

特集
地域おこし協力隊
メエ~いっぱい奮闘中!



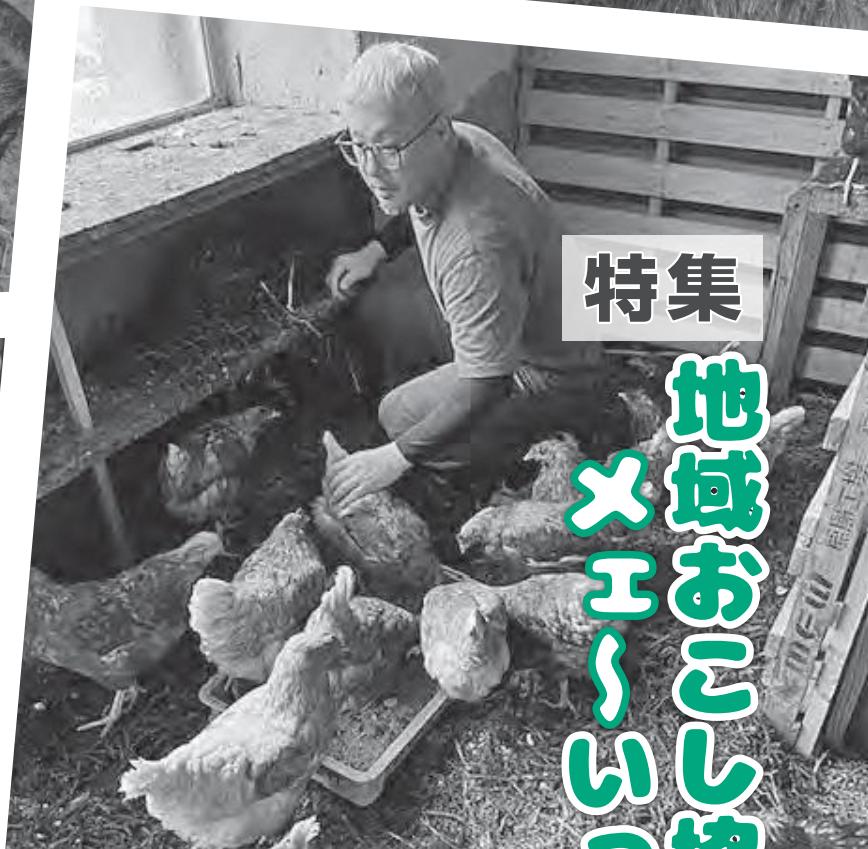
特集 地域おこし協力隊 ×エイジいっぱい奮闘中！

皆さんは、地域おこし協力隊をご存じですか。

地域おこし協力隊は、総務省が平成21年に開始した地方の活性化に取り組む制度で、地方自治体が都市地域からの移住者を「地域おこし協力隊」として委嘱し、おおむね1年から3年の任期で、地場産品の開発・販売などの地域おこし支援や、農林水産業への従事など、地域の特性を生かしたさまざまな活動を行いながら、最終的に地域への定住を図るものです。

現在、本市では2人の地域おこし協力隊が活動していますが、今回は令和4年9月に地域おこし協力隊に着任し、3年の任期を経て今年の8月に任期満了を迎える、蝦名優さんのこれまでの活動や取り組みについて紹介します。

蝦名さんは、本市で食用羊の飼育や養鶏に取り組み、任期満了後の事業での独立を目指して、精力的に活動しています。





蝦名 優さんのプロフィール



弘前市生まれ秋田県育ちの45歳
黒石市で食用羊の飼育と養鶏に取り組んでいます!!

前職は首都圏で営業の仕事に就いていたが、地域おこし協力隊として、令和4年9月に本市へ移住。羊の飼育に取り組んでいる農家が少ないとことから、綿羊農家を志し、アップルラムと平飼い養鶏卵の生産に取り組む。

アップルラムとは、りんごの搾りかすを利用した発酵飼料を与えて飼育した羊で、比較的臭みが少なく柔らかい肉質の食用肉の生産を目指している。

にわとりも同様に、りんごの搾りかすを利用した飼料を与え、臭みの少ない「りんごのたまご」の生産に取り組んでいる。

冬の豪雪の影響もあり、農地の整備などやらなければいけないことが多過ぎるのが最近の悩み。

平飼い …… ケージではなく鶏舎内や屋外で地面に放し、自由に動き回れるようにした飼い方。

これまでの活動と取り組み

地域おこし協力隊着任



羊を飼育するためのパドック(柵で囲った区画)を整備

令和4年9月

令和4年10月～
令和5年3月

りんごの搾りかすを使った羊の飼料
について勉強。羊の仕入れ先を探す

令和5年7月

令和5年8月



羊(メス3頭、オス1頭)を導入。養鶏のため、ひよこ(50羽)の飼育を開始





羊のメス3頭が初めての出産

令和6年2月～4月



羊のメス3頭を導入



羊のメス1頭、双子のオス誕生

令和6年5月

羊の毛刈り

刈り取った毛は藍染めをして、販売しました。

令和6年6月



にわとりが初めて産卵

エサの配合を変更するなどして、ようやく産卵できるようになりました！

令和6年7月

令和7年1月

令和7年3月



アップルラム試食会を開催



高橋市長は「黒石にいてもこれだけのものを食べることができるは贅沢」と絶賛！

令和7年8月

地域おこし協力隊任期満了

活動中のエピリード

アップルラム試食会

ラム肉は柔らかく、脂に香りと甘さがあると、とても好評でした。

羊と会話をするように

慣れてくると会話ができるようになります。いつも一緒にいるので、話しかけると、理解してくれているようです。

エサ作り

りんごの搾りかすを利用したエサは皆さんの想像以上に手間がかかっていて、時間と愛情を込めて作っています。

羊の出産

出産の勝手が分からず、最初はインターネットで動画を見て勉強!
出産時期は、小屋に泊まり込んでいました。
初めて産まれた時は感動!

羊が大きく成長しました

りんごの搾りかすを利用した発酵飼料を与えることで、羊が好んでえさを食べてくれるため、想定よりも大きく成長してくれています。

これから目標と課題

アップルラムとりんごのたまごのブランド化を目指します!!

アップルラムの課題

- ・頭数を増やし、出荷量を確保する
- ・出荷個体の枝肉量が40kg以上になるように肥育する
- ・取扱店の確保
- ・ふるさと納税の返礼品を目指す
- ・飼育と繁殖(難産対応)の技術の向上



りんごのたまごの課題

- ・取扱店の確保
- ・ふるさと納税の返礼品を目指す
- ・飼育管理等の技術の向上
- ・廃鶏(卵を産まなくなった鶏)肉の活用の検討



インタビュー

羊やにわとりのお世話は休みがなくて大変ですが、頑張った分自分に返ってくるので、とてもやりがいを感じています。

羊は性格がそれぞれ違うので、我が子を育てるような感覚でお世話をしていますし、出産の時は自分の方が緊張してしまうくらいです。

国内で消費されている羊肉のうち国産の割合はわずか1%、平飼い養鶏で育った卵が占める割合も同じく1%と聞くので、自分の仕事は1%の戦いだと思って活動しています。今後は、飼育の技術向上を目指してより一層頑張っていきます。

