54-8070

おすすめ本

児童書「パンダのおさじとふりかけパンダ」
柴田ケイコ／作 ポプラ社

ふりかけパンダは、呪文ひとつでどんなごはんも「パンダごはん」に変える、不思議なふりかけ。でも、使い方を守らないと大変なことに…！小さなパンダのおさじが届ける、不思議で楽しいパンダ道具のお話。



市公式LINEの受信設定を確認しましょう

市公式LINEの友だち登録は、二次元コードから



市公式LINEでは、イベントのお知らせ・税・福祉・暮らしの情報・火災速報といったさまざまな情報を配信しています。「受信設定」を確認して、自分の欲しい情報を受け取りましょう。

例) ごみの収集日の通知設定

「受信設定」(どちらでも可)をタップ

認証画面下の「許可する」をタップ
※一度「許可する」と、以後認証画面は表示されません。

欲しい通知の項目にチェック

町内の頭文字を選択

町内名を選択

欲しい通知の設定が終わったら「送信」をタップ

次の情報配信から通知が届きます。

[問合せ] 広報情報システム課 DX 整備係



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、健康に関する情報を皆さんにお届けします。今号は、外科部長の梅津誠子先生です。

こんにちは。黒石病院 外科の梅津と申します。今回は、乳がんをテーマにお話しします。

乳がんはセルフチェックと定期検診を

乳がんは女性がかかるがんの中で最も多く、急速に増えています。一生のうちに女性の9人に1人が発症するといわれており、30歳～64歳では、女性のがんによる死亡原因の第1位となっています。女性と比べるとかなり少ないものの、男性も乳がんになることがあります。

乳がんは、早期に発見すると、治療後1か月で日常生活に戻ることができるので、定期的に乳がん検診を受けることが大切です。

乳がんは乳房にある乳腺（母乳をつくる場所）に発生する悪性腫瘍です。進行すると、がん細胞が血液やリンパ液の流れに乗って転移することがあります。転移しやすい場所は乳房近くのリンパ節、骨、肝臓、肺、脳などです。

症状は乳房のしこり、分泌物、腫れ、痛みが多いですが、他にもくぼみ、乳頭や乳輪のただれ、左右の乳房の形が非対象になるなどもあります。自分で乳房を触ることで気づく場合もありますので、気になる症状がある場合は早めに乳腺科、乳腺外科などで専門医の診察を受けましょう。

予防のために

①セルフチェックをしましょう

定期的に乳がん検診を受けていても、検査で分かりにくいものや検診と検診の間の時期に乳がんになることもありますので、毎月のセルフチェックが大事です。セルフチェックは、生理がある人は生理開始後7日目頃に行いましょう。

ポイント 乳房の変形や左右差 ひきつれ ただれ しこり えくぼのようなへこみ

1. 鏡の正面に立って、ばんざいをしたり、頭の後ろに手を組んだりして見比べましょう。
2. 指で触って、親指以外の指先・指の腹で軽く押し「の」の字を書くようにしたり、つまんだりしてチェックしましょう。
3. 仰向けになり、背中にタオルや座布団を敷いて、わきの下から乳房全体をくまなくチェックしましょう。

②乳がん検診を定期的に受けましょう

年1回がおすすめですが、最低でも2年に1回は受けましょう。無症状の人は乳がん検診を、症状のある人は医療機関を受診してください。

40歳からは自治体が行う乳がん検診を必ず受けましょう。40歳以下でも乳がんになる可能性がありますので、定期的な検診・セルフチェックが大切です。



外科部長 梅津 誠子先生

笑顔がいっぱい「げんきっず」!

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。



いわや
みつきさん



かまた
いちかさん



かんの
ゆとさん



ギリ
サクラさん



くどう
みそらさん



くどう
みなれさん



ごのへ
みうさん



こむら
かなたさん



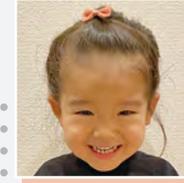
さいとう
かいせいさん



ささき
ふうかさん



さとう
つむぎさん



さとう
りいさん



すとう
とうりさん



つがわ
いっしんさん



ながしま
ゆうりさん



ふくやま
じゅかさん



むらかみ
いちさん



むらかみ
ゆうとさん



やまかわ
こはるさん

ヘルシーレシピ

あんかけナポ飯

～ナポリタン風の味付けがご飯と相性抜群～



作り方

- ① フライパンにサラダ油を入れ中火で熱し、豚肉を炒める。
- ② 半分ほど火が通ったら、キャベツ・にんじん・しめじを入れて3～4分炒める。
- ③ 火が通ったら [A] を入れて2分ほど加熱する。
- ④ 沸騰したら火を止め、混ぜ合わせた [B] を加えて再び煮立たせる。
- ⑤ 盛り付けたご飯の上に④をかけたら完成。

材料(2人分)