羊の飼育に、稻わらや枝豆の残渣がたくさん必要なので、ご提供いただける方がいらっしゃいましたら、お知らせいただけうれしいです。



「春の叙勲」「危険業務従事者叙勲」 「高齢者叙勲」

政府は、4月1日付けで高齢者叙勲を、4月29日付けで春の叙勲と第44回危険業務従事者叙勲を発表しました。

春の叙勲



瑞宝単光章
(消防功労)

豊巻 信一 氏
(長崎1・72歳)
元市消防団
副団長

瑞宝単光章
(看護業務功労)

竹内 香子 氏
(八甲・56歳)
元弘前大学
医学部附属病院
看護部副看護部長

危険業務従事者叙勲



瑞宝双光章
(警察功労)

工藤 友啓 氏
(桜木町・74歳)
元県警部



瑞宝双光章
(消防功労)

村山 潤一 氏
(桜木町・68歳)
元弘前地区
消防事務組合
消防監



瑞宝単光章
(警察功労)

佐々木 盛清 氏
(長崎1・74歳)
元県警部補

高齢者叙勲



旭日双光章
(地方自治功労)

工藤 賢治 氏
(追子野木3・88歳)
元市議会議員

メタボ検診

30歳代の
国保加入者

市は、若年層メタボリックシンドローム検診を実施します。

土・日曜日、祝日にも受診できますので、この機会にご自身の健康状態を検査してみましょう。

▼実施期間 6月～令和8年3月

▼場所 黒石病院

▼対象 今年度30歳～39歳になり、検診日において国民健康保険に加入している人

▼内容 血液検査、尿検査

▼受診料無料

▼申込方法 受診希望日の前週火曜日までに国保年金課窓口または電話で申し込み

▼持ち物 マイナ保険証または資格確認書（被保険者証）、助成券

※助成券は対象者に送付しています。

【問合せ】国保年金課国保給付係



特定健康診査の 日曜健診

40歳～64歳の
国保加入者

市は、(一社)南黒医師会の協力で、日曜日に特定健康診査を実施します。平日に受診できない人はぜひご利用ください。

▼対象 健診日において40歳～64歳の国民健康保険加入者

※妊娠婦や6か月以上入院している人などは対象となりません。

▼受診料無料

▼申込方法 受診希望日の3日前までに国保年金課窓口または電話で申し込み

▼持ち物 マイナ保険証または資格確認書（被保険者証）、特定健診受診無料券（桃色）

健診日	医療機関
6月1日(日)	ちとせクリニック
6月22日(日)	兼平医院
7月6日(日)	ちとせクリニック

【問合せ】国保年金課国保給付係

脳ドック検診

30歳～69歳の
国保加入者

市は、脳血管疾患の予防・早期発見のため、脳ドック検診の費用の一部を助成します。



▼実施期間 7月～令和8年3月

▼場所 黒石病院

▼対象 検診日において30歳～69歳の国民健康保険加入者で、保険税の滞納がない人

※昨年度助成を受けた人や体内にペースメーカーを入れている人、妊娠中の人は対象となりません。

▼定員 150人

▼内容 脈波図検査、MRI検査、MRA検査など

▼自己負担額 10,000円

▼申込方法 国保年金課窓口へ申請書を提出

▼受付開始日 6月2日(月)

【問合せ】国保年金課国保給付係

申請書など詳しくは、市ホームページをごらんください。



歯科口腔健診

後期高齢者医療
制度加入者

市は、高齢者の健康づくりの一環として、歯科口腔健診を実施しています。

歯周病予防や誤えん性肺炎予防のために大変重要ですので、年に一度は健診を受けましょう。

▼実施期間 6月1日(日)～令和8年3月31日(火)

▼対象 後期高齢者医療制度加入者

※病院に長期入院中の人や施設に入所している人は対象となりません。

▼内容 歯の状態確認、飲み込む力の検査など

▼受診料無料(年度内1人1回)

※健診後の治療に要する費用は有料です。

▼申込方法 実施医療機関へ電話または直接申し込み

▼実施医療機関 アクロスプラザ歯科、アップル歯科医院、あぼ歯科クリニック、石川歯科クリニック、くどう歯科医院、清藤歯科医院、中村歯科医院、花園歯科医院

▼持ち物 マイナ保険証（被保険者証）または後期高齢者医療資格確認書

【問合せ】国保年金課高齢医療係

青の煌めきあおもり国スポ^{きら} 協賛およびボランティアを募集

令和8年10月に「青の煌めきあおもり国スポ 第80回国民スポーツ大会」が開催されます。本市ではバドミントン競技を開催することとなっており、それに先立ち、リハーサル大会も開催します。



会場: スポカルイン黒石

バドミントンS/JリーグⅡ
2025黒石大会(リハーサル大会)

青の煌めきあおもり国スポ
バドミントン競技

令和7年11月13日(木)~16日(日)

令和8年10月11日(日)~14日(水)

物品等の協賛を募集

青の煌めきあおもり国スポ バドミントン競技およびリハーサル大会の成功に向け、企業・団体・個人の皆さんから物品等の協賛を募集しています。

大会の円滑な運営や、おもてなしのためにご協力をお願いします。

協賛対象 大会運営や会場装飾、参加者のおもてなしに使われる物品や資金

協賛特典 協賛額に応じた次の特典
・市ホームページや報告書への協賛者名の掲載
・協賛物品等へのロゴや社名表示(条件あり)
・感謝状や礼状の贈呈

協賛方法 協賛申込書を提出

受付期間 大会終了まで

その他 協賛内容によりお受けできない場合があります。
個人協賛は確認書への同意が必要です。

大会ボランティアを募集

大会の運営等に携わるボランティアを募集します。選手や来場者と一緒におもてなししませんか。

対象 中学生以上の次に該当する個人・団体
▽市内在住の人▽市内に通学・通勤している人▽市内に活動拠点のある団体▽市実行委員会が必要と認めた個人および団体

活動期間 登録から大会終了まで

活動内容 受け付けや案内、弁当配布、休憩所でのおもてなし、会場整理や美化など

募集人数 50人程度(先着順)

申込方法 所定の様式を持参、郵送、FAX、メールで提出
※18歳未満は保護者の同意が必要となるため、持参か郵送での受け付けとなります。

募集期間 募集人数に達するまで

[問合せ] 青の煌めきあおもり国スポ黒石市実行委員会事務局(文化スポーツ課内)、〒036-0306 黒石市内町24-1、FAX52-3777、✉ kuro-sports@city.kuroishi.aomori.jp

申込書など詳しくは、市ホームページをごらんください。



有料広告

有料広告

くろいし市民大学

市教育委員会は、市民を対象に「令和7年度くろいし市民大学」を開催します。

▼場所市みんなのホール（旧黒石公民館多目的ホール）

▼定員50人程度（移動学習は40人）

※定員になり次第、受け付けを終了します。

▼参加料無料（移動学習は有料）

▼申込方法電話またはFAX



回	日時	テーマ	講師
1	6月18日(水) 13時15分～15時	開講式 知って得する！生活に身近な税金について	東北税理士会 弘前支部 支部長 薬師山 正人氏
2	6月25日(水) 13時30分～15時	生活習慣病からの透析を予防する～腎臓病のおはなし～ 併催：放送大学	弘前大学教育学部 教育保健講座 教授 島田 美智子氏
3	7月2日(水) 13時30分～15時	八甲田雪中行軍の歴史と足跡をたどる	後藤伍長銅像ボランティアガイド 坂本 則秀氏
4	7月9日(水) 8時～16時	【移動学習】八甲田雪中行軍遭難資料館・記念碑と特別史跡 三内丸山遺跡	
5	7月16日(水) 13時30分～ 15時15分	災害に備えよう！～自分の命は自分で守ろう～ 閉講式	青森県防災士会 弘前支部 支部長 工藤 廣道氏

[問合せ] 社会教育課社会教育係、FAX52-3777

父親相談支援 ペンギンハウスを開催

市は、子育てる父親を応援するため「ペンギンハウス」を開催します。

父親同士の交流を通じて、子育てについての疑問や悩みなど、お気軽にお話し下さい。個別相談も受け付けます。

▼日時 7月5日(土) 10時～11時30分

▼場所 市役所わのまちセンター 赤ちゃん広場

▼対象 市内在住か市内に勤務する人で、妊娠の配偶者・パートナーまたは未就学児を子育て中の父親 ※お子様連れの参加も可能です。

▼定員 先着10人

▼申込方法 二次元コード

▼受付開始 6月1日(日)

▼持ち物 父子手帳(以前配布されている人のみ)

[問合せ] 市こども家庭センター

二次元コードから申し込みフォームへ入力してください。



公民館・地区センターで 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、野菜摂取量測定などを無料で実施しています。

健康づくり体験では肌年齢測定もできますので、お気軽にお越しください。

場所	実施日	健康づくり体験*	時間
牡丹平公民館	6月6日(金)	—	
浅瀬石公民館 (旧浅瀬石小学校)	6月11日(水)	—	
六宝館	6月12日(木)	—	
中郷公民館	6月16日(月)	—	
西部地区センター	6月19日(木)	—	
東公民館	6月20日(金)	10時～12時	9時～16時
追子野木公民館	6月23日(月)	—	
中部公民館	6月26日(木)	—	
上十川公民館	6月27日(金)	13時30分～ 15時30分	
山形公民館	6月30日(月)	—	

*肌年齢測定(体験の内容は、一部変更となる場合があります)

[問合せ] 健康推進課成人保健係

パブリックコメント制度実施状況

市は、市民の積極的な市政への参画を推進し、市民との協働による公平公正な市政の実現に資することを目的に「パブリックコメント制度」を実施しています。令和6年度の実施状況は下表のとおりです。

パブリックコメント制度とは？

市民生活に広く影響を与える政策などを策定する際に、政策案の趣旨や内容、その他必要な事項を公表し、市民等から意見や情報などを募集して、寄せられた意見等を考慮した意思決定を行い、その意見等に対する市の考え方を公表するものです。

※意見等の募集は、市ホームページや本紙でお知らせしています。

■令和6年度の実施状況

意見を募集した政策等	意見募集期間	件数
第7次黒石市総合計画(案)	令和6年9月2日～30日	0件
健康くろいし21第3次計画(素案)	令和6年12月27日～令和7年1月24日	0件
黒石市地域公共交通計画(案)	令和7年1月20日～2月18日	0件
黒石市こども計画(案)	令和7年3月5日～21日	0件

【問合せ】企画課企画調整係

情報公開・個人情報保護制度実施状況

情報公開制度

市が保有する行政情報（公文書）を、市民等からの請求により開示する制度です。令和6年度の請求は215件あり、決定内容は表1のとおりです。

個人情報保護制度

市が保有する個人情報の取り扱いや自己情報の開示請求などについて定め、個人の権利・利益を保護する制度です。令和6年度の請求は1件あり、開示の決定をしました。

市の個人情報取扱事務件数および公共機関等への情報提供など、収集した目的以外での個人情報利用件数は表2のとおりです。市ホームページでは個人情報ファイル簿を公表していますので、ごらんください。



■表1 情報公開

決定内容	請求件数
開示	20
一部開示	190
非開示	1
不存在	2
取下げ	2
合計	215

■表2 個人情報保護

実施機関	取扱事務登録件数	目的外利用	外部提供
市長部局	418	3	5
黒石病院	41	—	—
教育委員会	98	—	—
選挙管理委員会	3	—	—
監査委員	2	—	—
農業委員会	4	—	—
固定資産評価審査委員会	1	—	—
議会	2	—	—
合計	569	3	5

審査請求

令和6年度の審査請求は、両制度ともありませんでしたが、あった場合は「情報公開・個人情報保護審査会」が開かれ、適正な決定がなされたかを審査します。

※両制度による各請求については、ご相談ください。

【問合せ】総務課文書係

歯つらつ教室

無料

市は、口腔機能の向上を目指して、歯つらつ教室（3か月で全6回コース）を開催します。

▼開催日 7月15・29日、8月5・19日、9月9・16日（いずれも火曜日）

▼時間 10時～11時30分

▼場所 追子野木公民館 研修室2

▼対象 65歳以上で口腔機能の低下やそのおそれがある人 ▼定員 10人程度

▼内容 口の体操、口の中を清潔に保つ方法を紹介

▼申込方法 6月30日（月）までに窓口または電話で申し込み

【問合せ】市地域包括支援センター包括支援係

姉妹都市宮古市との交流団体に補助金を交付

市は、姉妹都市の岩手県宮古市と交流を行う団体に補助金を交付します。補助は1団体当たり、年度内1回限りです。

▼対象 ▽5人以上で構成されている市内の団体
▽政治的、宗教的活動を目的としない非営利団体
▽連絡先、責任者等が明確である団体

▼対象事業 宮古市民と行う視察・研修・イベント・各種団体との交流など

▼補助対象 旅費（鉄道賃、宿泊料）、使用料（高速道路通行料）、賃借料（会場借上料）など

▼補助額 市からの参加者1人につき5千円、1団体につき上限10万円

▼申込方法 市ホームページに掲載の必要書類を持参

【問合せ】企画課国際・地域交流係

その他要件もありますので、詳しくは市ホームページをごらんください。



米ちゃんと歩く春の黒森山トレッキング

市は、登山ガイド米坂恵子さんと歩く黒森山トレッキングを開催します。

▼日時 6月22日（日）9時～13時（受付開始8時30分）

▼集合場所 黒森山ウォーキングセンター

▼対象 小学生以上 ▼定員 20人（先着順）

▼コース 雄大なアカシデの木を鑑賞し、黒森山の山頂を目指すコースを散策

▼参加料 1,000円（当日受け付け時に集金）

▼申込方法 6月18日（水）までに電話で申し込み
※悪天候の場合は中止となります。

【問合せ】企画課国際・地域交流係

「黒石市企業ガイド」掲載企業を募集

市は、新規学卒者や本市出身者、移住希望者に市内企業の魅力を伝える「黒石市企業ガイド」を作成し、市ホームページに掲載しています。

令和7年度の同ガイドの作成にあたり、掲載を希望する企業を募集します。

▼募集期間 6月2日（月）～30日（月）

▼対象 市内に事業所がある企業、法人等

▼掲載内容 企業概要、会社紹介、製品紹介、先輩社員の声など

▼協賛金 1社3,000円

▼申込方法 申込書をFAXまたはメールで提出

【問合せ】商工課産業推進係、FAX53-1839、

✉ shoukourousei@city.kuroishi.aomori.jp

申込書など、詳しくは市ホームページをごらんください。



有料広告

有料広告

骨髓移植ドナー支援制度

市は、骨髓・末しょう血幹細胞提供者（ドナー）の増加と骨髓・末しょう血幹細胞移植の推進を図るために、（公財）日本骨髓バンクが実施する骨髓バンク事業において、ドナーとなった市民とドナーが勤務する事業所を対象に補助金を交付します。詳しくはお問い合わせください。