- ごはん 300g
- 豚薄切り肉 200g
..... 4 cm幅に切る。
- キャベツ 2枚(100g)
..... ざく切りにする。
- にんじん 1/5本(30g)
..... 短冊切りにする。
- しめじ 1/2袋(50g)
..... 手でほぐす。
- サラダ油 大さじ1/2
- A { ケチャップ 大さじ2
コンソメ 小さじ1
砂糖 小さじ1/2
水 200mL
- B { 片栗粉 大さじ1
水 大さじ2

1人分の栄養素

エネルギー560kcal / たんぱく質23.2g
脂質23.1g / 食塩相当量1.2g

監修:市食生活改善推進委員会

編集後記

■皆さん10市(とし)大祭典には行かれましたか?会場にランダムで現れる10市のゆるキャラたち全員に会えた人はかなり少ないかと思います。私は、なかなか巡り合えなかった駒松くんとヤークくん(本紙3P)を見つけた時は嬉しすぎて思わず笑顔で追い掛けてしまいました。

11月の日程

	内 容	相 談 日	時 間	場 所・問 合 せ
暮ら し の 相 談 ・ そ の 他	福祉	月～金曜日	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	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
	家庭・婦人・母子	月～金曜日	8:15～17:00	子育て支援課子育て支援係
	後期高齢者	25日(月)	19:00まで	国保年金課高齢医療係*
	介護保険料	25日(月)	19:00まで	介護保険課介護保険係*
	教育	月～金曜日	9:00～16:00	指導課
	青少年問題	月～金曜日	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)	29日(金)	19:30まで	上下水道課総務係
	健康	18日(月)	10:00～12:00	健康推進課
	こころ(小さな相談室)	11日(月)	10:00～15:00	松の湯交流館 ※予約不要、当日会場へ
	納税(夜間)	5日(火)・15日(金)・ 25日(月)	19:00まで	税務課収納債権係*
	困りごと	11日(月)・25日(月)	9:00～15:00	市役所 わのまちセンター 1階多目的室
	法テラス法律	27日(水)	9:30～12:00	▼困りごと相談は当日8時15分から市民環境課 交通生活係で電話受付
	人権	-	-	▼法テラス法律相談は法テラス青森へ要事前予約 ☎050-3383-5552
	行政	21日(木)	10:00～12:00	▼行政・土地家屋調査士は予約不要
	土地家屋調査士	13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	9:00～17:00	市民環境課交通生活係	

* LINEで予約が可能となりました。本紙19ページに掲載している二次元コードから「黒石市」を友だち追加して「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6年
8月 **514g**
前年同月比 約16g増

市1か月全体で
約5トンの増



最近、農地や街中でカラスによる被害が深刻となっています。被害を減少するため、次のような取り組みをしましょう。

- ▽規格外の農作物等は土中に埋める
- ▽ごみを出す際、ごみステーションにしっかりとネットを被せる

※市は、カラス追い払いのためのLEDライト等を無料で貸し出ししていますので、被害にお困りの人はご相談ください。



[問合せ] 市民環境課環境衛生係

市税の納付

11月は固定資産税第4期、国民健康保険税第5期の納付月です。

▼納期限 12月2日(月)

[問合せ] 税務課納税管理係



	市人口	30,519人	前月比 (-10)
男 性	14,264人	(-19)	
女 性	16,255人	(9)	
世帯数	14,007世帯	(30)	

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



11月と12月前半のくろいし健康マイレージ対象事業

くろいし健康マイレージは、健（検）診の受診や健康づくり事業などへの参加でポイントをためると、景品の抽選への応募や協賛店サービスが利用できます。

	事業名	日程	場所
10 ポイント	総合健診	11月9日(土)・10日(日) 12月5日(木)～7日(土)	スポカルイン黒石
	子宮頸がん・乳がん検診 <small>複数のがん検診を受診した場合でも10ポイントです</small>	11月21日(木)	スポカルイン黒石
<small>総合健診、がん検診は事前に申し込みが必要です。</small>			
5 ポイント	地域健康づくり相談事業（地域健康づくり活動）	月1回 ※各公民館だよりをごらんください。	各公民館
	出前運動教室	11月21日(木)13:30～15:00	山形公民館
	食生活改善推進委員会による伝達講習	11月6日(水)	追子野木公民館
		11月28日(木)	中郷公民館
		12月5日(木)	中部公民館
	健康教室 <small>テーマ「肩こり・腰痛・膝痛予防について」 講師：黒石病院 理学療法士</small>	11月28日(木)13:00～14:00	中郷公民館
	健康づくり市民のつどい(黒石りんごまつり)	11月16日(土)・17日(日) 9:00～15:00	スポカルイン黒石
		11月17日(日)9:45～15:00 <small>※黒石ライオンズクラブの協賛により、記念品をプレゼントします。</small>	スポカルイン黒石
	献血	12月10日(火)10:00～11:30	県産業技術センター 農林総合研究所
		12月10日(火)12:15～13:15	Orbray(株)黒石工場
12月10日(火)15:00～16:30		黒石病院	