対象	提供者（ドナー）	事業所
要件	市税等の滞納がなく、本補助金と同様の趣旨の他の補助金等の交付を受けていない ▽骨髓等の提供を完了し、これを証明する書類の交付を受けた ▽骨髓の提供完了時と補助金申請時に市内に住所を有する ▽勤務する事業所にドナー休暇の制度がない、またはドナー休暇の日数を超えて通院等をした（被雇用者の場合）	▽青森県内に所在している ▽ドナー休暇の制度を導入している ▽ドナー（黒石市民）である従業員を雇用し、その従業員にドナー休暇を付与している ※国・地方公共団体、独立行政法人、地方独立行政法人は対象となりません。
補助額	通院および入院等に要した日数（上限7日）×2万円 ※ドナー休暇を利用した通院等の日数や、骨髓等の採取またはこれに関連した医療処置により生じた健康被害に係る通院等は除きます。	ドナーである従業員に対してドナー休暇を付与した日数（上限7日）×1万円
申請方法	申請書に必要書類を添えて申請 ※申請書は窓口で配布しているほか、市ホームページからダウンロードできます。	
申請期限	骨髓移植に係る通院等が完了した日から30日を経過する日、または当該年度の2月27日のいずれか早い日	

【問合せ】 福祉総務課福祉総務係

資源ごみ回収ステーションの設置・修繕費用の一部を補助

市は、資源ごみ回収に対する市民の意識を高めるため、各町内等に設置している資源ごみ回収ステーションの設置・修繕に要する費用の一部を補助します。

▼対象市内の町内会または町内会に類する団体
▼対象ステーション町内会等が管理し、町内会等

または市が資源ごみの回収・管理・処分を行うもの（可燃・不燃と併用のステーションも対象）

▼補助対象令和7年4月1日以降に実施する資源ごみ回収ステーションの設置または修繕に要する経費

▼補助額補助対象経費の2分の1以内（100円未満の端数切り捨て）、1団体につき上限75,000円（年度内1回限り）※10件程度

▼申込方法申請書に必要書類を添えて6月27日（金）までに申し込み

※審査のうえで交付決定します。

【問合せ】市民環境課環境衛生係

申請書は窓口で配布しているほか、市ホームページからダウンロードできます。



消防団を応援してくれるお店を募集します

（公財）青森県消防協会は、あおもり消防団応援のお店を募集します。

この制度は、消防団員が登録店で「消防団員カード」を提示して利用すると、そのお店で特典やサービスが受けられる、消防団員を応援するための制度です。

登録することで「あおもり消防団応援の店」のホームページへ掲載され、お店のPRや地域貢献をする店舗としてイメージアップ、新たな顧客の獲得が期待できます。

登録方法

- ①下記二次元コードからダウンロードした申請書を提出
 - ②登録後、表示証（ステッカー）が交付され、ホームページに店舗名やサービス等を掲載
- 【問合せ】公益財団法人青森県消防協会☎017-763-5333、県危機管理局消防保安課消防・予防グループ☎017-734-9086

申請書など詳しくは、ホームページをごらんください。



黒石よされの踊り・着付けの講師を派遣します

市は、黒石よされ流し踊りに参加する団体を対象に、踊りや着付けの講師を派遣します。

▼対象 8月15・16日の黒石よされ流し踊りに参加する県内の企業・団体・保育機関・教育機関（PTA等を含む）

▼申込方法 市ホームページに掲載の申請フォームをFAXまたはメールで派遣希望日の1週間前までに提出

▼その他

△着付けに使用する浴衣等は、申請団体が準備してください。

△講師のスケジュールの都合から、希望に沿えないことがあります。

△派遣に要する費用は原則市が負担しますが、派遣先が遠方の場合は交通費等の負担をお願いする場合があります。



【問合せ】 観光課観光振興係、FAX53-1839、
✉ kankoushinkou@city.kuroishi.aomori.jp、

詳しくは、市ホームページをごらんください。



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

認知症高齢者徘徊見守りカードと爪Qシールのお知らせ

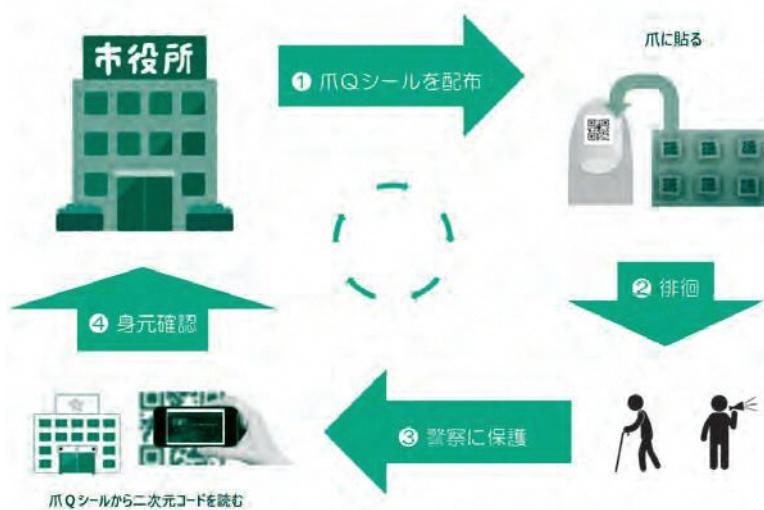
市では、認知症等により徘徊または徘徊をするおそれのある高齢者（以下「徘徊高齢者等」）の養護者に対し「黒石市認知症高齢者徘徊見守りカード」を交付しており、今年度からは併せて「爪Qシール」の配布も行います。

「爪Qシール」とは、徘徊高齢者等の登録番号と市の電話番号を記録した二次元コードが印刷された約1cm四方のジェルタイプシールで、手や足の爪に貼り付けて使用します。

万が一、外出先で保護された際には、二次元コードから情報を読み取ると、事前に登録した番号と市の電話番号が表示され、市からご家族等へ連絡ができる仕組みとなっています。

申請方法など詳しくは、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





弘前地区消防事務組合 職員採用試験

▼第1次試験日 ▽消防職A = 7月13日(日) ▽消防職B = 9月21日(日)

▼場所 弘前医療福祉大学

▼試験職種 ▽消防職A = 平成8年4月2日～平成16年4月1日に生まれた人 ▽消防職B = 平成16年4月2日～平成20年4月1日に生まれた人

▼申込方法 消防本部人材育成課および各消防署で交付する受験申込書を郵送または持参

※受験申込書は、消防本部ホームページからダウンロードできます。

▼申込期間 ▽消防職A = 6月12日(木)まで ▽消防職B = 7月14日(月)～8月19日(火)(当日消印有効)