日曜日の市内救急当番医

11月3日	兼平医院	☎52-3305
11月10日	たかはし内科循環器科クリニック	☎59-2200
11月17日	黒石病院	☎52-2121
11月24日	健生黒石診療所	☎53-3015
12月1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。

休日・夜間の急病に対応します

	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

11月の転倒骨折予防・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）。

▼27日(水) 13:30～15:00
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

11月の「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～身近な誰かが身近な誰かを支える交流の場～』と共同で開催します。

▼14日(木) 14:00～15:30
松の湯交流館

【問合せ】市社会福祉協議会 ☎52-9600



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



新着情報
&
トピックス

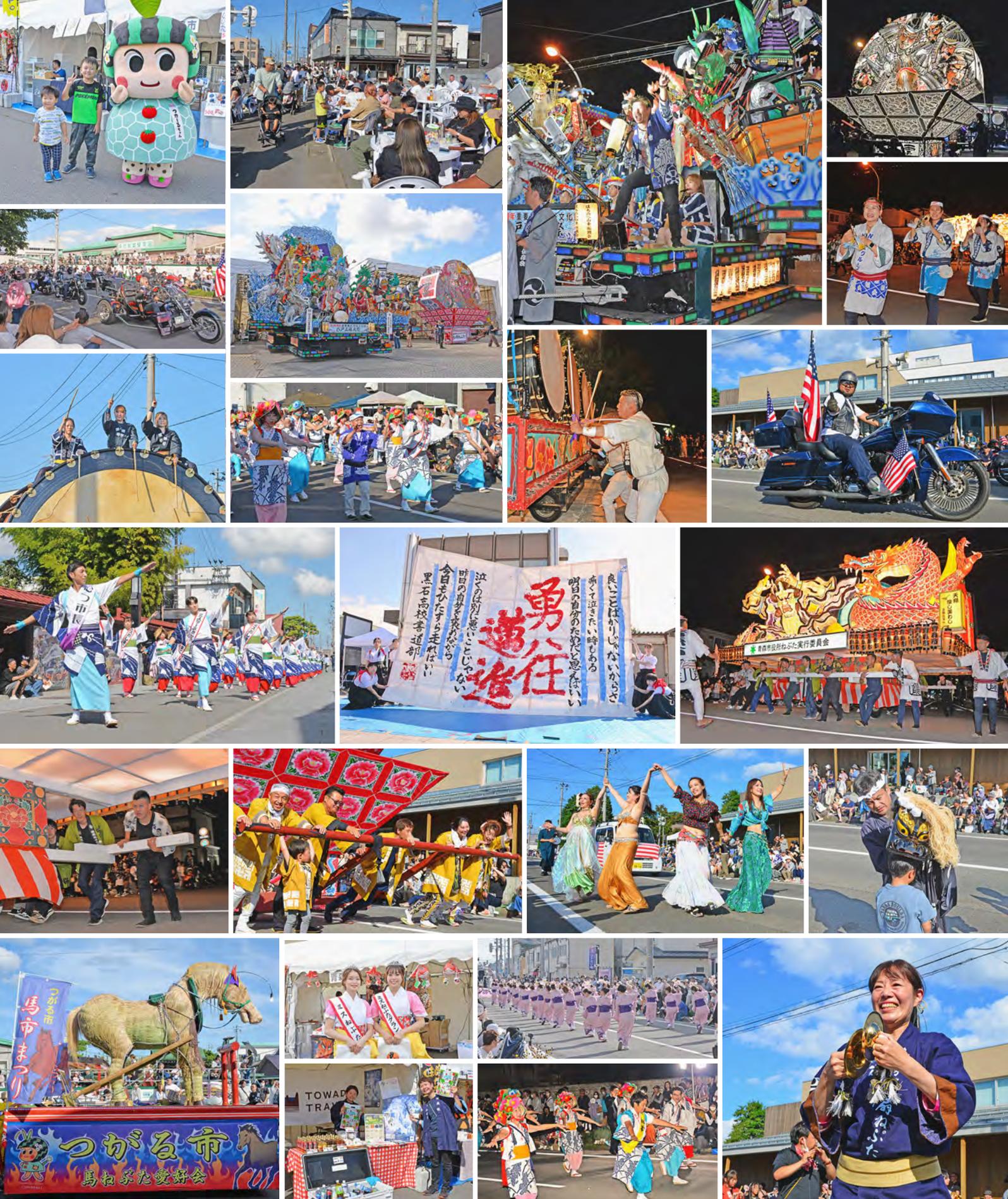


Facebook

婚活
&
移住・定住
イベント情報



Instagram



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

黒石市公式LINE
 友だち追加はこちらから▶
 LINE ID: @kuroishicity



※詳しくは19ページをごらんください。