[問合せ] 弘前地区消防事務組合消防本部人材育成課 ☎32-5109、㈹036-8203弘前市本町2-1

詳しくは、ホームページをごらんください。



身体障がい者巡回診査

県障がい者相談センターは、身体障がい者巡回診査を行います。

▼日時 7月1日(火)10時～12時30分(受付時間9時30分～10時30分)

▼場所 弘前市総合学習センター

▼対象 肢体に障がいがあり、次のいずれかに該当する人 ①身体障害者手帳の再認定が必要 ②身体障害者手帳の障がい程度や等級に変更が必要 ③補装具の処方が必要

▼申込方法 6月27日(金)までに窓口または電話で申し込み

▼持ち物 身体障害者手帳

[問合せ] 福祉総務課障がい福祉係



市民プールの監視員を募集

市スポーツ協会は、市民プールの監視員を募集します。

▼勤務期間 7月19日(土)～8月19日(火)

▼勤務時間 8時～16時30分(休憩含む)

▼対象 高校生以上で、研修と救命講習に参加できる人(泳力不問)

▼募集人数 40人程度

▼時給 996円

▼受付開始日 6月1日(日)

▼申込方法 履歴書と本人確認できるもの(学生証、免許証等)を持参

※書類選考での採用となり定員に達し次第締め切ります。



[問合せ] 市スポーツ協会黒石運動公園プール管理棟☎53-3378



税務職員採用試験 (高校卒業程度)

仙台国税局は、税務職員を募集します。

▼試験日 9月7日(日)

▼受験資格 ①令和7年4月1日時点で高校または中等教育学校を卒業後、3年を経過していない人および令和8年3月までに高校または中等教育学校を卒業する見込みの人 ②人事院が①に準ずると認める人

▼申込方法 ホームページの「受験申込み」から入力

▼受付期間 6月13日(金)～25日(水)

[問合せ] 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



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

情報のひろば



県弁護士会無料相談会

県弁護士会は、中小企業や県民を対象に、無料の電話相談を実施します。事前予約は不要ですので、お気軽にお問い合わせください。

相談専用☎017-763-4670

労働相談ホットライン電話相談 6月10日(火)
15時～18時

パワハラ、セクハラ、残業代が出ない、その他の労働問題

女性の権利ホットライン電話相談 6月25日(水)
10時～16時

女性およびLGBTに関する権利問題（労働、離婚、セクハラ、DVなど）

中小企業に関する法律相談会 7月23日(水)
13時～15時

契約・取引、損害賠償、事業継続、債権保全・回収などに関する問題

[問合せ] 県弁護士会事務局☎017-777-7285



国民年金付加保険料申出制度

国民年金第1号被保険者と任意加入被保険者は、定額保険料に付加保険料を上乗せして納めることで、受給する年金額を増やすことができます。

▼付加保険料月額400円

▼付加年額(年額)200円×付加保険料を納めた月数

[問合せ] 国保年金課国民年金係、弘前年金事務所☎27-1339



国家公務員採用試験（高卒者試験）

人事院東北事務局は、国家公務員採用一般職試験（高卒者試験）を実施します。

▼1次試験日 9月7日(日)

▼申込方法ホームページの「受験申込み」から入力

▼申込期間 6月13日(金)～25日(水)

[問合せ] 人事院東北事務局第二課試験係☎022-221-2022

詳しくは、ホームページをごらんください。



サテライト相談教室

ロービジョン相談支援センター（県立盲学校）は、見え方などのお悩みに関するサテライト相談教室を実施します。本人の他にも保護者や学校の担任の先生など、お気軽にご相談ください。

▼日時 6月12日、9月4日、10月9日、11月20日
(いずれも木曜日)

▼時間 10時～12時、13時～15時

▼場所 弘前市総合学習センター

▼対象 乳幼児から成人までどなたでも

▼内容 板書が苦手・音読がうまくできないなどへの対処、見え方に配慮した育児方法や便利グッズの紹介、学級での指導方法など

▼相談料 無料

▼申込方法 電話またはメールで「見え方の相談」と事前予約（受付時間は平日の9時～16時）

[問合せ] ロービジョン相談支援センター（県立盲学校）☎017-726-2239、✉sodan-mou.sh@asn.ed.jp

詳しくは、ホームページをごらんください。



福祉施設職場体験

県福祉人材センターは、福祉・介護・保育に関心のある人を対象に、福祉施設の職場体験を実施しています。福祉関係の資格を有しながら福祉の仕事に就いていない人、福祉の仕事への就職を考えている人、福祉の仕事に興味がある人は、ぜひお問い合わせください。

▼実施期間 令和8年3月末まで

▼体験期間 最大10日（体験時間は1日8時間以内）

▼体験場所 県内の高齢者・障がい者・保育分野等の社会福祉施設および事業所

▼体験料 無料（交通費、食事代等は本人負担）

▼申込方法 電話、FAXまたは二次元コード

▼申込期限 体験希望日の20日前まで

[問合せ] 弘前福祉人材バンク☎36-1830、FAX33-1163、〒036-8063弘前市宮園2丁目8-1 弘前市社会福祉センター内

詳しくは、ホームページをごらんください。





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。

▼日時 6月25日(水)10時～11時

▼場所 追子野木公民館

▼対象 65歳以上の人

▼定員 30人

▼参加料 無料

▼申込方法 6月20日(金)までに追子野木公民館(☎53-2231)へ電話

[問合せ] 市地域包括支援センター包括支援係



青の煌めきあおもり国スポーツ開催469日前記念 黒石市民運動会

市と教育委員会は、地区対抗の「第9回黒石市民運動会」を開催します。ぜひご参加ください。

▼日時 6月29日(日)8時30分～12時

▼場所 黒石運動公園陸上競技場

※小雨決行、雨天中止

▼競技種目 綱引き、大縄跳び、玉入れ、借り物競争、地区対抗リレーなど7競技程度

[問合せ] 文化スポーツ課文化スポーツ係



アメリカシロヒトリにご注意を

草木を食い荒らす害虫である、アメリカシロヒトリの被害相談が、例年多く寄せられています。

特に夏から秋にかけて発生しやすく、放置すると近隣に被害が拡大しますので、早期発見と駆除対策にご協力をお願いします。

▼発生時期 6月下旬～9月下旬にかけ年2回程度

▼付着しやすい樹木 柿、桜、ナナカマドなど

▼駆除方法 ▽幼虫に直接薬剤を散布する ▽巣ごと枝を切り落として幼虫を踏みつぶし、燃やせるごみ袋に入れて出す

※薬剤や資機材は、ホームセンターなどで購入できます。また、害虫駆除を依頼する場合はシルバー人材センター(☎52-5131)など、有料で行っている業者へ直接ご相談ください。

[問合せ] 市民環境課環境衛生係



陶芸体験教室

津軽広域連合は、小学生を対象に、津軽のものづくり「陶芸体験教室」を行います。

▼日時 7月30日(水)10時～11時30分

▼場所 板柳町ふるさとセンター陶芸工房

▼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年生以下の場合は、保護者の同伴が必要。

▼定員 40人

▼講師 成田 淳一 氏

▼参加料 1人1,000円

※作品の送付を希望する人は別途907円の送料が必要です。

▼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作品の受け取り方法(送付または直接受け取り)を記入し申し込み

※作品の出来上がりは約1か月後です。

※1回の応募で2人まで申し込みできます。応募者多数の場合は抽選を行い、結果を7月中旬に通知します。

▼申込期限 7月10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 ヒロ口3階 津軽広域連合陶芸体験教室係、✉rengou@tsugarukoiki.jp



詳しくは、ホームページをごらんください。



いじめ・虐待に困ったらご相談を

市は、いじめや虐待から子どもたちを守るため、「電話相談表示カード」を小・中学校を通じて児童・生徒に毎年配布しています。

こどもほっとライン

誰にも言えずに困っている時や誰にも知られず助けてほしい時は、秘密は厳守されますので安心してご相談ください。

☎59-2525 (平日8時15分～17時)

子ども虐待ホットライン

虐待が疑われる時や、虐待してしまいそうと悩んだ時など、どなたでもご連絡ください。

☎0120-73-6552 (24時間受付)

[問合せ] 市こども家庭センター

情報のひろば



特定健康診査が弘前市の一 部医療機関でも受診できるよう になりました

市国民健康保険加入者と後期高齢者医療制度加入者を対象に実施している特定健康診査が、今年度から弘前市の一
部医療機関でも受診できるようなりました。

対象の医療機関は、受診無料券に同封されている実施機関一覧表か下記の二次元コードでご確認ください。

また、弘前市の医療機関で受診できるのは令和8年2月28日（土）までとなりますので、ご注意ください。

【問合せ】国保年金課国保給付係、高齢医療係

詳しくは、二次元コードからご確認ください。



自動車税種別割の納付

県は、6月上旬に自動車税種別割の納税通知書を送付します。

金融機関やコンビニエンスストア、インターネットバンキング、クレジットカード、電子マネー等で納付することができますので、忘れずに納付してください。

納期限：6月30日（月）

※納期限を経過すると、コンビニエンスストアで取り扱い
できない場合があります。

※口座振替の振替日は納期限の日となります。

※クレジットカードでの納付は、収納金額に応じた手数料
をご負担いただきます。

【問合せ】中南県税事務所納税管理課☎32-4341



電波利用環境保護周知啓発強化期間

総務省は、良好な電波利用環境を保護し、利用者や国民の意識向上を図ることを目的に、毎年6月1日から10日までを「電波利用環境保護周知啓発強化期間」と定めています。

不法電波は、人命に関わる重要無線通信を妨害し、私たちの生活を脅かします。電波の混信や妨害については、お気軽に問い合わせください。

【問合せ】総務省東北総合通信局相談窓口☎022-221-0641



2級造園技能検定実技試験対策講習

弘前高等技術専門校は、在職中の人に対象とした技能検定対策講習を実施します。

▼日時 7月28日（月）～31日（木）18時～21時

▼場所 弘前高等技術専門校

▼定員 10人

▼受講料 1,000円

▼申込方法 申込書をFAXまたは郵送

▼募集期間 6月10日（火）～7月7日（月）必着

【問合せ】弘前高等技術専門校☎32-6805、FAX35

～5104、〒036-8253弘前市緑ヶ丘1丁目9-1

詳しくは、ホームページをごらんください。



津軽広域水道企業団津軽事業部 職員採用資格試験

津軽広域水道企業団津軽事業部は、職員採用資格試験を実施します。

▼試験日 7月21日（月・祝）

▼場所 弘前市役所

▼試験職種 電気職（大卒程度、社会人）

▼採用人数 若干名

▼申込方法 受験申込書に必要書類を添えて、郵送
または持参

▼申込期間 6月2日（月）～7月3日（木）

※受付時間は、平日の8時30分～17時です。

【問合せ】津軽広域水道企業団総務課総務係☎52-

6033、〒036-0342黒石市石名坂姥懐2

詳しくは、ホームページをごらんください。



多重債務者相談窓口

東北財務局青森財務事務所は、多重債務者相談を無料で受け付けしています。秘密は厳守しますので一人で悩まず、ご相談ください。

▼受付時間 月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）8時30分～12時、13時～16時30分

▼相談専用☎017-774-6488

【問合せ】東北財務局青森財務事務所理財課☎017-722-1463

4/27 少年少女発明クラブが開講



市少年少女発明クラブ（鈴木正人会長）の今年度の活動が始まりました。

同クラブの活動は子どもの科学的な興味を追求し、創造性豊かな人へ育てることが目的です。

この日は牛乳パックなどを使用した工作を行い、子どもたちは協力しながら熱心に取り組んでいました。

4/15 相馬ミチエさんの100歳をお祝い



この日100歳を迎えた相馬ミチエさんの百歳顕彰が、平川市のデイサービスあすかの湯で行われました。

テレビで国会や大相撲を観ることが楽しみで、好き嫌いなくなんでも食べることが元気の秘けつと話す相馬さん。

高樋市長は「今後も元気に楽しくお過ごしください」とお祝いしました。

5/10 緑いっぱい 黒石緑化まつり開催



5月10・11日、市緑化推進協議会（会長・高樋市長）が主催する「第45回黒石緑化まつり」が御幸公園で開催されました。

毎年恒例の苗木の無償配布には長い行列ができていたほか、色とりどりの花苗や苗木、盆栽が広がる展示即売会場は、お気に入りのものを見つけ買い求める多くの人でぎわいました。

4/30 納税貯蓄組合連合会が納税表彰



市納税貯蓄組合連合会（田中喜六会長）が、納税表彰式を市役所わのまちセンターイベントホールで行いました。

この日は納税の功労者と、令和6年度に組合員の納付した市税・国民健康保険税の納期内納付率が優良だった組合を表彰。

高樋市長は「財政の支えとなっていただき、感謝しています」と述べました。



津軽広域連合だより



広域連合HP

津軽広域連合は、黒石市・弘前市・平川市・藤崎町・板柳町・大鰐町・田舎館村・西目屋村の8市町村により、要介護認定審査・障害支援区分判定審査のほか、各種ソフト事業などのさまざまな事務事業を共同で実施する特別地方公共団体です。

ふじめぐり総選挙2025

藤崎町

田舎館村

ふじめぐり 総選挙

藤崎町内の参加店舗でお買い物をし、500円以上のレシートを3枚集めると、豪華賞品の抽選に応募できます。賞品は、参加店舗で使える商品券10万円分～3千円分のほか、藤崎町特産品詰め合わせセットなどが合計220名様に当たります！

また、応募時にお気に入りのお店に投票していただき、藤崎町のお店No.1を決定します。

イベントの詳細は「ふじめぐり」で検索！

▼実施期間 7月1日(火)～12月14日(日)

[問合せ] 藤崎町経営戦略課 88-8258

田んぼアート

色の異なる稻を使い、田んぼをキャンバスに見立てて描きます。

今年は、「田舎館村70周年のキセキ」「映画『おいしい給食 炎の修学旅行』」がテーマです。

第1会場

▼田舎館村展望台(役場4階展望デッキ)

▼期間 6月2日(月)～10月13日(月・祝)

▼休館日 9月28日(日)

第2会場

▼弥生の里展望所(道の駅いなかだて「弥生の里」内)

▼期間 6月14日(土)～10月13日(月・祝)

[問合せ] 田舎館村企画観光課 58-2111



©2025「おいしい」給食制作委員会

とき	イベント名	内 容	問 合 セ
6月	企画展・生誕90年 寺山修司ー放たれた歌	寺山修司をはじめ、新しい短歌を目指す本県の歌人たちの情熱と息吹を紹介します。	弘前市立郷土文学館 37-5505
	～6月下旬 板柳町ふるさとセンター農業収穫体験	カラフルなミニトマト収穫体験は1人200円。利用可能日や時間はお問い合わせください。	板柳町ふるさとセンター 72-1500
	6/14・15 こでんてん in 黒石こみせ2025	全国から集まった手しごと作品の展示販売のほか、体験型ワークショップの実施店舗もあります。	こでんてん実行委員会事務局 53-0905
	6/21・22 2025カヌーワイルドウォータージャパンカップ第3戦 2025カヌースラロームジャパンカップ第2戦	国内最高峰のカヌー大会。全国各地から集まった選手たちが、激流に挑み熱戦を繰り広げます。	西目屋村カヌー大会実行委員会事務局(国民スポーツ大会推進室) 26-5056
	6/29 ふじワングランプリ2025	藤崎町産の特産品を使ったオリジナルメニューを販売し、人気を競う食の祭典です。	藤崎町経営戦略課 88-8258
7月	7/2～5 横町納涼夜店まつり	七夕の時期に、中心商店街にある横町通りにたくさんの短冊や出店が立ち並びます。	黒石商店街協同組合 53-6030
	7/4～13 てとてとてと展	手仕事によって作られた工芸品の展示販売会です。	弘前工芸舎運営委員会事務局(弘前こぎん研究所内) 32-0595
	7/19・20 にしめやランド2025	西目屋村全体をフィールドとし、ステージショーやアクティビティなどを開催します。	目屋観光協会(西目屋村産業課内) 85-2800
	7/19・20 丑湯(うしゆ)まつり温湯地区(黒石市)	丑の御神体を乗せた神輿(みこし)を子どもたちが引きます。450年以上の歴史がある伝統行事です。	温湯温泉共同浴場 鶴の名湯 54-8591
	7/20 クラシックカークラブ青森ミーティング in こみせ	全国から懐かしい名車・旧車が大集合。「中町こみせ通り」の景観と融合した光景は必見です。	黒石商店街協同組合 53-6030
	7月中旬～8月中旬 2025大鰐温泉サマーフェスティバル	丑湯まつりをはじめ、ねぶたまつり、納涼ふえあなど、さまざまな夏祭りイベントです。	同実行委員会(大鰐町企画観光課内) 55-6561
	7月下旬～8月中旬 平川市蓮の花まつり	猿賀神社境内にある池一面に咲く淡いピンク色の蓮の花を楽しむことができます。	平川市観光協会 40-2231
	7/26～8/17 まちなかクラフト村 弘前工芸舎・夏限定企画展	津軽の美しい風土に育まれた工芸品の展示販売会です。	弘前工芸舎運営委員会事務局(弘前こぎん研究所内) 32-0595
	7/27 第10回大森勝山じょうもん祭り	世界遺産である史跡大森勝山遺跡をPRするイベントを、今年はヒロ口で開催します。	弘前市文化財課 82-1642
	7/30・8/2 黒石ねぶた祭り運行	人形や扇、大小多数のねぶたが出陣します。勇猛な武者絵と祭りばやしをお楽しみください。	黒石青年会議所 52-3369
8月	8/1～7 弘前ねぶたまつり	国の重要無形民俗文化財に指定されている、弘前の夏の夜を彩るまつりです。	弘前市立観光館 37-5501
	8/2・3 平川ねぶたまつり2025	20台を超える大小さまざまなねぶたに加え、高さ12mの世界一の扇ねぶたが出陣します。	平川ねぶたまつり実行委員会(平川市商工会) 44-3055
	8/3・5 藤崎町ねぶた合同運行	迫力のあるねぶたが町内を練り歩き、津軽の夏を熱く彩ります。	藤崎町商工会 75-2370
	8/4 第48回田舎館村ねぶた合同運行	各地区の子どもからお年寄りまで参加し、村内外からねぶたが集結します。	田舎館村中央公民館 58-2250
	8/9・10 2025りんご灯まつり	「ノレサ!ソレサ!」の掛け声で町内を練り歩く『りんご山笠』が運行します。	板柳町商工観光課 55-8033
	8/14 平川あどり祭り	ねぶたの展示・運行のほか、ステージイベントなど、さまざまな催しが行われます。	平川市商工観光課 55-5732

書館だより

オリンパス黒石市立図書館からのお知らせ

利用者カード更新のお願い～有効期間は3年です～

図書館は、利用者カードを登録してから3年ごとに住所、電話番号などに変更がないかを確認し、有効期間を更新しています。有効期間を過ぎると貸し出しできませんので、利用者カードと住所が確認できるもの（運転免許証、マイナンバーカードなど）を持参のうえ、更新手続きをお願いします。

6月のおはなし会～金平成園できくむかしばなし～

▼日時 6月22日(日)10時～11時(受付開始9時30分)

▼場所 金平成園(澤成園)

▼定員 20人(先着順)

▼内容 昔ばなしの絵本や紙芝居の読み聞かせ

▼参加料無料

▼申込方法 図書館カウンターまたは電話、FAXで申し込み

[問合せ]オリンパス黒石市立図書館・FAX53-2188

黒石ほるぷ子ども館からのお知らせ

おはなしのじかん

▼日時 6月14日(土)14時～14時30分

▼場所 黒石ほるぷ子ども館

▼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

今月のおすすめ本

一般書「JA全農が炊いた!「日本一うまいお米の食べ方」大全」
JA全農米穀部／監修 主婦の友社

卵かけごはん、納豆ごはん、のつけ飯、パックごはんアレンジ、チャーハン…。JA全農米穀部のお米愛が詰まった、簡単で最高においしいお米レシピを紹介。47都道府県銘柄米の食味マップ・ごはんのお供カタログ付き。



児童書「ねぞうプロレス」

ひらぎみつえ／作・絵 教育画劇

今夜も「ねぞうプロレス」の時間がやつてきました。選手は川の字に寝ている3人の親子。ふとんトンネル、ミラクルブリッジ。次々と繰り出されるキメキメの技！子どものねぞうをプロレスに例えた、笑顔あふれる家族絵本。



おすすめ本

児童書「おばけずし」

刈田澄子／作 柴田ケイコ／絵 金の星社

「おばけでもいいから来てくれないかなあ」と、ひまなお寿司屋さんがつぶやくと本当におばけがやって来た！お寿司を握ってあげると、おばけは大喜び。お礼におばけの魚を釣ってきて…。



ちょこっと手話

市は
手話言語条例を
制定しています

手話には左右の決まりはありませんので、自分の利き手で表現できます。手話を知り、コミュニケーションの輪を広げていきましょう。

それは
何ですか？

[それ]



人差し指で目的の物を指さす。

[何]



片手の人差し指を立てて
左右に2～3回振る。

お名前は？

[名前]



片手を広げ、
もう片方の親指を当てる。

[何]



片手の人差し指を立てて
左右に2～3回振る。

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

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。今回はそれぞれの街の観光スポットについて、お伝えします。

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



シドニーといえば、誰もが思い浮かべるのは「オペラハウス」ではないでしょうか。

白い帆のような独特な外観が特徴で、世界遺産にも登録されているこの建物は、オーストラリアの象徴的存在です。港に面して建てられており、晴れた日には真っ青な海と空に映える姿がとても印象的です。

シドニー中心部から徒歩圏内にあり、観光客はもちろん、地元の人々にも親しまれています。私も日常の中で何度も前を通りますが、見るたびに風情が異なり、つい立ち止まって写真を撮っています。特に日が傾き始める時間帯には、建物の陰影が変化ていき、空や海の色合いとのコントラストが美しく、つい見とれてしまいます。

時々、昼食をテイクアウトして、サーキュラー・キーの芝生に座ってオペラハウスを眺めるのが、樂しみの一つになっています。潮の香りとともに海風が吹き抜け、目の前に広がる壮麗な建築を眺めながら過ごすひとときは、日常に特別な彩りを添えてくれます。



何度も見ても飽きることのない存在感。気づけばまた、その姿を写真に収めている自分がいます。

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



黒石に来てからすぐに心を打たれた場所は、中町こみせ通りでした。夏に初めて訪れたとき、灯ろうが飾られていて、夕方に明かりが灯るとともに風情があり、まるで映画のワンシーンのようでした。

また、金平成園はとても静かで落ち着いた雰囲気があり、心が穏やかになりました。シドニーにも日本庭園があり、オーストラリア人にもとても人気です。

津軽こけし館では、地域ごとのこけしの違いや職人の技に感動し、日本の伝統文化の奥深さを感じました。黒石に来るまで津軽こけしの存在も、日本各地にさまざまなこけしがあることを知りませんでした。

秋には黒石観光りんご園に行って、赤や黄色のりんごがたわわに実り、背景に岩木山が広がる景色に見とれてしまいました。オーストラリアではりんご園を訪れたことがなかったので、新鮮な体験でした。



自然に囲まれた黒石での生活は、海に囲まれたシドニーとはまた違った魅力があり、心が穏やかになります。黒石で過ごす毎日が、日常の中にある美しさを教えてくれています。

編集後記

■広報に携わって約1年が経ち、少しづつ業務にも慣れてきました。今後は、より一層気を引き締めて、市民の皆さんに手に取っていただける広報紙づくりに努めています。毎日の反復・継続・丁寧を心掛けて業務に励みたいと思います。

6月の日程

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(水)	19:00まで	国保年金課高齢医療係*要予約
介護保険	25日(水)	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)	30日(月)	19:30まで	上下水道課総務係
健康	2日(月)・16日(月)	10:00～12:00	健康推進課
こころ(小さな相談室)	16日(月)	10:00～15:00	松の湯交流館
納税(夜間)	5日(木)・16日(月)・25日(水)	19:00まで	税務課収納債権係*要予約
困りごと	9日(月)・23日(月)	9:00～15:00	市役所わのまちセンター1階 多目的室 ▼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受け付け
法テラス法律	25日(水)	9:30～12:00	▼法テラス法律相談は法テラス青森へ要事前予約 ☎050-3383-5552
人権	2日(月)	10:00～15:00	▼人権・行政・土地家屋調査士は予約不要
行政	19日(木)	10:00～12:00	
土地家屋調査士	11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で予約が可能となりました。本紙裏表紙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7年
3月 335g

前年同月比 約5g減



生ごみ減量のポイント

生ごみの8割は水分といわれているため、三角コーナーや水切りネットを使って水分を切りましょう。水気を切ると、ごみの減量につながるほか、臭いや虫の発生の予防にもなります。

※家庭用の生ごみ処理機器の購入費の一部を補助する制度もありますので、詳しくはお問い合わせください。

[問合せ] 市民環境課環境衛生係

市税の納付

6月は市民税・県民税・森林環境税 第1期の納付月です。

▼納期限 6月30日(月)

[問合せ] 税務課納税管理係

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



市の人口 30,194人

前月比
(-38)

世帯数 14,031世帯

(2)

住民基本台帳調べ 4月末現在

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

会期:令和8年10月10日(土)～10月20日(火)

開催まであと 496日! (6月1日現在)

※黒石市開催競技(バドミントン)は

会期:令和8年10月11日(日)～10月14日(水)

場所:スパカルイン黒石



健 康 事 業

▼地域健康づくり相談

詳しくは、本紙9ページをごらんください。

▼健康教室

6月24日(火) 19:00~ テーマ「糖尿病について」	牡丹平公民館 講師:坂戸 慶一郎先生(健生黒石診療所所長)
6月26日(木) 13:30~ テーマ「慢性閉塞性肺疾患とは」	老人福祉センター 講師:北山 武良先生(ちとせクリニック院長)
6月30日(月) 13:30~ テーマ「動脈硬化の予防法」	山形公民館 講師:坂戸 慶一郎先生(健生黒石診療所所長)

[問合せ] 健康推進課成人保健係

▼出前運動教室(対象65歳以上)

6月19日(木) 13:30~15:00	山形公民館
----------------------	-------

[問合せ] 市地域包括支援センター包括支援係

▼献血

6月5日(木) 9:30~11:30 13:00~16:00	黒石警察署 市役所わのまちセンター
-----------------------------------	----------------------

[問合せ] 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)。

▼20日(金) 13:30~15:00 西部地区センター

▼25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

「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。

▼6月12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

6月1日	ちとせクリニック	☎53-7228
6月8日	山谷胃腸科内科	☎54-8370
6月15日	黒石病院	☎52-2121
6月22日	兼平医院	☎52-3305
6月29日	黒石病院	☎52-2121
7月6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

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

笑顔がいっぱい キュンキュン！

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。

おおだいら
がくさんおさない
はんりさんきだち
がくさんこがわ
そうたさんごとう
あおいさんごとう
ゆうしんさんさくらば
つぐみさんさとう
あやねさんさとう
れおさんしぶかわ
とうまさんすとう
いちさんたにかわ
はるたさんならおか
じょうさんにがわら
まなさんみうら
りつさんみかみ
りいらさんむらかみ
しゅうとさん

ヘルシーレシピ

鶏ときゅうりの水餃子



作り方

- きゅうりに塩を加えて混ぜ、しんなりしたら水気を絞る。
- ボウルに鶏ひき肉、豆腐、ザーサイ、酒、こしょうと①を加えて混ぜ、ふちに水をつけて餃子の皮で包む。
- 沸騰したお湯で餃子を3~4分程度ゆでたら氷水に入れ、水気を切って器に盛る。
- Aの酢じょうゆを添えて完成。

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

材料(2人分)

餃子の皮 10枚

鶏ひき肉 70g

豆腐(木綿) 40g

..... キッチンペーパーで包み水切りをする。

きゅうり 1/2本

..... 5mm幅の細切りにする。

ザーサイ 25g

..... 粗みじん切りにする。

塩 小さじ1/4

酒 小さじ1

こしょう 少々

A { 醋 小さじ2
 ソース 小さじ1/2

1人分の栄養素

エネルギー 220kcal / たんぱく質 12.0g
 脂質 8.4g / 食塩相当量 1.5g

監修:市食生活改善推進員会

黒石市公式LINE

友だち追加は
こちらから▶

LINE ID:@kuroishicity

